

# Familien in Trennung und Scheidung

Herausgeber: Ministerium für Familie und Integration und AG-QM-Psy



Arbeitsgemeinschaft  
für Qualitätsmanagement  
a psychosozialen  
an therapeutischen  
Berodungsstellen



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Famille et de l'Intégration



**Marie-Josée Jacobs**  
*Familien- und  
Integrationsministerin*

## Den Eltern eine Chance geben !

Im Familienleben der Kinder waren in den letzten Jahrzehnten wichtige Änderungen zu verzeichnen. Die Gesellschaft hat die Familienmodelle diversifiziert: Ehen ohne Trauschein, Alleinerziehende mit Kindern, Patchworkfamilien und Partnerschaften. Das Forschungsinstitut Ceps/Instead stellte fest, dass in Luxemburg der Anteil der Kinder deren Eltern verheiratet sind, in den letzten 25 Jahren deutlich abgenommen hat und von 95% im Jahr 1980 auf 75% im Jahr 2004 zurückgegangen ist. Mit der zunehmenden Scheidungsrate und der gestiegenen Anzahl von wiederverheirateten Paaren kommt es öfter vor, dass Kinder bei einem geschiedenen oder einem wiederverheirateten Eltern teil leben. Im Jahr 2007 haben 2000 Paare geheiratet, während 1100 Paare geschieden wurden. Die Familien durchleben grundlegende Veränderungen.

Viele geschiedene Paare stehen vor einer gescheiterten Beziehung, durch die die betroffenen Kinder in einen Loyalitätskonflikt geraten können. Sie erleben hautnah die schmerzlichen Vorwürfe die die Eltern einander machen und fühlen sich gegebenenfalls verpflichtet, Position gegen den einen oder anderen Elternteil zu beziehen. Eine Trennung ist auch eine Herausforderung für die Erwachsenen. Sie können vereinsamen und in finanzielle Schwierigkeiten geraten.

Dennoch kann ein Paar eine Scheidung bewältigen, ohne dass die Betroffenen zu viel darunter leiden. Um den Familien zu helfen besser mit der Trennung zurechtzukommen, haben sich luxemburgische Experten aus psychosozialen Strukturen zusammengetan. Sie haben einen Ratgeber für Eltern die eine Scheidung durchleben, auf den neusten Stand gebracht. Die 70-seitige Broschüre gibt den Eltern praktische Ratschläge, wie sie mit den verschiedenen Phasen der Trennung umgehen können.

Die Scheidung ist zwar ein Bruch der Paarbeziehung, aber keinesfalls der elterlichen und familiären Beziehungen. Sie schafft ein neues Familienleben, das weniger von den alltäglichen Streitereien des Paares belastet ist.

Ich bedanke mich herzlich bei den Mitgliedern der „Arbeitsgemeinschaft Qualitätsmanagement Psy“, den anderen an der Broschüre mitbeteiligten Autoren und den Übersetzern für die Aktualisierung dieses nützlichen Werkes und insbesondere Herrn Jean-Paul Conrad für die Koordinationsarbeit. Ich danke auch den Mitgliedern des Lesekomitees, die mit ihrer Kompetenz und ihrer reichen Erfahrung den Autoren zur Seite standen.

Ich wünsche von ganzem Herzen, dass die Kinder von heute bei verantwortlichen Eltern aufwachsen können, gleich ob sie nun zusammen oder getrennt voneinander leben.

# Eltern bleiben Eltern

Eine Beziehung kann zerbrechen,  
eine Ehe geschieden werden.  
Elternschaft besteht ein Leben lang.

Das muss Konsequenzen haben,  
wenn man seine Kinder lieb hat  
und das Beste für sie wünscht!

Und welche Mutter,  
welcher Vater  
tut das nicht?

Jenseits aller Konfliktfelder  
weitab von Streit und Zwietracht  
fern von Enttäuschung, Wut oder Rache

liegt das Land der Kinder,  
das verschont werden muss  
vom zerstörerischen Rosenkrieg.

Wer das beherzigt, braucht:  
ein Minimum an Respekt und Höflichkeit  
gegenüber der Mutter, dem Vater der Kinder

sowie eine Portion Zuverlässigkeit  
und ein gewisses Maß an Solidarität  
mit dem anderen Elternteil.

Denn geht es der Mutter, dem Vater gut  
tut das den Kindern gut!

Und wer will das nicht.

*Jean-Paul Conrad 2008*



# Familien in Trennung und Scheidung

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	2
Einleitung .....	6
Bleiben oder gehen? .....	7
Psychologische Beratung: Entscheidungshilfe oder letzte Hoffnung!? .....	10
Die Vortrennungsphase im Erleben der Kinder .....	12
Zu wem sollen die Kinder? .....	15
Loyalitätskonflikte vermeiden! .....	18
Wie sagen wir es den Kindern? .....	21
Wie kommen Kinder mit der Scheidung ihrer Eltern klar? .....	25
Psychologische Begleitung für Kinder .....	30
Tipps zur Besuchsregelung .....	31
Vater sein – auch nach der Trennung .....	33
Wenn Kinder sich weigern, den anderen Elternteil zu besuchen .....	36
Die Bedürfnisse der Kinder .....	38
Märchen für Kinder .....	40
Die Zeit nach der Trennung .....	42
Auf dem Weg zur Patchworkfamilie .....	46
Veränderungen im Freundes- und Verwandtenkreis .....	49
Unsere Kinder lassen sich scheiden – Die wichtige Rolle der Großeltern .....	54
Scheidung und Schule .....	57
Mediation bei Trennung und Scheidung .....	59
Scheidungsrecht .....	63
Kommentierte Bücherliste für Kinder und/oder betroffene Eltern .....	66
Herausgeber AG-QM-Psy .....	70
Beratungsstellen in der AG-QM-Psy .....	71
Autorenteam .....	72

# Einleitung

Scheidungen schmerzen – nicht nur die Kinder, auch die Eltern leiden! Doch manchmal sind Trennungen unumgänglich, wenn man sich auseinandergelebt und nichts mehr zu sagen hat. Die Partner drohen an verinnerlichten Zwickmühlen zugrunde zu gehen. Ein unfreiwilliges Duo gleicht einem Druckkessel. Bleibt man dann „nur“ der Kinder wegen zusammen, bürdet man diesen eine ungeheure Last auf. Nicht selten entwickelt sich ein Schrecken ohne Ende. Um nicht missverstanden zu werden: Wenn Eltern sich trennen, dann tut das allen Beteiligten weh. Tränen der Verzweiflung, Weltschmerz und Verlassenheitsängste können entstehen. Aber diesen Gefühlen müssen Kinder und Erwachsene nicht hilflos ausgeliefert sein. Sie können lernen, mit ihnen umzugehen, z.B. indem sie Regeln und Rituale absprechen. Eine gute Trennung, aus der Kinder und Partner unbeschädigt hervorgehen, ist möglich, jedoch eine hohe Kunst. Sie erfordert nicht weniger emotionale Kraft und soziale Kompetenzen als eine gelungene Ehe.

Als sie einander acht Jahre kannten  
(und man darf sagen: sie kannten sich gut),  
kam ihre Liebe plötzlich abhanden.  
Wie andern Leuten ein Stock oder Hut.

Sie waren traurig, betrugten sich heiter;  
versuchten Küsse, als ob nichts sei,  
und sahen sich an und wussten nicht weiter.  
Da weinte sie schließlich. Und er stand dabei.

Vom Fenster aus konnte man Schiffen winken.  
Er sagte, es wäre schon Viertel nach Vier  
und Zeit, irgendwo Kaffee zu trinken.  
Nebenan übte ein Mensch Klavier.

Sie gingen ins kleinste Café am Ort  
und rührten in ihren Tassen.  
Am Abend saßen sie immer noch dort  
Sie saßen allein, und sie sprachen kein Wort  
und konnten es einfach nicht fassen.

*Erich Kästner, 1929*

„Mich bestürzt es immer wieder; wie viele Ehen geschieden werden, die gar nicht geschieden werden müssten und wie viele Paare zusammenbleiben, bei denen die Trennung das einzig sinnvolle wäre.“

*Helm Stierlin, Familientherapeut in der Zeit vom 17.08.2000*

Jede Trennung bzw. Scheidung verläuft anders. Was für das Paar Schmitt gut und richtig ist, kann bei Meiers genau das Falsche sein. Dies gilt natürlich auch für unsere Hinweise in dieser Broschüre. Sie haben sich allerdings in unserer Praxis und bei einigen von uns auch im persönlichen Leben als ausgesprochen hilf-

reich erwiesen. Wir sind uns bewusst, dass es sich hier natürlich um Idealvorstellungen handelt, von denen jede/r – auch wir – in der Praxis mehr oder weniger starke Abstriche machen muss und darf. Denken Sie daran: Mensch sein, heißt unvollkommen sein und bedeutet, dass wir immer wieder auch Fehler machen.

# Bleiben oder gehen

Die folgenden „Diagnose-Kriterien“ sollen Sie und Ihren Partner bzw. Ihre Partnerin dazu anregen, über Ihre Beziehung nachzudenken und miteinander über ihre Liebe zu sprechen. In erster Linie geht es darum, Ihr eigenes Verhalten an diesen Kriterien zu messen. Fragen Sie sich selbst „Wie steht es mit meiner Einsatzbereitschaft für die Beziehung?“ – „Verhalte ich mich loyal meinem Partner gegenüber?“ – „Was habe ich unternommen, damit ich in dieser Beziehung bleiben kann?“

Gleichzeitig bieten Ihnen diese Kriterien erste Ansatzpunkte zur Verbesserung des „Eheklimas“. Werden Sie aktiv, machen Sie kleine Schritte, gehen Sie mal wieder wie früher gemeinsam ins Kino oder pflegen Sie das gemeinsame Hobby früherer Jahre.

Treffen **mehrere** der folgenden Punkte über einen **längeren** Zeitraum zu, sollten Sie beide Ihrer Beziehung besondere Aufmerksamkeit schenken. Manchmal kann es dabei hilfreich sein, sich professionelle Hilfe zu suchen. Eine Partnerschaftsberatung bietet oft eine andere Gesprächsatmosphäre, gewährt mitunter einen „etwas anderen Blick“ auf die Beziehung und kann Sie und Ihren Partner dabei unterstützen, Ihre eigene Entscheidung zu finden und zu ihr zu stehen. Das Ergebnis einer erfolgreichen Beratung kann dann aber auch sein, den weiteren Lebensweg getrennt zu gehen.

## Einsatzbereitschaft

Eine hohe Einsatzbereitschaft für die Beziehung lässt sich zum Beispiel daran erkennen, dass auch kleinere Versprechen eingehalten werden („Wenn es spät wird, rufe ich an!“). Der Partner geht von einer

dauerhaften Beziehung aus. Der Partner zeigt Initiative, macht Vorschläge, organisiert gemeinsame, zweckfreie Zeit.

Bei einer geringeren Einsatzbereitschaft spricht der Partner zum Beispiel häufig von Trennung oder trifft ohne Absprache Entscheidungen, die die gemeinsame Zukunft betreffen (zum Beispiel Stellenwechsel); er denkt dabei wenig an den anderen. Manchmal verspricht er über Jahre hinweg, weniger zu arbeiten, hält dieses Versprechen aber nie ein. Er setzt sich so sehr für andere (Beruf, Vereine etc.) ein, dass er die restliche Freizeit zur dringenden Erholung braucht.

## Loyalität

Loyalität setzt im weitesten Sinn Treue und Zuverlässigkeit voraus. Die Partnerschaft steht prinzipiell gleichwertig neben Beruf/Arbeit, Kindern und auch neben der eigenen bzw. früheren Familie – natürlich kann der eine oder andere Bereich zumindest zeitweise in den Vordergrund treten. Loyale Partner sind bereit, sich mit dem anderen „gegen den Rest der Welt“ zu verbünden. Sie reden nicht schlecht gegenüber Dritten vom Partner – auch nicht gegenüber Eltern und Schwiegereltern; schon gar nicht machen sie den Partner vor anderen lächerlich!

Der dauerhaft nicht-loyale Partner zerstört die Vertrauensbasis, ohne die eine Beziehung nur schwer existieren kann.

## Interesse und Anerkennung

Partnerschaft braucht gegenseitige Anteilnahme, Unterstützung und Zuwendung. Zeigt einer der Partner

kein Interesse mehr am Leben des anderen (z.B. es dreht sich alles nur noch um ihn oder sie), geht nicht auf seine täglichen Sorgen oder Freuden ein (z.B. hört nicht mehr zu, lässt den Partner mit allem allein), fragt nicht mehr nach dem Wohlbefinden, findet kein Wort der Anerkennung oder des Dankes (alles, was der oder die andere macht, scheint selbstverständlich), ist die Basis der Partnerschaft ernsthaft gefährdet.

### Achtung vor dem Partner / der Partnerin

Die Achtung des Partners und seiner Persönlichkeit ist eine notwendige Bedingung für eine dauerhaft gelingende Partnerschaft. Sie drückt sich u.a. aus durch einen freundlichen, höflichen und fairen Umgang miteinander (z.B. durch Vermeidung von herablassenden, unfairen Bemerkungen in der Öffentlichkeit, den Partner ausreden lassen, usw.)

Auch die Selbstachtung ist der Beziehung dienlich, z.B. indem ich nicht alles mit mir machen lasse, mich bei Grenzüberschreitungen zur Wehr setze (z.B. bei sexuel-

len Übergriffen, bei Gewaltandrohung oder -ausübung). Hiermit dient man nicht zuletzt den Kindern als positives Beispiel. (Wie werden sie eine Mutter achten, die sich regelmäßig ohne Gegenwehr vom Vater verhunzen lässt?)

Es ist wichtig, dass jeder sich in seinem Verhalten dafür verantwortlich fühlt, dem Anderen mit Achtung zu begegnen. Manchmal jedoch gerät die Achtung an ihre Grenzen. Hier einige negative Beispiele: Kann ich einen Menschen achten, der häufig betrunken ist und dann nicht mehr weiß, was er tut?

Kann ich Achtung vor einem Menschen haben, der seine Impulse nicht kontrollieren kann bzw. will oder beim geringsten Problem „ausrastet“ und evtl. sogar gewalttätig wird?

Kann ich einen Menschen respektieren, der sich weigert, erwachsen zu werden, ständig über seine Verhältnisse lebt und die Verantwortung für sein Leben oder seine Gesundheit auf andere abschiebt?

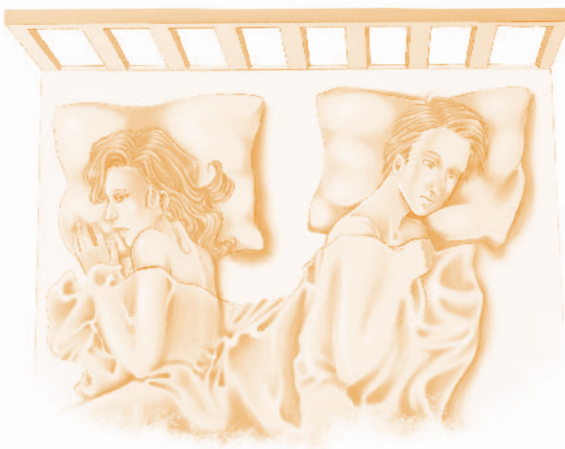
### Sicherheit und Freiheit

Vorteilhaft ist, wenn jeder Partner seine Meinung vertreten kann, ohne „runtergemacht“ zu werden. Wenn ich Ärger zeigen kann, ohne Angst vor den Reaktionen des Partners haben zu müssen, wenn ich mich auch mal allein mit Freunden treffen und meinem Hobby nachgehen kann.

Ungünstig ist, wenn der Partner schmolzt, sich beleidigt zeigt, wütend wird, mit Gegenständen um sich wirft oder Dinge beschädigt, sobald ich mich nicht nach seinen Wünschen verhalte.

### Übereinstimmung in wesentlichen Lebenszielen

Wenn keine Hoffnung besteht, mit dem Partner wichtige, für meine Identität bestimmende Lebensziele zu verwirklichen (z.B. Kinderwunsch, Berufstätigkeit, Rol-





---

lenaufteilung zwischen Frau und Mann) oder wenn keine gemeinsamen Werte oder Ideale gelebt werden können, dann könnte die Trennung für viele Paare langfristig die bessere Alternative sein.

## Respekt und gemeinsame Entscheidungen

---

Respekt und Respektlosigkeit haben viele Gesichter. Der respektvolle Partner will den anderen nicht erziehen („Red’ nicht soviel auf Partys!“) oder für ihn Entscheidungen treffen („Hab dich zum Fitnesstraining angemeldet – du bist zu dick!“) oder ihn analysieren und zu seinem Glück zwingen („Du solltest eine Therapie machen.“) oder an seinem Geschmack („Wie kann man nur solche Musik hören?!“) oder an seiner Intelligenz zweifeln („Gib Dir keine Mühe, das verstehst du nicht!“).

Der respektlos behandelte Partner fühlt sich gedemütigt. Dieses Gefühl der Demütigung kann und darf der Partner bzw. die Partnerin auf Dauer nicht hinnehmen; einmal aus Gründen des Respekts vor sich selbst und dem anderen sowie um den Kindern ein angemessenes Vorbild zu sein.

Schmiedet der respektvolle Partner Pläne und trifft Entscheidungen, so berücksichtigt er bzw. sie die Interessen des Partners bzw. der Partnerin (z.B. neue Arbeitsstelle, neuer Wohnort, Pendler usw., größere Anschaffungen ...).

## Gemeinsamkeiten und zweckfreies Zusammensein

---

Wenn es abgesehen von den Kindern auch nur eine einzige weitere Gemeinsamkeit gibt, die Sie und Ihr Partner/Ihre Partnerin verbindet und auf die Sie sich freuen, dann besteht die Chance, dass Sie die Probleme in Ihrer Beziehung überwinden. Was unternehmen Sie und Ihr Partner/Ihre Partnerin gemeinsam (ohne

Kinder) ohne äußeren Zwang? Sport, Freunde treffen, gemeinsam kochen, über Politik diskutieren ... usw.. Wenn es noch Zeiten zweckfreier Gemeinsamkeit bei Ihnen gibt, besteht Hoffnung.

## Humor

---

Humor ist nicht nur gesund. Zur rechten Zeit angewandt entschärft er quasi augenzwinkernd auch so manchen Ehekrach. Kann ich auch mal über mich selbst lachen oder nehme ich mich „tierisch ernst“ und trage alle Last der Welt auf meinen Schultern? Wenn sich das Lachen und der gemeinsam geteilte Humor aus einer Beziehung verabschiedet haben, dann ist das ein ernst zu nehmendes Alarmzeichen und es wird höchste Zeit, der Beziehung wieder mehr Aufmerksamkeit zu widmen.

## Körperliche Nähe

---

Zärtlichkeit und Sexualität gehören zu den wesentlichen Liebesdialogen eines Paares. Eine positiv gelebte Sexualität vertieft und stärkt die Beziehung und ist eine Quelle von Zufriedenheit in der Partnerschaft. Gefahr droht, wenn einer der Partner dem anderen seine Art der Sexualität aufdrängt und wenn kein Gleichgewicht angestrebt wird zwischen verschiedenen Ausdrucksformen, wie: Liebesgesten und -worte, nicht-sexuelle Zärtlichkeiten, erotische Anziehung und geschlechtliche Begegnung.

Wenn Partner sich nicht mehr berühren wollen oder einer der Partner Widerwillen empfindet, sobald ihm der andere zu nahe kommt, deutet dies auf eine schwere Beziehungskrise hin. Oft ist es ein Hinweis, dass es an der Zeit ist, sich aus der Beziehung zu lösen. Zufriedene Paare hingegen können sich auch dann noch riechen, wenn sie sich mal gestritten haben.

# Psychologische Beratung

## Entscheidungshilfe oder letzte Hoffnung!?

Der Entscheidung zur Trennung geht ein in der Regel langer Prozess voraus, in dem sich Zweifel, Annäherungsversuche, Enttäuschungen, Hoffnungen und Ängste abwechseln. Das Paar oder die/der Trennungswillige möchte sich über seinen endgültigen Schritt sicher sein. Oft lohnt es sich, vor dem Schritt in die Scheidung, doch noch einmal einen nüchternen Blick auf die Beziehung zu werfen. Die Entscheidung zur Trennung sollte nicht aus einem emotionalen Impuls heraus oder in einem heftigen Streit getroffen werden. Tatsächlich ist uns, den AutorInnen dieser Broschüre, in unserer langjährigen Beratungspraxis noch nie ein Scheidungswilliger begegnet, der sich die Entscheidung „leicht“ gemacht hat. Auch wenn immer wieder behauptet wird, Menschen lassen sich heute viel schneller als früher „einfach mal eben scheiden“, können wir dies aus unserer Erfahrung nicht bestätigen. Im Gegenteil ist der Leidensdruck sehr groß, und die Betroffenen quälen sich manchmal jahrelang im Ringen um die

richtige Entscheidung. Für viele Paare oder Einzelne bedeutet der Weg zur Paarberatung, eine gewisse Distanz zu den emotional belastenden Themen in der Beziehung zu gewinnen und die Probleme mit einem neutralen Dritten neu zu betrachten. Der/die BeraterIn ist dabei weder ein Schiedsrichter, der Paaren Entscheidungen abnehmen kann oder Ratschläge gibt, noch ein Anwalt, der einen Partner gegen den anderen vertritt. Sie/er wird ihnen dabei helfen, Wege zu finden, die für die Betroffenen in deren Situation gangbar und lebbar sind.

Psychologische Beratungsstellen bieten Paar- oder Trennungsberatung an, um Menschen in dieser Phase zu begleiten. Hier empfangen Sie Fachleute, die sich in langjährigen Beratungs- oder Therapieausbildungen qualifiziert haben, Menschen unvoreingenommen zuzuhören und Sie bei der Entscheidungsfindung sowie in der Trennungszeit unterstützen (Adressen der an dieser Broschüre beteiligten und anerkannten Beratungsstellen finden Sie im Anhang).

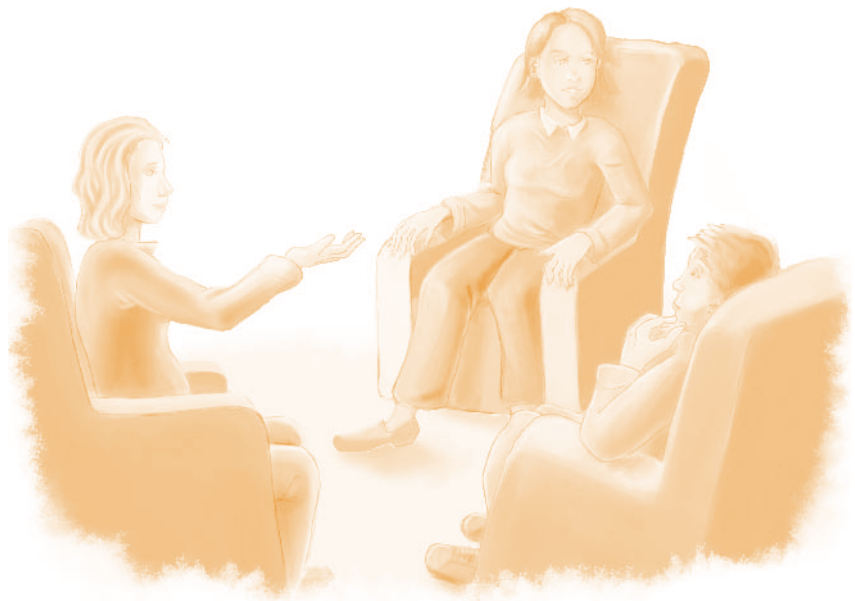
### Paarberatung:

- hilft, die bestehenden Konflikte des Paares zu klären und zu lösen
- bietet Paaren an, Zweifel, Enttäuschungen und Unsicherheiten in einem geschützten Rahmen auszusprechen
- trägt dazu bei, die Kommunikation und die Konfliktfähigkeit des Paares zu verbessern,
- regt an, Kompromisse zu schließen und sinnvolle Entscheidungen für die Zukunft der Ehe zu treffen
- unterstützt das Paar darin, eine unbefriedigende Beziehung umzugestalten
- liefert Impulse, um eine Beziehung lebendiger zu gestalten.

### Trennungsberatung:

- hilft klären, ob der Wunsch nach Scheidung die einzige Möglichkeit aus einer Krise heraus ist
- ermöglicht, schwierige Themen im Beisein eines neutralen Dritten auszusprechen und so destruktive Auseinandersetzungen in der Trennungsphase zu verhindern
- bietet an, zusammen Vereinbarungen im Sinne der Kinder auszuhandeln
- hilft dabei, die notwendigen Schritte auf dem Weg zur Scheidung vorzubereiten
- unterstützt das Paar oder einzelne Partner in der schwierigen Phase der Trennung
- beleuchtet mit den Betroffenen die Konsequenzen, die sich aus der Scheidung ergeben
- trägt dazu bei, die emotionalen Belastungen einer Trennung zu mindern
- hilft mit, die negativen Auswirkungen der Scheidung auf die Kinder zu verringern
- regt einvernehmliche Entscheidungen in der Trennungsphase an (siehe auch Kapitel Mediation).

Ob die psychologische Beratung nun zur Entscheidung für die Trennung führt oder zur neuen Hoffnung für ein belastetes Paar wird, steht nicht am Anfang sondern erst am Ende der Gespräche fest. Der/die BeraterIn lässt sich ergebnisoffen auf Gespräche mit dem Paar ein und unterstützt es, um zu einer bewussten, freien Entscheidung zu gelangen. Niemand wird zu einem Schritt gedrängt, zu dem die Partner nicht (oder auch nicht mehr) bereit sind. Übrigens lohnt sich die Aufnahme von Beratungsgesprächen auch, wenn der Partner (noch) nicht bereit ist, teilzunehmen.



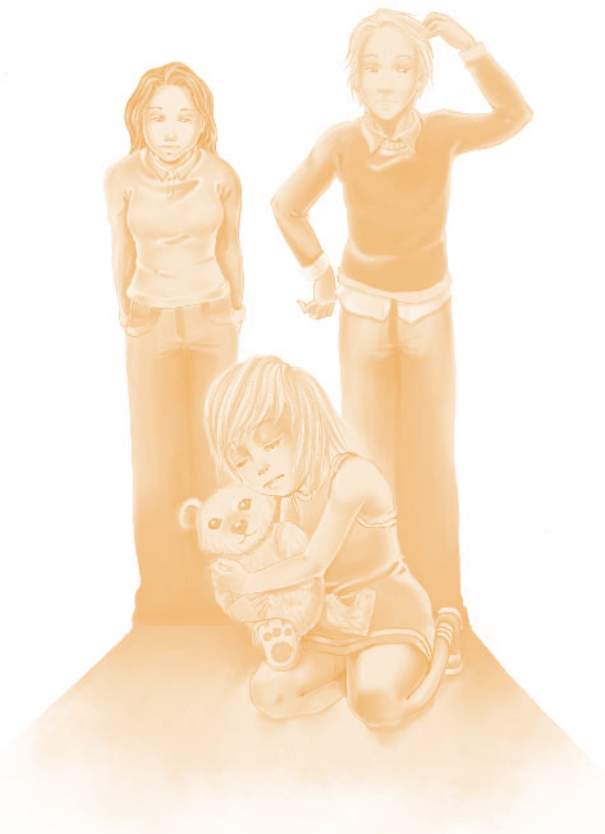
# Die Vortrennungsphase im Erleben der Kinder

In den meisten Fällen geht der Trennung eine Phase stark emotionalisierter Konflikte oder großer Distanz zwischen den Eltern voraus. Auch wenn die Eltern ihre Trennungsabsichten vor den Kindern verbergen wollen, spüren die Kinder, dass etwas in der Beziehung zwischen Vater und Mutter nicht mehr so ist wie früher. Viele reagieren auf diese unsichtbare Bedrohung mit Verunsicherung und Konzentrationsstörungen. Manche Kinder verheimlichen ihre Ängste vor den Eltern und ziehen sich zurück.

In einigen Fällen kommt die Entscheidung zur Trennung allerdings überraschend für die Kinder, manche von ihnen beginnen an der Verlässlichkeit von Beziehungen grundsätzlich zu zweifeln. Die Kinder haben die Beziehung ihrer Eltern als etwas Selbstverständliches, Unveränderbares und Sicheres erlebt und können nach einer für sie plötzlichen, unerwarteten Trennung ihrer Wahrnehmung nicht mehr trauen. Die Folge kann sein, dass neue enge Beziehungen eher misstrauisch und distanziert angegangen werden, und es schwerer ist, neues Vertrauen zu entwickeln.

Es ist jedoch häufiger so, dass der Trennung monate- bis jahrelange Konflikte vorausgehen, die die Kinder als unfreiwillige und ohnmächtige Beobachter erleben. Offenem Streit begegnen die Kinder oft mit Einmischung („Hört doch auf euch zu streiten!“). Sie nehmen die Bedrohung ihrer Familiensituation sehr schnell wahr und sind bereit alles zu tun, um den elterlichen Konflikt zu beenden. Dazu gehört auch das Auftreten auffälliger

Verhaltensweisen, wie besonders aggressives oder depressives Gebaren, psychosomatische Symptome wie Bauch- und Kopfschmerzen, Essstörungen, erneutes Einnässen in der Nacht u.v.m.. Die Eltern sollen so „gezwungen“ werden, sich gemeinsam um das Problem-Kind zu kümmern, und sich so eventuell wieder näherkommen. Darüber hinaus engagieren sich die Kinder, übernehmen Verantwortung, indem sie z.B. für den vermeintlich „unschuldigen“ Ehepartner Partei ergreifen, trösten



wollen, nach Lösungen suchen oder sich als Gesprächspartner zur Verfügung stellen. Die Kinder übernehmen dann eine Erwachsenenrolle, die sie emotional überfordert. Dieses Übernehmen von Verantwortung führt bei einer Trennung zu Schuldgefühlen, zum Gefühl, nicht das Richtige getan zu haben oder sogar versagt zu haben. Außerdem kommen sie in einen Loyalitätskonflikt (siehe entsprechendes Kapitel) und nehmen auch manchmal eine Schiedsrichterposition ein.

Kinder haben die Tendenz,  
Schuld für Konflikte zu übernehmen.

Wenn Kinder in die Konflikte ihrer Eltern hineingezogen werden, indem z.B. ein Elternteil seine Verletzung, seine Ohnmacht dem Kind mitteilt, wird

sich das Kind gedrängt fühlen, Partei zu ergreifen, und will unter Umständen den „schuldigen“ Elternteil durch sein Verhalten strafen. Sein Bedürfnis nach einem Liebes- und Vertrauensverhältnis zu beiden Eltern wird zurückgestellt. Oft erwartet ein Elternteil die ungeteilte Solidarität des Kindes, eine emotionale Unterstützung in der belastenden Lebenssituation, manchmal auch um den Ehepartner zu kränken und zu verletzen, ihm oder ihr die Schuld an der Situation zu geben. Oft wechseln sich die Eltern im Einfordern von Parteilichkeit auch ab. Die Verwicklung in die Konflikte der Eltern – in einem von Unfairness und Zerstörung, manchmal sogar Gewalttätigkeit beherrschten Familienklima – ist für die Kinder manchmal eine größere seelische Belastung als die Trennung an sich.

### Was Kindern hilft:

- Die Verantwortung für den Ehekonflikt liegt ausschließlich bei den Erwachsenen. Sie teilen dies den Kindern ausdrücklich mit. („Wir haben im Moment Probleme miteinander. Das hat nichts mit euch zu tun. Wir tun unser Bestes, um wieder klar zu kommen ....“)
- Wenn die Kinder versuchen, Verantwortung zu übernehmen oder sich in die Konflikte einmischen, sollten die Erwachsenen klarstellen, dass dies nicht nötig ist („Wir regeln unsere Probleme, und du brauchst nicht Partei zu ergreifen; wenn wir Hilfe brauchen, werden wir uns diese bei Dritten holen ....“).
- Das Kind wird nicht „überzeugt“ zuzugeben, dass eine Trennung wohl das Beste ist, da die familiäre Situation ja untragbar sei. Auch dies würde eine Abschiebung der Verantwortung bedeuten.
- Das Kind wird in seinem Vertrauen und in seiner Liebe zum anderen Elternteil unterstützt. (Mutter: „Auch wenn ich mich mit deinem Papa streite, so ist das eine Sache zwischen ihm und mir. Er ist dein Papa und hat dich lieb und du hast ihn lieb. Das ist auch für mich ganz wichtig ...“ oder Vater: „... und ich bin froh, wenn ihr beide/du und Mama euch gut versteht!“)

- Dem Kind wird klargemacht, dass es bei einem Streit nicht einen Schuldigen gibt, dass beide Partner verantwortlich für die Situation sind („Wir haben versucht miteinander klarzukommen, aber es klappt leider nicht. Wir haben keinen Weg gefunden, wie wir wieder gut zusammenleben können ...“.)
- Trotz aller seelischen Belastungen, denen die Eltern in dieser konflikthafter Zeit ausgesetzt sind, wird versucht dem Kind ein Minimum an Sicherheitsgefühl zu vermitteln („Im Moment ist es sehr schwierig, und du kriegst mit, dass ich oft nervös und traurig bin. Es ist eine harte Zeit, aber wir werden lernen, mit der neuen Situation umzugehen. Wir sind immer für dich da ...!“)
- Trauer-, Wut- und Verzweiflungsausdrücke des Kindes verursachen bei den Eltern Schuldgefühle und sind schwer auszuhalten. Es ist jedoch wichtig, diese Gefühlsäußerungen anzunehmen und zu respektieren. („Ich sehe, dass du traurig (oder wütend) bist, und ich verstehe das. Dies ist eine schwierige Zeit, die wir zusammen durchstehen werden.“) Auf keinen Fall sollten wir versuchen, den Kindern ihre Gefühle auszureden („Du brauchst aber gar ...nicht traurig zu sein ...keine Angst zu haben usw!“).

# Zu wem sollen die Kinder?

Die Frage, ob die Kinder nach der Scheidung bei der Mutter oder beim Vater leben sollten, kann immer nur im konkreten Einzelfall entschieden werden. Eindeutige Kriterien, wie sie manchmal in Ratgeberbüchern genannt werden, gibt es dabei nicht. Die folgenden Ausführungen sollen eine Orientierungshilfe sein.

## Die Eltern entscheiden, nicht die Kinder

Viele Kinder, besonders jüngere, möchten, dass ihre Eltern zusammenbleiben. Denn Kinder lieben oft beide Eltern. Sie wollen sich nicht zwischen Vater und Mutter entscheiden müssen. Deshalb sollte die Entscheidung, bei wem die Kinder nach der Trennung leben, von den Erwachsenen getroffen werden, natürlich unter Berücksichtigung der Bedürfnisse der Kinder. Anschließend sollten die Eltern gemeinsam mit den Kindern darüber sprechen, ihre Gefühle aufgreifen und ihre Fragen beantworten.

## Kinder sollten nach Möglichkeit zusammenbleiben

Geschwistersolidarität ist ein nicht zu unterschätzender Schutz gegenüber Belastungen aus der Erwachsenenwelt, wie elterlicher Streit, Scheidung, Gewalt. Eine Trennung zusammen aufgewachsener Geschwister verunsichert Kinder zusätzlich, weil ihre bisherige Lebenswelt in Frage gestellt wird. Auch Haustiere sollten nach Möglichkeit aus dem gleichen Grund bei den Kindern belassen werden.

In Einzelfällen kann es sinnvoll sein, dass Kinder bzw. Jugendliche nicht zusammenbleiben: Dies

kann bei ausgeprägter Geschwisterrivalität der Fall sein oder bei starker Identifizierung mit dem abwesenden Elternteil. So ist es für ein Kind mit einer besonders engen Bindung an den abwesenden Elternteil sehr belastend, in einer Zweitfamilie zu leben, die diesen Elternteil abwertet oder gar bekämpft. Es wird sich in der Folge selbst abgewertet fühlen und in Loyalitätskonflikte verstrickt werden. Auch andere Gründe für eine Aufteilung sind denkbar: große Altersunterschiede der Kinder, die Vermeidung eines Schulwechsels, eine beengte Wohnsituation, die Nähe zu anderen wichtigen Bezugspersonen (z.B. den Großeltern). Es ist empfehlenswert, diese Aspekte mit Fachleuten in einer Familienberatungsstelle zu besprechen.

## Wir bleiben eure Eltern

Beide Eltern gestehen sich gegenseitig den Raum und die Zeit zu, eine aktive Rolle in der Erziehung ihrer Kinder zu spielen. Dabei sollten sie jeweils sowohl die Pflichten des Alltags als auch die Gestaltung der Freizeit übernehmen.

Väter sind ebenso wie Mütter geeignet, für Kinder zu sorgen und ihnen die erforderliche Zuwendung zu geben.

Eine Trennung stellt sowohl die Mutter wie auch den Vater vor zusätzliche Belastungen. Besonders Väter, die sich vor der Trennung weniger um den Alltag der Kinder gekümmert haben, stehen nun vor weiteren, ungewohnten Anforderungen. Dies kann für den Betroffenen eine Chance sein, neue Verhaltensweisen (z.B. Haushaltsführung) zu lernen

und die emotionale Beziehung zu den Kindern zu verbessern. Wichtig ist, dass weiterhin beide Eltern Erziehungsarbeit leisten und die Kinder den Alltag bei Mutter und Vater erleben.

### Exkurs: Kinderpflege und Erziehung ist auch Männersache.

Nur Frauen können schwanger werden, gebären und stillen. Aber auch Männer haben angeborene Verhaltensmechanismen gegenüber Säuglingen und Kleinkindern. Beobachtungen mit versteckter Kamera zeigen, dass Väter ihre Babys genauso geschickt aufnehmen, halten und füttern können wie Mütter, es gibt auch keine Unterschiede hinsichtlich der Geduld und Einfühlsamkeit beim Flaschengeben. Die meisten Väter erkennen ihr Baby schon kurz nach der Geburt mit verbundenen Augen unter mehreren anderen wieder. Die Pflege und Erziehung auch kleiner Kinder muss also nicht nur den Müttern überlassen bleiben. Warum gilt Erziehung dann oft noch als „Frauensache“? Die Gründe dafür sind komplex. Um etwas daran zu ändern, müssen einerseits auf gesellschaftlicher Ebene (besonders in der Arbeitswelt) familienfreundlichere Regelungen gefunden werden, andererseits müssen sich sowohl Männer als auch Frauen kritisch mit ihrer jeweiligen Geschlechtsrolle auseinandersetzen: Männer und Frauen sollten lernen, geschlechtsspezifisches Verhalten aufzugeben und Verantwortung im Bereich des jeweils anderen zu übernehmen, ohne sich in ihrer Identität bedroht zu fühlen.

### Welche gemeinsamen Vereinbarungen sind denkbar?

Immer mehr Eltern einigen sich auf Umgangsregeln, die gleichberechtigter und flexibler sind, als die vom Gericht vorgesehene vierzehntägige Wochenendregelung. Diese Regelungen setzen allerdings eine gute Zusammenarbeit und eine beidseitig hohe Verantwortungsbereitschaft sowie faire finanzielle Abmachungen zwischen den getrennt lebenden Eltern voraus. Die Kinder erhalten dadurch ein wichtiges Signal: Beide Eltern sind gleichermaßen für dich da. Du bist beiden wichtig.

**Wechselnde Betreuung:** Die gleichberechtigte Aufteilung der Kinder zwischen beiden Elternteilen setzt eine hohe Einsatzbereitschaft beider Eltern voraus. Sie erfordert genaue Absprachen und räumliche Nähe (sodass die Kinder ihr Lebensumfeld nicht verlassen müssen). Da sich jüngere Kinder nicht so schnell eingewöhnen, sind für sie längere Aufenthaltszeiten bei dem jeweiligen betreuenden Elternteil von Vorteil, z. B. in wöchentlichem Wechsel. Bei Jugendlichen, die sich freier zwischen den Eltern bewegen können, kann die Besuchszeit flexibler deren Bedürfnissen angepasst werden.

**Flexible Betreuung:** ist oft die bessere Lösung für Eltern, von denen einer oder beide im Schichtdienst arbeiten. Für die Kinder ändert sich nicht viel, da sie bereits daran gewöhnt waren, dass mal die Mutter, mal der Vater für sie da war. Für sie wäre eine starre Regelung ein starker Einbruch in ihre Gewohnheiten und würde in vielen Situationen dazu führen, dass sie einen Elternteil über längere Zeiträume nicht besuchen könnten.



**Aufgabenspezifische Betreuung:** Über die jeweilige Besuchsregelung (traditionell oder gleichberechtigt) hinausgehend können die Eltern Abmachungen treffen, wer sich um welche Aufgabenbereiche kümmert. So kann zum Beispiel der Vater die Hausaufgabenhilfe an den schulfreien Nachmittagen übernehmen, und die Mutter begleitet die Kinder zum Sport. Oder der Vater mit vierzehntägigem Besuchsrecht holt die Kinder zusätzlich jeden Mittwoch von der Schule zum Schwimmen ab und bringt sie abends zur Mutter zurück.

Transparenz und Verlässlichkeit sind für alle im Rahmen einer gütlichen Scheidung ausgehandelten Vereinbarungen von großer Bedeutung. Je jünger die Kinder sind, desto wichtiger sind für sie sichere, zuverlässige Bindungen an beide Eltern sowie feste, verbindliche Gewohnheiten. Je älter die Kinder werden, desto mehr tritt die Transparenz, d.h. die Durchschaubarkeit der Vereinbarungen in den Vordergrund. So wissen sie, wer sich wann um sie kümmert und können sich auf die Fürsorge beider Eltern verlassen.



# Loyalitätskonflikte vermeiden

Loyalitätskonflikte entstehen durch das Einwirken eines oder beider Elternteile, manchmal auch der Großeltern auf das Kind. Manchmal geschieht dies durch ungeschickte Äußerungen und ohne Absicht der Erwachsenen, nicht selten fordern Mutter und/oder Vater parteiisches Verhalten der Kinder direkt ein.

Für das betroffene Kind drückt sich ein Loyalitätskonflikt darin aus, dass es in dem Gefühl gefangen ist, sich zwischen seinen Eltern entscheiden zu müssen und nur einem der beiden seine Liebe zeigen zu dürfen. Dies ist eine zutiefst ungesunde Position, da es auf natürliche Weise seine beiden Eltern liebt und braucht – auch wenn diese sich im Konflikt miteinander befinden. Es fühlt sich gefangen in einer Zwickmühle, aus der es sich nicht selbst befreien kann, ohne einen Elternteil zu verletzen. Indem es sich einem Elternteil zuwendet, muss es sich von dem anderen lösen und seine Gefühle für ihn oder sie verstecken. Um diese höchst belastende Situation aushalten zu können, wählen viele Kinder den verständlichen Ausweg, sich von einem Elternteil abzuwenden. So fühlt es sich kurzfristig entlastet und nach außen wirkt es ruhiger und zufriedener.

## Welche Auswirkungen können Loyalitätskonflikte haben?

Längerfristig können psychische Auffälligkeiten auftreten, von Vermeidungsverhalten (z.B. vermeidet das Kind Orte, wo es dem Vater begegnen könnte, oder es zerschneidet alle Fotos mit der Mutter drauf), Gefühlsblockaden (ein früher sensibles

Kind weint plötzlich nicht mehr, ein fröhliches Kind zeigt keine Freude oder Aufregung mehr, Kinder werden auffallend „pflegeleicht“, überangepasst, psychosomatischen Erkrankungen (z.B. unerklärliche Bauchschmerzen, Einschlafstörungen, Konzentrationsstörungen, usw.) bis hin zu Loslösungsproblemen von dem Elternteil, bei dem es lebt (wenn z.B. ein junger Erwachsener nicht von zuhause auszieht, weil er meint seine Mutter würde ohne ihn nicht klarkommen u.ä.). Hier können auch die Grundlagen für spätere Bindungs- und Vertrauensstörungen im Erwachsenenalter liegen (die sich z.B. in Vertrauensproblemen, massiver Eifersucht oder auch in einem übertriebenen Harmoniebedürfnis in späteren Partnerschaften äußern können).

Der abgelehnte Elternteil sollte sich im Klaren sein, dass das Abwehrverhalten eine momentane Notlösung für das Kind darstellt. Wenn sich die Situation zwischen Mutter und Vater entspannt, oder das Kind unabhängiger wird, sucht es von sich aus Monate oder manchmal erst Jahre später wieder den Kontakt zu dem abgelehnten Elternteil. Keinesfalls sollte man dem Kind dann mit Vorwürfen für sein früheres abweisendes Verhalten begegnen.

## Wenn das Kind die Gefühle der Eltern übernimmt

In vielen Fällen gerät das Kind in einen Loyalitätskonflikt, ohne dass einer der Elternteile das Kind offen gegen den anderen aufwiegelt oder es von ihr oder ihm fernhält. Das Kind hat feine Antennen dafür entwickelt, was die Mutter oder der Vater unausgesprochen von ihm erwarten. Manchmal spürt es,

dass die Mutter oder der Vater sich in Rivalität um die Liebe des Kindes mit dem Ex-Partner befindet und eifersüchtig auf eine gute Beziehung zwischen ihnen reagiert. Das Kind nimmt den unausgesprochenen Wunsch wahr, sich von dem anderen Elternteil abzuwenden; ein Wunsch, dem es dann – gegen seine eigenen Gefühle – nachgeht, um der Mutter oder dem Vater, bei dem es lebt, einen Gefallen zu tun. Es kann auch Angst haben, die Liebe des Elternteils, bei dem es lebt, zu verlieren, wenn es seine Zuneigung zu dem anderen offen zeigt (z.B. traut sich ein Kind nicht von der Wohnung des Vaters aus der Mutter zu ihrem Geburtstag anzurufen, oder es gibt dem Vater keinen Abschiedskuss, wenn er es zur Mutter zurückbringt). Es kann auch sein, dass es die Gefühle des trauernden oder verletzten Elternteils übernimmt und meint, sich mit ihm solidarisieren zu müssen (ein Kind reagiert aggressiv auf den Vater, nachdem die Mutter sich vor den Kindern über ihn geärgert hat).

Eine zusätzliche Quelle für Loyalitätskonflikte entsteht, wenn einer oder beide Elternteile neue Beziehungen eingehen und eine Patchworkfamilie entsteht (siehe auch Kapitel über Patchworkfamilien). Für das Kind können belastende Situationen auftauchen, die am besten in einem offenen Gespräch mit ihm gelöst werden können. So stellen sich ihm möglicherweise Fragen, wie: „Darf ich die neue Partnerin des Vaters auch mögen? Wem gebe ich mein Vatertagsgeschenk: meinem Stiefvater, der jeden Tag für mich da ist, oder meinem richtigen Vater, den ich nur ab und zu besuche? Muss ich der Freundin des Vaters gehorchen, wenn sie etwas sagt? Wie soll ich sie anreden? Muss ich Mutter zu ihr sagen, auch wenn ich das nicht will? Kann ich meiner Großmutter erzählen, was ich Schönes mit der Mutter meines Stiefvaters erlebt habe?“ usw.

Eltern können ihren Kindern Loyalitätskonflikte ersparen, wenn sie folgende Verhaltensweisen vermeiden:

### **Belastende Verhaltensweisen für das Kind sind z.B.:**

- schlecht über den nicht anwesenden Elternteil oder dessen Familie reden
- offen mit Bekannten oder Freunden über die Scheidung reden wenn die Kinder zuhören
- im Beisein der Kinder die Entscheidungen und Lebensführung des Ex-Partners kritisieren
- das Kind anhalten, den Ex-Partner auszuspionieren oder es nach einem Besuch ausfragen
- die Kinder als Übermittler („Briefträger“) von Botschaften benutzen – besonders von emotionalen Mitteilungen z.B. „sag deinem Vater, dass Mutter ständig wegen ihm weinen muss, dass sie sich geärgert hat...“

- das Kind als Stütze, Partnerersatz oder Vertrauensperson benutzen
- dem Kind abwertende Details aus dem Partnerschafts- und Intimleben seines Vater oder seiner Mutter erzählen
- das Kind übermäßig mit eigenen Gefühlen wie Wut, Verletzung oder Trauer oder eigenen Sehnsüchten nach Zuwendung, Liebe oder Sexualität konfrontieren und damit überfordern
- dem Kind verbieten, Geschehnisse aus dem Familienleben weiterzuerzählen
- das Kind in Dinge einweihen, die den anderen Elternteil (mit)betreffen, und dann verlangen, sie vor diesem geheim zu halten
- das Kind bremsen, wenn es im Anschluss an den Besuchstag erzählen will, oder seine Erlebnisse mit dem Ex-Partner abwerten
- dem Ex-Partner ständig Dinge vorschreiben, die er/sie beim Besuchstag mit dem Kind tun darf oder nicht (an die dieser/diese sich nicht halten kann oder die/der ihn/sie übermäßig einengen)
- keine Geschenke (oder Fotos) akzeptieren, die das Kind von dem anderen Elternteil erhalten hat oder sie verstecken

Finde ich mich beim Lesen dieser Verhaltensweisen in einzelnen Punkten wieder, so kann das bedeuten, dass ich gefühlsmäßig noch stark an den Ex-Partner gebunden bin, die Trennung noch nicht akzeptiert oder überwunden habe und meinen Ex-Partner deshalb immer wieder abwerte. Im Interesse meiner Kinder wäre es dann ev. angebracht, eine unterstützende Beratung aufzusuchen, um mich von meinem früheren Partner lösen zu können und meine Trauer und Wut mit einem Therapeuten zu bearbeiten. Erst dann ist eine neutralere Beziehung möglich, die eine verantwortliche Elternschaft trotz Scheidung ermöglicht.

Hilfreich ist es, dem Kind ausdrücklich die Erlaubnis zu geben, den anderen Elternteil genauso zu lieben, auch wenn man sich selbst im Streit mit ihm befindet. Kinder brauchen die Möglichkeit, ihre Gefühle ausdrücken zu können in erster Linie bei ihren Eltern selbst; aber auch Großeltern, andere Familienangehörige, LehrerInnen können

hier gefordert sein. Gesprächsgruppen für Kinder und Jugendliche werden von verschiedenen Beratungsstellen angeboten, um Kinder mit diesen Themen nicht alleine zu lassen. Grundlegend für die Verhütung von Loyalitätskonflikten ist ein fairer, gelassener und toleranter Umgang zwischen den getrennten Eltern.

Hilfe für einen Elternteil in Trennung ist Hilfe für seine Kinder

# Wie sagen wir ES den Kindern?

Wenn sich Eltern zum Schritt der Trennung entscheiden, haben die mitbetroffenen Kinder meist schon Beobachtungen gemacht, welche die drohende Trennung ankündigten. Sie sahen, wie die Eltern in der letzten Zeit miteinander umgingen, waren vielleicht Zeugen von bedrohlich wirkenden Szenen und hatten nicht-formulierbare Ahnungen über die Zukunft der Familie. Manche Kinder werden vielleicht auch keine Veränderungen des Zusammenlebens bemerkt haben und sind dann über die Ankündigung der Eltern umso überraschter.

Oft ist die Nachricht von der Trennung der Eltern erst mal ein Schock für das Kind. Die Eltern stehen nun vor der wichtigen Aufgabe, ihm zu versichern, dass sie weiterhin als Eltern zu ihm stehen und für es Sorge tragen. Das Kind soll zum Schluss die Gewissheit haben: Mama und Papa haben mich weiterhin lieb – auch wenn sie sich als Mann und Frau nicht mehr mögen und einer von ihnen auszieht!

Kinder hören mit Recht gern, dass die Eltern sich über sie freuen und dass diese Freude nicht zerstört werden kann. Daher sind Mutter und Vater aufgefordert, gerade bei der Trennungsmitteilung das Bedürfnis des Kindes nach gegenseitiger Zuneigung nicht aus den Augen zu verlieren.

So ist es etwas anderes, ob Kinder die neue Lebenssituation aus Vorwürfen über den verlassenden Partner heraushören müssen oder ob sie die Eltern in dem Bemühen erleben, ihnen das bislang scheinbar Unmögliche beizubringen.

## Was gilt es bei einem Gespräch über die bevorstehende Trennung zu beachten?

Vor der Mitteilung ist es wichtig zu klären, wann, in welcher Form, mit welchem Inhalt und unter welchen Bedingungen den Kindern die Trennung der Eltern mitgeteilt wird. Dies hängt von verschiedenen Faktoren ab, wie z.B. vom Alter der Kinder, der Kooperationsmöglichkeit der Eltern, dem sozialen Umfeld oder von der zeitlichen Abfolge der tatsächlichen Geschehnisse.

Wir empfehlen Eltern, die Kinder gemeinsam über die bevorstehende Trennung zu informieren. Somit fühlen sich die Kinder weniger hin und her gerissen und sie erleben die Absicht beider Eltern, sich auch in Zukunft gleichermaßen um sie zu kümmern. Es wird auch verhindert, dass die Kinder eventuell mit zwei unterschiedlichen Versionen zur Trennungssituation konfrontiert werden, und dann nicht wissen, wem und was sie glauben können.

Wir sind uns aber auch im Klaren darüber, dass dies nicht immer möglich ist. Manchmal ist die Trennung bereits erfolgt, ohne dass die Möglichkeit bestand, die Kinder hierauf vorzubereiten. Eventuell ist einer der Elternteile still oder im Streit ausgezogen oder ein Elternteil verlässt mit den Kindern die gemeinsame Wohnung und hat nun die Aufgabe, die Kinder zu informieren. Für diesen Fall finden Betroffene Hilfestellungen am Ende des Kapitels.

### Tipps zur Gestaltung des Gesprächs:

Falls die Mitteilung der Trennung der Eltern geplant werden kann und es möglich ist, dass beide Eltern gemeinsam anwesend sind, ist es günstig folgende Punkte zu beachten:

- In der bisherigen Wohnung wäre ein Ort zu wählen, wo ein ungestörtes Gespräch möglich ist, der aber auch wieder verlassen werden kann – z.B. Sitzgruppe oder gemütlicher Teppich – nicht aber im Kinderzimmer.
- Die Mitteilung wird einfach und kurz gehalten.
- Obwohl die beiden Elternteile unweigerlich ihre eigenen Sichtweisen haben, ist es hilfreich, diese nicht vor den Kindern zu diskutieren. Vielmehr kann es die Situation unterstützen, wenn die Eltern versuchen, einen größtmöglichen gemeinsamen Nenner für den Inhalt der Mitteilung zu finden und diesen während der Mitteilung im Blick zu behalten.
- Es ist empfehlenswert, einen Zeitpunkt zu wählen, zu dem es den Eltern bereits möglich ist, etwas über die neue Lebensweise zu sagen: Wer wohnt demnächst wo? – Wer bringt das Kind zum Sport? – Wer unterschreibt was von der Schule? Wer bezahlt das Taschengeld? Dabei sind auch die bleibenden Dinge zu erwähnen, z.B. der regelmäßige Besuch beider Großeltern oder das Stattfinden der geplanten Geburtstagsparty.

Je nach Alter der Kinder sind folgende Faustregeln bei der Mitteilung nützlich:

**Bis 3 Jahre:** einfache Mitteilung und diese im Gespräch ein paar Mal wiederholen. Ungefähr 1–2 Wochen vor Trennung.

**3-5 Jahre:** kurze und konkrete Mitteilung bezüglich der Trennung und der damit verbundenen Veränderungen. Ungefähr 1-2 Wochen vor der Trennung.

**6-8 Jahre:** Konkrete und differenzierte Mitteilung bezüglich der damit verbundenen Veränderungen im Alltag der Kinder und in ihrer Beziehung zu den Elternteilen. Wertschätzen der Gefühle wie Trauer und Wut. Deutlich versichern, dass die Trennung nur mit Mama und Papa zu tun hat und dass Mama und Papa sie beide weiterhin genauso lieb haben. Ungefähr 3-4 Wochen vor der Trennung.

**9-12 Jahre:** Verantwortungsübernahme für die Trennung durch die Eltern bzw. eventuell durch den Elternteil, welcher die Trennung initiiert. Das Kind ermuntern, seine diesbezüglichen Gefühle wie Wut, Trauer, Enttäuschung, Angst aber evtl. auch Entlastung zuzulassen. Dem Kind helfen, das Benennen eines „schuldigen Elternteils“ umzuformulieren in „Übernahme von Verantwortung für eine sich verändernde Situation.“ Möglichst dicht an der Wahrheit bleiben. Ungefähr 3–4 Wochen vor der Trennung.

**Ab 12 Jahre:** Das soziale Leben der Jugendlichen in den Fokus stellen. Nicht zu viele Details erzählen. Zusätzliche Bezugspersonen können hilfreich sein.

---

## Raum für die Reaktionen gewährleisten

---

Den Kindern sollte danach im Beisein der Eltern Zeit gegeben werden, die Mitteilung zu verstehen und sich auszudrücken: Die Kinder haben das Recht, ihre Fragen loszuwerden und sagen zu können, wie ihnen zumute ist, oder was sie befürchten. Weil Rückfragen und Reaktionen der Kinder vielleicht nicht sofort kommen, sollten beide Eltern nach Beendigung dieses Gespräches noch geraume Zeit erreichbar bleiben. Trotz guter Vorbereitung werden sehr viele Eltern erst sehr viel später mitbekommen, was in ihren Kindern vorgeht. Jedes Kind ist eine eigene Persönlichkeit und verhält sich unterschiedlich.

## Mögliche Reaktionen auf Fragen der Kinder

---

- Wenn das Kind Sie zu eigenen Stellungnahmen auffordert („Aber ich will wissen, was du dazu denkst!“), geben Sie kurze Erklärungen und schauen Sie Ihr Kind dabei an. Dadurch können Sie überprüfen, welche Reaktion Ihre Antwort auslöst. Sehr häufig provozieren die elterlichen Erklärungen weitere Nachfragen, auf die man dann mit weiteren Gegenfragen eingehen könnte.
- Es kann auch hilfreich sein, bei Fragen Ihres Kindes Rückfragen zu stellen: z.B. „Warum ist Papa gegangen?“ – „Was meinst du, warum er fort ist?“ Die Antwort des Kindes könnte lauten: „Weil ihr euch so viel gestritten habt!“ Solche Antworten kann man beruhigt stehen lassen. Wenn das Kind weitere Informationen haben will, wird es nachhaken. Und wenn Ihnen ein Kind über einen langen Zeitraum hinweg Löcher in den Bauch fragt, ist das ein Zeichen dafür, wie sehr es sich mit dem Thema Abschied beschäftigt.

- Vermeiden Sie alles, was beim Kind dazu führt, dass es sich an der Trennung schuldig fühlt (z.B. „Wir haben uns häufig deinetwegen gestritten!“). Suchen Sie die Verantwortung bei sich! Geben Sie dem Kind das Gefühl, dass Sie weiterhin seine Eltern sind und gemeinsam für es sorgen ! Bedenken Sie: Trotz einer Trennung kann man sich als Eltern gegenseitig achten!

Rituale erweisen sich als wichtig, z.B. die Besuchsregelung, die regelmäßigen Anrufe, die Gestaltung des Urlaubs etc.. Kinder sind in Trennungsphasen zwar gefühlsmäßig erheblich berührt, zugleich denken sie aber auch zweckorientiert: „Wer fährt mich zur Musikschule?“ – „Wer kocht mittags das Essen?“ – „Wer macht mit mir Hausaufgaben?“ – „Wer repariert das Fahrrad?“

## Wenn ein Elternteil nicht kooperiert

---

Es gibt Situationen, in denen die Trennungsmittelung weder im Voraus noch von beiden Elternteilen zusammen an die Kinder herangetragen werden kann. Sie sehen sich dann als Mutter oder Vater alleine vor die schwierige Aufgabe gestellt, den Kindern die bevorstehende oder schon erfolgte Trennung mitzuteilen. Auch in solchen Situationen können Sie sich in Ihrer Mitteilung von den beschriebenen Kriterien wie Ort, Zeitpunkt und altersentsprechender Inhalt der Mitteilung leiten lassen. Zudem könnte es hilfreich sein, dem Kind im gemeinsamen Gespräch Möglichkeiten zu geben, sich über den abwesenden Elternteil Gedanken zu machen: z.B. „Ich könnte mir vorstellen, dass Dein Papa/Deine Mama jetzt an Dich denkt.“ Oder als weiterer Schritt könnte es in dieser Situation hilfreich sein, gemeinsam mit dem Kind zu überlegen, wie das Kind sich mit dem abwesenden Elternteil auseinandersetzen könnte, wie z.B. einen



---

Brief schreiben, Aufnahmen auf Kassette oder Video, anrufen oder ein Bild malen. Als ein Elternteil werden Sie nicht alle Fragen, welche an beide Elternteile gestellt werden, beantworten können. So können Sie dem Kind konkrete Informationen über die Situation geben und gleichzeitig gemeinsam mit dem Kind seinen Wunsch aushalten, mehr über den abwesenden Elternteil zu erfahren.

Womöglich empfinden Sie gegenüber dem nun abwesenden Elternteil große Wut, Trauer, Enttäuschung eventuell auch Angst. Eine besondere Herausforderung ist es, in dieser Situation zu seinen Gefühlen stehen zu dürfen und gleichzeitig zu berücksichtigen, dass die Kinder sich auch mit dem abwesenden Elternteil identifizieren werden. Für Kinder ist es daher unterstützend, wenn sie auch Positives über diesen Elternteil erfahren und äußern dürfen. Hilfreich und ausgleichend können hier die Großeltern wirken (siehe hierzu das Kapitel zu den Großeltern). Dies erleichtert den Kindern eine spätere Wiederannäherung. In der Tat kommt es häufiger vor, dass gerade in der akuten Trennungssituation ein Elternteil eine Zeitlang den Kontakt auch zu den Kindern aufgibt. Das sollte nicht vorschnell als Desinteresse an den Kindern interpretiert werden, meistens liegen andere Gründe dahinter, die mehr mit den Umständen der Trennung oder mit Streitigkeiten um die Scheidungsvereinbarungen zu tun haben. Meistens wird diese Phase nach kurzer Zeit überwunden und der Kontakt zu den Kindern normalisiert sich.

Es kommt allerdings auch vor, dass der Kontakt zu den Kindern für eine längere Zeit abgebrochen wird. Unter diesen Umständen kann es für die Kinder wichtig sein, dass eine Person aus dem

Familien- oder Freundeskreis zukünftig als die- oder derjenige, mit dem das Kind sich neben der Mutter/dem Vater stärker identifizieren kann, zur Verfügung steht. Die Verantwortung für die Kinder in allen Belangen, Planungen und Entscheidungen nun alleine zu tragen ist einerseits eine große Aufgabe, bringt aber auch Klarheit und somit meist auch Erleichterung. Unterstützung durch Familienangehörige, Freunde, Nachbarn oder öffentliche Angebote wie z.B. Betreuungseinrichtungen, Babysitter, Beratungsstellen oder Gesprächsgruppen helfen, den Alltag zu organisieren.





# Wie kommen Kinder mit der Scheidung ihrer Eltern klar?

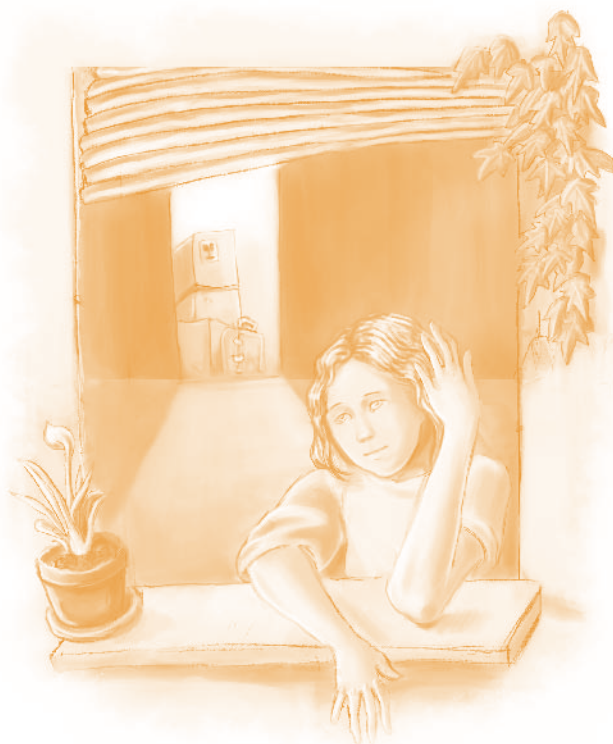
Was muten wir unseren Kindern zu, wenn wir uns trennen? Werden die Kinder durch die Scheidung Schaden erleiden? Werden sie für ihr Leben geprägt? Und: Wie kann ich ihnen helfen, mit den Belastungen fertig zu werden? Wie kann ich sie unterstützen? Diese oder ähnliche Fragen stellen sich wohl die meisten Eltern, wenn ihre Trennung bevorsteht. Sie machen sich Sorgen und beobachten die Reaktionen ihrer Kinder.

## Mögliche Reaktionen von Kindern auf die Scheidung

Nach einer Studie reagieren zwei Drittel von beobachteten Kindern und Jugendlichen vorübergehend mit Verlassenheitsängsten, Depressionen und Schuldgefühlen. Da auch heute noch Scheidung ein Tabuthema sein kann, können Kinder aus Scham ihre besondere Lebenssituation in der Schule oder sogar gegenüber Freunden verheimlichen. In belastenden Situationen können Kinder auch mit psychosomatischen Symptomen, wie z.B. unerklärlichem Bauch- oder Kopfweg, Ess- oder Schlafstörungen reagieren. Bei anderen können sich die Schulnoten verschlechtern. Dies kann ein Zeichen dafür sein, dass das Kind mehr Zuwendung und Unterstützung in der Verarbeitung der Trennung von den Eltern braucht. Wenn Eltern versuchen, sich in seine Lage hineinzuversetzen, können sie leichter verstehen, warum es in dieser Zeit mehr Aufmerksamkeit und Zuwendung braucht. Meistens klingen die Symptome ab, wenn sich die neue Situation stabilisiert hat.

In jeder Altersstufe ist es wichtig, den Kindern die Möglichkeit zu geben, ihre Gefühle wahrzunehmen,

auszudrücken und zu integrieren. Jeder Ausdruck von Emotionen ist befreiend für das Kind. Dabei kann es vorkommen, dass einige ausgedrückte Gefühle befremdlich wirken oder unseren eigenen Gefühlen widersprechen, z.B. wenn das Kind um den ausgezogenen Elternteil weint, wir uns aber freuen, dass er/sie endlich fort ist. Es kann auch vorkommen, dass Kinder mit Erleichterung reagieren, dass der elterliche Streit endlich aufhört, und mehr Ruhe zuhause einkehrt. Manchmal wechseln sich auch



widersprüchliche Gefühle wie Trauer und Erlösung ab. Eltern können Kindern dabei helfen, Worte auf ihre Gefühle zu setzen, um sie so leichter mitteilbar zu machen. So erfahren die Kinder, dass sie diese Gefühle haben und auch ausdrücken dürfen.

Veränderungen und Auffälligkeiten von Kindern nach der Trennung der Eltern sollten nicht als Fehlverhalten bewertet werden, sondern als Bemühen seitens des Kindes mit einer neuen schwierigen Lebenssituation umzugehen.

### Hinweise zur altersgerechten Unterstützung

Grundsätzlich reagieren die Kinder auf die Trennung der Eltern sehr verschieden. Dennoch gibt es eine Reihe altersspezifischer Reaktionen.

**Kleinkinder** reagieren häufig mit Angst und Schlafstörungen. Ein Kind in diesem Alter braucht für seine Entwicklung verlässliche Beziehungen zu Vater und Mutter. Ist dies im Falle einer Trennung nicht mehr gewährleistet, reagiert das Kind verunsichert. Deshalb ist es wichtig, dass es regelmäßige Kontakte zu dem getrennt lebenden Elternteil hat.

**Kinder im Vorschulalter** reagieren bereits bewusster auf eine Trennung. Sie wünschen sich oft, dass die Eltern wieder zusammenziehen. Dabei fällt es ihnen schwer, zwischen Wunschvorstellung und Realität zu unterscheiden. Der Wunsch wird zuweilen reeller als der konkrete Alltag. Sie zeigen Verlassenheitsängste, vor allem auch gegenüber dem Elternteil, mit dem sie zusammenleben. Sie haben die Tendenz zu klammern, z. B. wenn Vater oder Mutter ausgehen, aus Angst sie /er käme nicht mehr zurück. Sie sind mitunter traurig oder aggressiv. Manchmal

suchen sie die Schuld für das Weggehen von Mutter oder Vater bei sich.

**Mit dem Schulalter** können die Kinder die Trennung der Eltern bereits besser verstehen, was nicht heißt, dass es deswegen einfacher wäre, mit der neuen Situation umzugehen. Sie reagieren traurig, wütend und hilflos, weil sie nur wenig Einfluss darauf haben, was in ihrer Umgebung passiert. Sehr belastend sind Loyalitätskonflikte, wenn sich das Kind zwischen Vater und Mutter hin- und hergezogen fühlt oder Entscheidungen fällen muss, die beide Eltern betreffen. Mit zunehmendem Alter verstehen die Kinder differenzierter die Beweggründe und Umstände der Trennung der Eltern. Oft entwickeln sie ein starkes Gespür für „Richtig“ und „Falsch“ und nehmen dadurch manchmal Extrempositionen für oder gegen einen Elternteil ein. Das Kind braucht die ausgesprochene Freiheit und Sicherheit, mit beiden Eltern einen guten Kontakt haben zu dürfen.

**Jugendliche** sind meistens über die elterlichen Konflikte informiert und können sie eventuell leichter nachvollziehen. Dennoch reagieren sie sehr heftig auf die Trennung der Eltern. Jugendliche befinden sich bereits in der Ablösungsphase vom Elternhaus. Durch die elterliche Trennung kann es sein, dass sich die Ablösung erschwert, wenn sie in die familiären Konflikte verstrickt bleiben, oder aber sie versuchen sich abrupt zu lösen z. B. durch frühzeitige eigene Bindungen. Jugendliche leiden meist auch, wenn es durch die Scheidung zu finanziellen Einbußen kommt.

Kinder aller Altersstufen haben unter bestimmten Umständen (große Trauer bei einem Elternteil, seelische oder physische Überlastung der Mutter oder des Vaters, Unzuverlässigkeit, u.a.) die Tendenz, mehr Verantwortung zu übernehmen, als sie in ih-

---

rem Alter tragen können: für Mutter oder Vater, die jüngeren Geschwister, den Haushalt usw. Die Eltern sollen darauf achten, ihr Kind nicht zu überfordern, und sie dadurch entlasten, indem sie sich gegebenenfalls Hilfe und Unterstützung suchen.

Wie Kinder langfristig mit der Scheidung klarkommen, hängt weniger mit der Scheidung an sich zusammen, sondern einerseits damit, wie respektvoll und achtsam die Eltern während des Trennungsprozesses miteinander umgehen, und andererseits damit, welche Bedingungen sich aus der Scheidung für die Kinder ergeben. Eltern können ihren Kindern helfen, indem sie versuchen, Lösungen zu finden, die den Bedürfnissen ihres Kindes gerecht werden.

### Langzeitfolgen: Was wird aus den Kindern?

Manche Sorgen von Eltern, was längerfristige Probleme von „Scheidungskindern“ angeht, werden durch die Forschung über Scheidungsfolgen nicht belegt. Neuere wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen auf, dass die meisten Kinder langfristig mit der Situation gut zurechtkommen. So kam z.B. die amerikanische Psychologieprofessorin E.M. Hetherington, welche in ihrer Scheidungsstudie annähernd 1400 Scheidungsfamilien und über 2500 Kinder über 30 Jahre hinweg begleitete u.a. zu folgenden Erkenntnissen:

- Emotionale und soziale Störungen sowie Verhaltensprobleme zeigen sich vorwiegend in der Anfangszeit der Trennung. Nach etwa 2 Jahren haben die meisten Jungen und Mädchen sich an die neue Lebenssituation angepasst und zeigen keine besonderen Auffälligkeiten mehr.
- Die meisten Scheidungskinder unterscheiden sich im Erwachsenenalter nicht von Gleichaltrigen, die

in „normalen“ Familien aufgewachsen sind, sondern sind berufstätig, haben intime Beziehungen, sind zufrieden und fähig, ihr Leben sinnvoll zu gestalten.

- Manche Entwicklungsstörungen, die als klassische Scheidungsfolgen angesehen werden (z.B. Aggressivität, Trotz, Angst, soziale Probleme) zeigten sich bei Kindern schon vor der Trennung der Eltern, insbesondere bei Familien mit hohem Konfliktpotential.
- Wenn Kinder vor der Trennung viel Streit, vielleicht sogar Gewalt erlebt haben, führt die entspanntere Atmosphäre in der Einelternfamilie sogar zu erhöhter sozialer Anpassungsfähigkeit.
- Auch wenn die Erziehungskompetenz der Eltern in der Anfangszeit nach der Trennung zunächst geschwächt ist, so erstarkt sie im zweiten und dritten Jahr doch wieder.
- Der wichtigste Schutz gegen die vielen Stressbelastungen, denen die Kinder bei einer Trennung ausgesetzt sind, ist eine liebevolle, verantwortlich sorgende Mutter und/oder ein ebensolcher Vater.
- Wenn der Umgang mit den Kindern liebevoll, bestimmt, konsequent und verlässlich ist und der Konflikt zwischen den Eltern nach der Scheidung gering, gedeihen die Kinder gut, egal ob sie bei Vater oder Mutter leben.

*Literatur: E. Mavis Hetherington/John Kelly:  
„Scheidung. Die Perspektive der Kinder“ Beltz 2003*

## Tipps von betroffenen Kindern und Jugendlichen aus Trennungs- und Scheidungsfamilien an Eltern:

- Die Eltern sollen uns frühzeitig Bescheid geben, dass sie sich trennen oder scheiden lassen wollen.
- Sie sollen nicht so laut streiten, wenn wir dabei sind!
- Sie sollen sich nicht gegenseitig und uns nicht schlagen!
- Papa oder Mama sollen nicht einfach heimlich abhauen!
- Sie sollen uns nicht zwingen, zwischen ihnen zu entscheiden!
- Sie sollen uns nicht ausfragen oder bedrohen, wenn wir den weggezogenen Elternteil besuchen!
- Sie sollen sich nicht gegenseitig schlecht machen!
- Sie sollen sich trotz Scheidung einig sein, wie sie uns erziehen!

*Zusammengetragen aus Gruppen für Kinder und Jugendliche aus Trennungs- und Scheidungsfamilien*

# Psychologische Begleitung für Kinder und Jugendliche

Die Trennung oder Scheidung der Eltern ist für die Kinder und Jugendlichen eine Krisensituation. Wenn Eltern sich trennen, werden das Kind respektive der Jugendliche aufgefordert, sich mit der neuen Situation auseinanderzusetzen. Dabei sind sie oft auf sich alleine gestellt, da die beiden Elternteile jeweils sehr mit ihren eigenen Problemen, Verletzungen und mit der veränderten Lebenssituation beschäftigt sind.

In Bezug auf die psychologische Situation des Kindes bedeutet dies, dass die bisherigen Anpassungsmuster nicht mehr greifen. Die vertraute Welt des Kindes bricht zusammen. Die Krise erfordert neue Verhaltensweisen. Das Kind muss sich in seiner eigenen Welt neu orientieren. Es entstehen dabei neue, fremdartige Situationen, die erst als bedrohlich und verunsichernd empfunden werden. Oft spüren die Kinder sich dabei hilflos und ohnmächtig.

„Der größte Teil der sichtbaren Scheidungsreaktionen bei Kindern sind normale und gesunde Antworten auf verrückte Lebensumstände und dienen dazu, das verlorene psychische Gleichgewicht wiederherzustellen“

*nach Barbara WAGNER-TICHY*

Kinder getrennter oder sich trennender Eltern können unterschiedlichste Emotionen durchleben, wovon sich erhebliche und vielfältige Symptome wie emotionale Labilität, Schlafstörungen, Leistungsabfall, Kontaktängste, Verhaltensauffälligkeiten oder auch psychosomatische Beschwerden entwickeln

können. Bei manchen Kindern, welche die Trennung der Eltern nicht verarbeiten konnten, können sich auch depressive Symptome entwickeln.

Entscheidend für die Art und Weise wie Kinder mit Schicksalsschlägen umgehen sind biologische, psychologische und auch soziale Komponenten bzw. Ressourcen des Kindes.

Sollten bei Scheidungskindern außergewöhnliche Probleme auftreten oder die oben aufgeführten Symptome über einen längeren Zeitraum bestehen bleiben, so stehen diesen Kindern und ihren Eltern verschiedene Beratungsstellen in Luxemburg zur Verfügung.

## Professionelle Hilfsangebote

Beratungsstellen bieten den Kindern, Jugendlichen und auch deren Eltern psychologische Begleitung zur Bewältigung oder auch zur Vorbeugung von Schwierigkeiten an. Eine solche Begleitung kann zum Beispiel in Form von Erziehungsberatung, psychotherapeutischer Intervention oder Gesprächsgruppen stattfinden.

Bei den Einzel- und Gruppenangeboten für die Kinder und Jugendlichen können diese in einem sicheren und geschützten Rahmen über ihre Erfahrungen und Gedanken sprechen. Sie lernen, ihre Gefühle bezüglich der Trennung ihrer Eltern auszudrücken. Die Kinder und Jugendlichen erfahren, dass alle Gefühle, auch Wut, Ängste und Trauer erlaubt sind. Gemeinsam werden die Stärken und Fähigkeiten erforscht, stützende Sozialkontakte erweitert und neue Sichtweisen eröffnet. Sie bekommen Informa-

tionen über Trennung und Scheidung und erfahren, dass auch andere Kinder und Jugendliche betroffen sind und wie diese damit umgehen. Die Kinder und Jugendlichen gewinnen neues Selbstvertrauen und lernen, Schritt für Schritt die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und auszudrücken. Mit Hilfe einer psychologisch-pädagogischen und je nach Situation auch psychotherapeutischen Unterstützung finden die Kinder neue Formen der Bewältigung und lernen, mit ihrer neuen Familiensituation besser zurechtzukommen – in einer Situation, in der sie und ihre Familie es alleine nicht schaffen.

Durch die Unterstützung der Kinder und Jugendlichen erfahren auch die Eltern Entlastung in einer Zeit, in der sie selbst sehr belastet sind. Sie werden im gemeinsamen Gespräch darin unterstützt, Reaktionen ihrer Kinder besser zu verstehen, und werden in ihrer Elternrolle gestärkt. Informationen über Erleben und Verarbeiten von Trennung zu erhalten, ist der erste Schritt, um auf Kinder in Scheidungssituationen hilfreich zugehen zu können.

*(Adressen: siehe Anhang)*



# Tipps zur Besuchsregelung

Für alle, Eltern wie Kinder, ist dies oft eine Situation in der viel Unsicherheit besteht. Vielleicht schmerzt es Sie, den ehemaligen Partner zu sehen, alte Erinnerungen kommen hoch. Sie treffen sich eventuell in der Wohnung, in der Sie gemeinsam gelebt haben, oder es spielen sich die gleichen Konflikte wie früher ab. Ihre Kinder sind jetzt vielleicht besonders aufgedreht oder klammernd; auch sie spüren die Atmosphäre zwischen den Eltern und merken eventuell, dass der eine Elternteil gar nicht möchte, dass sie den anderen besuchen. Es kann für Ihre Kinder schwierig sein, das gewohnte Zuhause für einen Zeitraum verlassen zu müssen. Der besuchte Elternteil sollte den Kontakt so normal wie möglich gestalten. Gemeinsame Gespräche, Spiele und alltägliche Unternehmungen sind mindestens so wichtig wie Zoo und Phantasialand.

Achten Sie darauf, dass das Kind bei Ihnen zumindest eine Ecke hat, die ihm gehört. Auch vertrautes Spielzeug das dort liegt, baut Sicherheit auf!

Wenn Auseinandersetzungen auf der Paar-Ebene nicht geklärt sind und diese die Besuche überschatten, könnten es helfen, spezielle Übergaberituale zu inszenieren: zum Beispiel kann der Partner/die Partnerin die Kinder bei einer neutralen Person abholen und sie dort auch nach dem Besuch wieder hinbringen. Denn gibt es bei der Übergabe ständig Streit zwischen den Elternteilen, zieht dies für das Kind emotionalen Stress nach sich. Manchmal trauen Kinder sich nicht, ihre wahren Gefühle zu zeigen.

Bitte beachten Sie, dass bei mehreren Kindern jedes anders auf den Besuch beim anderen Elternteil reagieren kann.

## Vor dem Besuch:

- Die Kinder sollten frühzeitig wissen, wann der Besuchstag stattfindet, damit sie sich darauf einstellen können.
- Es wäre gut, wenn Ihre Kinder in der Wohnung abgeholt würden. Vielleicht können Sie den anderen Elternteil kurz in die Wohnung bitten, denn da fühlen sich Ihre Kinder sicherer als auf dem Flur.
- Teilen Sie dem anderen Elternteil mit, wie es Ihren Kindern im Moment geht (wie haben sie z.B. geschlafen, wie waren die letzten Tage im Kindergarten oder in der Schule ... oder was Ihnen sonst noch wichtig ist). Wenn Sie sich dazu in der Lage fühlen, können Sie vielleicht auch mal einen Kaffee trinken. So merken Ihre Kinder, dass Sie über Dinge, die ihr Leben betreffen auch mal miteinander reden können, und sie fühlen sich nicht ganz so hin- und hergerissen.
- Geben Sie Ihrem Kind sein vertrautes Schmusetier (-kissen) zum Besuch mit.
- Gut wäre auch, wenn die Kinder eine immer gleiche, vielleicht eigene Tasche haben, in der ihr Lieblingsspielzeug, Kleidungsstücke zum Wechseln, Gummistiefel oder Schwimmsachen sind, damit der andere Elternteil auch alle Spielmöglichkeiten mit den Kindern hat.



## Während des Besuchs:

- Bei Schulkindern sollte es möglich sein, dass deren Freunde und Schulkameraden den anderen Elternteil besuchen und kennenlernen können.
- Lassen Sie Ihre Kinder sich erst mal wieder an Sie und Ihre Wohnung gewöhnen. Am besten machen Sie jetzt nicht gleich Aktivitäten außerhalb des Hauses.
- Hilfreich ist es, ein Ritual einzuführen, mit dem man jeden Besuch beginnt z.B. erst mal eine Geschichte vorlesen oder einen Kakao zusammen trinken, oder andere Dinge, die Ihnen und den Kindern gefallen und beruhigend sind.
- Viele Väter/Mütter machen sich (und den Kindern) Stress, weil sie meinen, ihnen am Besuchstag „etwas ganz Tolles“ bieten zu müssen. Beide – Kinder und besuchter Elternteil – brauchen aber auch Ruhe und Muße, um voneinander erzählen zu können.
- Machen Sie also auch ganz „normale“ alltägliche Dinge mit den Kindern. Schön wäre es, wenn sie eine eigene Spielecke und/oder ein eigenes Bett in der Wohnung hätten.
- Wenn Sie die Kinder eine Stunde vor Ende des Besuchstags darauf aufmerksam machen, können sich diese darauf einstellen und sich von den Spielsachen und der Wohnung verabschieden.
- Nörgeln und Klammern bei der Übergabe sind ganz natürliche Reaktionen; das jüngere Kind „verarbeitet“ so den Abschied. Dieses weitverbreitete Verhalten sollte nicht so verstanden werden, das Kind wolle nicht zurück zur Mutter/zum Vater.
- Grundsätzlich sollten die Kinder etwa zwei Stunden vor dem Zubettgehen und in den Ferien zwei Tage vor Schulbeginn wieder zurückgebracht werden, damit sie Zeit zum Eingewöhnen haben.

## Nach dem Besuch:

- Diese Phase ist für alle Beteiligten ein etwas heikler Moment. Der Besuchte muss sich von den Kindern trennen. Der Elternteil, zu dem das Kind zurückkommt, hat unter Umständen Angst, es könnte dem Kind beim anderen besser als bei einem selbst gefallen haben. Und die Kinder müssen den Umgebungswechsel verkraften, wurden eventuell in ihrer Aktivität unterbrochen, kriegen vielleicht auch die Spannungen zwischen den Eltern mit, ...
- Bringen Sie die Kinder in die Wohnung zurück und sprechen Sie darüber, wie es ihnen am Tag ergangen ist und was sie erlebt haben.
- Entwickeln Sie auch hier ein immer gleiches Ritual, das den Kindern Sicherheit bietet z.B. in die Badewanne gehen, vorlesen ... oder was Ihnen sinnvoll erscheint. Trotz all Ihrer Bemühungen kann das Kind ziemlich aufgebracht, gespannt oder aggressiv sein. Geben Sie ihm die Möglichkeit sich auszutoben.
- Fragen Sie Ihre Kinder nicht aus! Kein Aushorchen! Zeigen Sie aber Interesse an ihrem Tag, am besten indem Sie zuhören und das Erzählte nicht bewerten (!). Sagt Ihr Kind z.B. „Bei Papa, Mama habe ich heute ganz toll gespielt“, so sollten Sie ihm nicht antworten: „Aber hier spielst du doch auch schön!“ Es genügt, wenn Sie sagen „... hm, da hat es dir gut gefallen!“ oder einfach nur mit dem Kopf nicken und dem Kind übers Haar streichen.
- Manchmal können die Kinder nach einem Besuchstag nicht einschlafen, vielleicht wollten Sie noch was erzählen, wissen aber nicht wie .... Da ist es wichtig, dass Sie an diesem Abend für das Kind zu erreichen sind, also nicht ausgehen.



# Vater sein – auch nach der Trennung

**Vorbemerkung:** Aus Gründen der Lesbarkeit verzichten wir auf Formulierungen wie „Vater oder Mutter sein, nach der Trennung“, sondern entscheiden uns für die häufigere Variante, dass der Vater nicht mehr bei der Familie wohnt. Alle Hinweise lassen sich selbstverständlich auch auf den Fall anwenden, dass die Kinder beim Vater leben und die Mutter auszieht.

## Waterschaft ist eine lebenslange Aufgabe

Auch eine Trennung löst diese wesentliche Beziehung nicht auf. Wenn auch die meisten geschiedenen Eltern die Wichtigkeit des Vaters anerkennen und dafür Sorge tragen, dass das Kind zu beiden in Kontakt bleiben kann, gibt es immer wieder Elternteile, die sich so verhalten, als ob mit der Auflösung der Ehe auch die Rolle des Vaters erlöschen würde. Oft ist der Streit zwischen den ehemaligen Partnern der Grund, den Kontakt zu den Kindern zu unterbrechen, z.B. weil man die Ex-Partnerin strafen möchte, indem man sich nicht um die Kinder kümmert – umgekehrt erschwert auch manchmal die Mutter den Kontakt der Kinder zum Vater. Dies ist vom psychologischen Verständnis her ein Vergehen an den Kindern. So wie es für den Vater eine Pflicht ist, sich sowohl finanziell als auch emotionell um seine Kinder zu kümmern, so ist es die Aufgabe der Mutter, den Kontakt zu ermöglichen und zu fördern.

## Was sich für den Vater verändert

Der Auszug des Vaters aus der Kernfamilie verändert die Beziehung zu den Kindern in unterschiedlicher Weise. Oftmals besteht die Angst, den Kontakt ganz zu verlieren oder die Befürchtung, die Kinder würden den abwesenden Elternteil vergessen oder ablehnen. Bestand vor der Trennung eine gute Beziehung, und wurden die Kinder während der Scheidungsphase

nicht als Streitobjekt missbraucht, gibt es keinen Grund anzunehmen, dass eine wohl veränderte aber doch gute Beziehung – möglicherweise nach einer Trauerzeit – wieder hergestellt werden kann.

Der Vater, der nicht mehr in der Familie wohnt, wird feststellen:

- dass er manche Entwicklungen der Kinder nur noch aus der Distanz oder zeitlich versetzt mitbekommt und in viele Entscheidungen nicht einbezogen wird
- dass er kaum oder nur selektive Informationen vom Alltagserleben der Kinder erfährt
- dass die Kinder möglicherweise befangen oder zurückhaltend sind, wenn sie von ihrem Leben erzählen
- dass er weniger Möglichkeit hat, auf die Erziehung der Kinder Einfluss zu nehmen
- dass die Kinder stärker vom Ex-Ehepartner geprägt werden, mit dem sie tagtäglich zusammenleben
- dass mehr Absprachen und eine längerfristige Planung nötig werden und dass spontane Unternehmungen nicht oder nur mehr eingeschränkt möglich sind.

Diese Erfahrungen lassen leicht das Gefühl von Verlust oder Resignation entstehen, weil der Vater sich als Bezugsperson als zweitrangig, unwichtig, nebensächlich wahrnimmt. Auch wenn es stimmt, dass ein im Alltag

abwesender Elternteil nicht mehr die Rolle spielen kann, die er vorher innehatte, so ergeben sich doch andere wichtige Aufgaben für den „Wochenendvater“, die nicht unterschätzt werden sollten:

- Kinder brauchen Verlässlichkeit. Sie möchten sicher sein, dass ihr Vater auch an sie denkt, wenn er aus der Wohnung ausgezogen ist. Kleine Gesten der Aufmerksamkeit, regelmäßige Telefonanrufe, Anteilnahme an ihrem Leben bekunden (z.B. nach einer schwierigen Prüfung, einem Sportereignis nachfragen), Interesse an ihren Hobbys zeigen, Unterstützung anbieten, sind für Kinder in der Zeit der Trennung umso wichtiger.
- Durch seine Art und Weise mit der Trennungssituation umzugehen, sein Leben neu zu gestalten und in die Hand zu nehmen, sich für die Kinder einzusetzen, sich gegenüber der Mutter zu verhalten, erfahren die Kinder einen engagierten oder aber verunsicherten, überforderten Vater. Es soll nicht vergessen werden, dass auch im Alltag abwesende Väter das wichtigste männliche Verhaltensmodell für die Kinder bleiben, das auch nicht von einem neuen Partner der Mutter ersetzt werden kann.



- Die Zeit beim Vater bietet einen Ausgleich zum Erziehungsstil der Mutter. Das Kind lernt, dass es durchaus verschiedenartige und doch gleichwertige Erziehungs- und Aufmerksamkeitsstile geben kann, die beide ihre positiven und negativen Seiten haben. In diesem Sinne soll der Vater auch ermutigt werden, sein Zusammensein mit den Kindern eigenständig zu gestalten (ohne dabei das der Mutter abzuwerten). Man kann darauf vertrauen, dass die Kinder damit umzugehen lernen, dass es bei der Mutter anders zugeht als beim Vater und beide Seiten durchaus Vor- aber auch Nachteile haben.
- Kinder brauchen für eine ausgeglichene Entwicklung Mutter und Vater. Selbst der nicht im Alltag anwesende Vater spielt in der Psyche des Kindes eine wichtige Rolle und beeinflusst seine Entwicklung zum Erwachsenen. Selbst wenn der Vater aus gesundheitlichen, psychischen oder anderen Gründen zeitweise nicht imstande ist, sein Besuchsrecht voll auszuüben, so sollte zusammen mit den zuständigen Stellen (Gericht, SozialarbeiterInnen, ...) nach Wegen gesucht werden, den Kontakt, wenn auch nur stundenweise und/oder unter Aufsicht zu gewährleisten.
- Jedes Kind begibt sich irgendwann auf die Suche nach seinem Vater, will ihn kennenlernen, will wissen, wie und wer er ist. Auch wenn der Kontakt seit längerem abgebrochen ist, soll der Vater darauf vorbereitet sein, dass sich sein Kind jederzeit wieder an ihn wenden kann. Wichtig ist, in dem Moment nicht mit Vorwürfen oder aus der Verletzung heraus zu reagieren, sondern die Kontaktsuche – wenn auch gegebenenfalls mit Zurückhaltung – anzunehmen.

Es soll in diesem Zusammenhang darauf hingewiesen werden, dass das zumeist angewandte Modell des 14-tägigen Besuchsrechts im Sinne der Kinder und nach Absprache flexibler gestaltet werden kann: z.B. Babysitter-Abende für den Vater, zusätzliche Besuchszeiten im Laufe der Woche, Hausaufgabenhilfe an bestimmten Wochentagen, Übernahme von Arztterminen oder Begleitung zu Sport- oder sonstigen Aktivitäten durch den Vater. Bei Jugendlichen treten starre Regelungen gegenüber flexiblen, auch selbst gewählten Besuchszeiten beim Vater zurück. Diese Absprachen begünstigen die Beziehungen zwischen

allen Beteiligten und sollen im Interesse der Kinder bei den Besuchszeitregelungen mit berücksichtigt werden. Hilfestellung dabei kann auch die Mediation geben. Es soll aber davor gewarnt werden, die Besuchszeiten von Lust und Laune abhängig zu machen. Abgesprochene, klare Regeln vermeiden unnötige Spannungen und geben den Kindern Sicherheit in unsicheren Zeiten.

Um einen guten Kontakt zu den Kindern nach dem Auszug nicht zu verlieren, sollen zum Abschluss einige Grundsätze – zusätzlich zu den im Kapitel „Tipps zur Besuchsregelung“ genannten – aufgelistet werden:

### Tipps für Väter

- Zeigen Sie Interesse am Alltag des Kindes. Lassen Sie es erzählen, ohne zu bewerten. Beraten Sie Ihr Kind bei Alltags- oder Schulproblemen, wenn es Sie darum bittet. Sagen Sie ihm Ihre Meinung, ohne sie aufzudrängen.
- Beziehen Sie Ihr Kind in Ihren normalen Alltag ein. Gehen Sie natürlich mit ihm um. Vom alleinigen „Sonntags- bzw. Disneylandvater“ haben Kinder – besonders wenn sie sich zu jungen Erwachsenen entwickeln – schnell genug.
- Geben Sie nicht jeder Laune und Forderung Ihres Kindes nach, auch wenn dieses damit droht, Sie dann nicht mehr zu besuchen. Lassen Sie sich nicht erpressen.
- Sorgen Sie für Regelmäßigkeit und für Verlässlichkeit. Teilen Sie Ihrem Kind mit, wann Sie es sehen werden (ein Kalender für Besuchstage zusammen führen und eventuell mitgeben). Nach Möglichkeit vor dem Besuch zusammen telefonieren.
- Die Planung der Kinder, besonders der Jugendlichen mit berücksichtigen. z.B. das regelmäßige Sporttraining am Samstag nicht ausfallen lassen wenn es bei Ihnen ist. Erlauben, Freunde zu besuchen und auch mal seine Kollegen mitzubringen.
- Treten Sie nicht in Konkurrenz zum neuen Partner der Mutter – auch wenn es schwer fällt. SIE sind der Vater – und als solcher bleiben Sie ohne Konkurrenz.
- Beachten Sie, dass jede Vater-Kind-Beziehung ihre Krisen hat – ob die Eltern zusammenleben oder getrennt. Nicht jede Störung in ihrem Verhältnis ist auf die Trennung und/oder eventuelle Beeinflussungen von außen zurückzuführen.
- Zeigen und sagen Sie Ihrem Kind, dass Sie es lieben und für es da sind, auch wenn Sie sich nur unregelmäßige oder auch längere Zeit gar nicht sehen. Bestrafen Sie Ihr Kind nicht, wenn es zeitweise zu Ihnen auf Distanz geht.
- Überhäufen Sie Ihr Kind nicht mit Geld oder Geschenken. Die Liebe eines Kindes kann man nicht kaufen! Ein angemessenes Taschengeld für die Zeit bei Ihnen kann allerdings sinnvoll sein.

# Wenn Kinder sich weigern, den anderen Elternteil zu besuchen

Es gibt unterschiedliche Gründe, warum ein Kind sich weigert, den abwesenden Elternteil zu besuchen. Nicht immer ist es Erwachsenen möglich, diese Gründe nachzuvollziehen oder auch nur zu erfahren. Auch wenn es Ihnen schwerfällt, bedrängen oder manipulieren Sie Ihr Kind nicht. Längerfristig sind Sie der Verlierer dabei. Meistens liegt die Verweigerung nicht ursächlich in der Ablehnung des Elternteils. Die Kinder möchten am liebsten mit beiden Elternteilen zusammenleben. Weil das nicht möglich ist, meinen manche Kinder, sie müssten sich für einen von ihnen entscheiden. Aus missverstandener „Rücksicht“ auf die Mutter z.B. weigern sie sich zum Vater zu gehen. Oder sie solidarisieren sich mit einem Elternteil gegen den anderen und meinen,

ihn ebenfalls ablehnen zu müssen. In diesen Fällen ist die Weigerung als ein Lösungsversuch des inneren Loyalitätskonfliktes des Kindes zu verstehen. Oftmals liegt die Ursache einer Verweigerung aber schlicht und einfach in bestimmten Details, die aus dem Weg geräumt werden können, wenn ein Gespräch mit dem Kind stattfindet und die Eltern Verständnis für seine Bedürfnisse zeigen.

## Klare Besuchsregeln helfen

Sie sind vom Prinzip her als Vereinbarungen zwischen den Eltern im Sinne der Kinder zu verstehen. Dadurch wird die Gefahr vermindert, dass die Kinder in einen Loyalitätskonflikt geraten, indem ihnen die Entscheidung über Besuche beim anderen Elternteil abgenommen wird. Mit zunehmendem Alter erhalten die Kinder mehr Mitspracherecht was die Gestaltung der Besuchszeiten angeht. Eltern sollen sich soweit wie möglich an diese Absprachen halten und eventuelle Abweichungen davon gemeinsam beschließen.

- Sind sich beide Eltern in der Handhabung der Besuchszeiten einig und weigert sich das Kind trotzdem, den abwesenden Elternteil regelmäßig zu besuchen, lohnt sich meistens der Versuch, genauer nach den Gründen für seine Haltung zu fragen. Möglicherweise lassen sich die Widerstände abbauen, indem bestimmte Wünsche der Kinder berücksichtigt werden (z.B. kürzere Besuchszeiten, Freunde mitbringen, ...) oder Ängste des Kindes ausgesprochen werden können. Sind diese eventuellen Hindernisse aus dem Weg geräumt, sollten beide Seiten



---

das Kind dazu anhalten, die Besuchszeiten einzuhalten, wenn nötig auch mit leichtem Druck. Besonders der Elternteil mit dem Sorgerecht kann dem Kind klarmachen, dass er/sie es auch wichtig findet, den regelmäßigen Kontakt zum anderen Elternteil zu pflegen. Das entlastet von eventuellen Loyalitätsgefühlen ihr/ihm gegenüber.

- Häufig ist es aber auch so, dass die Eltern schlecht miteinander reden können und sich mit konkreten Absprachen schwertun. Leicht kann dann die Weigerung des Kindes zum neuen Kampfschauplatz für die Ex-Ehepartner werden. Besonders wenn die Eltern gefühlsmäßig gegeneinander aufgebracht sind, kann das Kind zwischen die Fronten geraten. Bei aller emotionaler Belastung, der Menschen nach einer Trennung ausgesetzt sind, passieren unweigerlich Ungeschicklichkeiten im Umgang mit dieser für alle Beteiligten neuen Familiensituation. Die Autoren plädieren dafür, bei sich selbst wie auch beim Ex-Partner eine gewisse Nachsicht walten zu lassen und ihm/ihr nicht jeden Fehler unter die Nase zu reiben. Das kostet sicherlich einiges an Überwindung, trägt aber zu einer Entspannung der oft turbulenten Beziehungen bei. Indem Eltern im Sinne der Kinder ihre eigenen negativen Gefühle dem früheren Partner gegenüber zu überwinden versuchen, verhindern sie das Entstehen von Loyalitätskonflikten bei den Kindern und vermeiden, ihre Konflikte auf den Schultern der Kinder auszutragen.
- Ist die Situation der Besuchsverweigerung eines Kindes doch eingetreten, bleibt dem Elternteil mit Besuchsrecht meistens das Nachsehen: Er/sie hat kaum annehmbare Möglichkeiten, um sein/ihr Besuchsrecht gegen den Willen des Kindes

(und/oder Ex Partners) einzufordern, ohne die Beziehung zu ihm zusätzlich zu belasten. Die Erfahrung zeigt, dass es sich lohnt, ruhig zu bleiben und abzuwarten. In fast allen Fällen nimmt das Kind von sich aus den Kontakt zum getrennt lebenden Elternteil wieder auf. Manchmal dauert es Wochen, es kann aber auch Jahre dauern, bis das Kind den Weg zurückfindet.

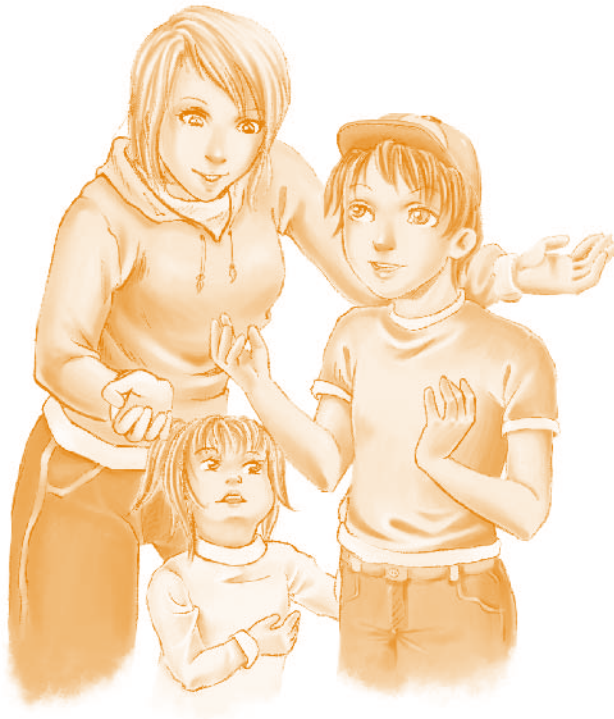
- In einigen Fällen gibt die Weigerung des Kindes einen Hinweis auf eine Störung in der Beziehung zum anderen Elternteil (Unverständnis, Desinteresse, manipulatives Verhalten, Gewaltanwendung oder reduziertes Verantwortungsgefühl durch Alkoholismus, psychische Störung o.a.). In diesen sehr heiklen Fragen ist es hilfreich, Fachleute in Familienfragen aufzusuchen und die eventuell angebrachten Schritte mit ihnen abzustimmen.
- Manche Eltern nehmen die Widerstände des Kindes zum Anlass, über sich selbst und die Beziehung zum Ex-Partner nachzudenken. Sie fragen sich z.B. ob es sein kann, dass sie ihre eigenen Erfahrungen (mit ihrer früheren Frau, ihrem Ex-Mann) und/oder ihre Ängste auf die Kinder übertragen. Nicht jeder Mann, der seine Frau hintergangen hat, ist automatisch ein unverbindlicher oder verantwortungsloser Vater, dem man misstrauen muss. Vielleicht ist ja die in der Partnerschaft leicht aufbrausende und streitsüchtige Frau in der Beziehung zu den Kindern viel ausgeglichener, und der Vater braucht sich keine Sorgen zu machen, wenn die Kinder mit ihr zusammen sind. Indem die Mutter/der Vater auf diese Art und Weise ihre/seine persönlichen Erfahrungen relativiert, entlastet er/sie damit die Kinder. Eine angstfreie und offene Beziehung zu beiden Elternteilen wird damit gefördert.

# Die Bedürfnisse der Kinder

Wie Kinder langfristig mit der Scheidung klarkommen, hängt weniger mit der Scheidung an sich zusammen, sondern damit, wie respektvoll und achtsam die Eltern während des Trennungsprozesses miteinander umge-

gangen sind und welche Bedingungen sich aus der Scheidung für die Kinder ergeben.

Eltern können ihren Kindern helfen, indem sie versuchen, Lösungen zu finden, die deren Bedürfnissen gerecht werden.



Die hier aufgelisteten Bedürfnisse entsprechen in der Regel den Wünschen von „Scheidungskindern“. Jedoch hat jedes Kind seine ganz persönlichen Bedürfnisse, ausgehend von den familiären Umständen. So sind die Anforderungen anders, wenn das Kind in

seiner Familie zum Beispiel Misshandlung erlebt (hat) oder psychiatrische Störungen bei einem Elternteil aufgetreten sind, oder wenn ein Elternteil keine Anteilnahme am Kind zeigt.

## An die Eltern:

- Ich liebe meine Eltern und brauche sie beide.
- Ich wünsche mir, sowohl mit meiner Mutter als auch mit meinem Vater viel Zeit zu verbringen. Ich brauche es, mit jedem Aktivitäten zu unternehmen und sehne mich nach zärtlichen Momenten mit beiden.
- Ich brauche die Gewissheit, dass die Erfüllung meiner Bedürfnisse bei meinen Eltern Vorrang hat, egal was in der Zukunft geschehen wird.
- Ich möchte, dass meine Eltern ganz speziell an mich denken, wenn sie wichtige Entscheidungen treffen müssen, wie zum Beispiel das Sorgerecht und Besuchsrecht.
- Ich möchte wissen und verstehen, was vorgeht, wenn meine Eltern sich trennen. Sie sollen meine Fragen beantworten und mir Erklärungen geben, die mich beruhigen und mir weiterhelfen.
- Ich will Kenntnis haben von der vereinbarten Besuchsregelung, damit ich mich innerlich auf den Wechsel zum anderen Elternteil vorbereiten und freuen kann.
- Ich möchte mit meinen Gefühlen und Reaktionen vor und nach einem Besuch beim anderen Elternteil akzeptiert werden. Manchmal habe ich Lust zu schweigen, meine Freude auszudrücken, böse oder traurig zu sein.
- Ich brauche auch die Möglichkeit, mit dem gerade abwesenden Elternteil frei zu telefonieren.
- Ich wünsche mir, dass meine Eltern sich über Grundlinien meiner Erziehung einig sind und alles tun, um mich in meiner Entwicklung zu fördern.
- Ich muss geschützt bleiben vor den Konflikten und Streitereien zwischen meinen Eltern. Sie sollen respektvoll miteinander umgehen.
- Ich will unbelastet von einem Elternteil zum anderen gehen. Ich kann nicht die Rolle des Boten zwischen meinen Eltern übernehmen, um zum Beispiel Briefe oder Dokumente zu überbringen oder in finanzielle Uneinigkeiten oder Probleme der Erwachsenen mit hineingezogen werden.
- Ich will unbefangen von einem Elternteil zum andern gehen und kann nicht der/die Vertraute oder die Stütze von einem Elternteil sein. Ich bin das Kind meiner beiden Eltern.
- Ich muss die Gewissheit haben, dass es meinen Eltern gut geht und dass sie (professionelle) Unterstützung in Anspruch nehmen, wenn sie selbst emotional überlastet sind.
- Ich brauche vertrauliche Momente allein mit meinem Elternteil, wenn sich inzwischen eine neue Familie gegründet hat.



# Ein Märchen für Kinder

## Die zerbrochene Vase

Vor vielen Jahren bekamen Achmet und Leila zu ihrer Hochzeit eine sehr wertvolle Vase geschenkt. Beide Seiten dieses geschwungenen Gefäßes waren wunderschön mit Gold, Blau und Purpur bemalt, aber mit so unterschiedlichen Mustern, dass sie einander ähnelten und doch grundverschieden waren. Außerdem machte die Vase ihre Besitzer immer glücklich, wenn diese sie den ganzen Tag über auf dem Felsen unten am Fluss in die Sonne stellten und sie abends in den Schutz des Hauses holten. Gern wechselten sich Achmet und Leila mit dieser Aufgabe ab und freuten sich ihres geschenkten Glückseins, besonders nachdem ihre Tochter Fatima geboren ward.

Dann jedoch eines Abends, gerieten die Eltern in Streit, wer heute die Vase vom Felsen reinholen solle und sie unterließen es. Jeder behauptete, der andere wäre schuld, wenn der Vase diese Nacht etwas geschähe und beide schliefen wütend ein ... Am nächsten Morgen hatte ein schweres Unwetter das edle Gefäß gespalten! Trotz langem Suchen blieb die eine Hälfte sogar verschwunden. Jetzt zürnten Achmet und Leila einander so sehr, dass sie nicht mehr zusammenwohnen wollten: Achmet begann ein neues Leben mit viel Arbeit, und Leila wurde oft still und traurig. Fatima wuchs bei allem weiter heran und versorgte den kaputten Vasenteil. Immer wieder suchte sie aber verzweifelt nach der verloren gegangenen Seite. Sie glaubte, wenn sie sie wiederfände, könnten Mutter und Vater wieder glücklich sein...

Die Zeit verging. Eines Tages, als Fatima wieder im Fluss watete, entdeckte sie unter ihren Füßen etwas Hartes. Freudig erregt grub sie aus, was sich als die verloren gegangene Hälfte der Vase entpuppte. Aber, wie sah diese inzwischen aus! Wie verschieden waren die Teile seither geworden! Wasser und Sand hatten die einst so schöne Farbe abgewaschen und die Seiten sahen gar nicht mehr zusammenpassend aus.

Trotzdem versuchte Fatima heimlich Nacht für Nacht, die Vase wieder zusammenzufügen: Kleber, Kitt, Ton, ja sogar in Honig gelöster Muschelkalk halfen nicht. Sie schlief kaum noch und war fest davon überzeugt, dass es nur an ihrer Unfähigkeit lag, dass sie nichts fand, um die Seiten wieder aneinander zu kleben.

Da sie von ihren nächtlichen Bemühungen zu müde zum Spielen wurde, schimpften ihre Freunde sie aus: „Mit Dir ist nichts mehr anzufangen. Du bist richtig langweilig geworden!“ Trotzdem tat ihnen Fatima auch leid. So griff ihr besonders guter Freund Mustafa in seine Taschen und holte viele Walnüsse und Haselnüsse heraus. „Die habe ich Dir mitgebracht. Heute Nacht beim Sturm habe ich gesehen, wie die Bäume sich mächtig wehrten und die Äste schüttelten, weil sie ihre Nüsschen nicht loslassen wollten. Ich hörte, wie der Wind heulte 'lass los, lass los, lass los'. Das war ein gewaltiger Kampf – und der Sturm gewann: am Morgen lagen unendlich viele Nüsse unter den Bäumen, denn sie sind reif, und im nächsten Jahr können neue wachsen. Gib mir zwei Schalen, liebe Fatima, damit ich die Haselnüsse in die eine und die Walnüsse in die andere legen kann.“





Während Fatima im Schrank vergeblich nach zwei Schalen suchte, hatte Mustafa längst die beiden Hälften der Vase entdeckt und sie mit den Nüssen gefüllt. Zuerst war Fatima entrüstet darüber, doch dann gefiel ihr die braune Pracht der Früchte in den irgendwie doch noch kostbaren Gefäßhälften, und sie holte zufrieden einen Nussknacker.

Was geschah später? Später in ihrem Leben hat Fatima noch viele Schalen mit leckeren Früchten gefüllt, manche mit Brombeeren oder Weintrauben, wieder andere mit Pilzen oder Sonnenblumenkernen ...

*Quelle: Brigitte Spangenberg 1997.  
Märchen für Scheidungskinder. (gekürzt)*

# Die Zeit nach der Trennung

Der Beginn des Lebens ohne Partner bzw. mit nur einem Elternteil ist für viele eine belastende Zeit, in der sie sich des Ausmaßes ihres Verlustes bewusst werden. Eltern und auch Kinder brauchen viel Kraft, um sich an die veränderte Lebenssituation zu gewöhnen. Es können viele praktische Probleme auftreten, beispielsweise eine veränderte finanzielle Lage, eine neue Arbeitssituation, Wohnungs- und Schulwechsel, Organisation der Kinderbetreuung, Vereinbarung und Einhalten von Besuchsregelungen,

Streit mit dem Expartner etc.. Daneben stellen sich alle möglichen Gefühle ein. Dabei ist es normal, dass Gefühle von Traurigkeit, Einsamkeit, Wut, Angst, Nervosität und auch körperliche Beschwerden im Wechsel oder gleichzeitig erlebt werden. Die natürliche Antwort des Lebens auf Verluste ist Trauer. Trauern hilft uns, Abschied zu nehmen und uns im Leben neu zu orientieren. Dies gilt gleichermaßen für Erwachsene wie auch für Kinder.

## Tipps für die Zeit der Trauer und der sozialen Konsolidierung:

- Jeder trauert anders. Ob laut oder leise, alleine oder zusammen: wichtig ist es, die entsprechenden Gefühle anzunehmen und ihnen Ausdruck zu verleihen. Dabei können Gespräche mit anderen, das Niederschreiben des eigenen Erlebens und auch künstlerisches Gestalten hilfreich sein.
- In Trauer- und Krisenzeiten verlieren viele Menschen den Bezug zu ihrem Körper: wenig Schlaf, schlechte Essgewohnheiten, zu wenig Bewegung, vermehrtes Rauchen und erhöhter Alkoholkonsum sind sehr verbreitet. Vielleicht gelingt es Ihnen dennoch, Ihrem Körper wieder mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Besonders in der ersten Zeit nach der Trennung werden die Wochenenden, an denen die Kinder den anderen Elternteil besuchen, die Einsamkeit und Trauer als besonders belastend empfunden. Diese Zeit kann aber auch dafür genutzt werden, sich körperlich und psychisch zu erholen und gut für sich zu sorgen. Vorschläge hierzu: Sport, Körperpflege, bewusstes Essen, Sauna, meditative Körperübungen. Körper, Geist und Seele brauchen gleichermaßen Zuwendung, damit wir unser „Gleichgewicht“ wiederfinden können.
- Alleinerziehende sollten ihr Leben nicht ausschließlich auf ihr Kind ausrichten, sondern auch eigene Interessen mit anderen Erwachsenen verfolgen. Sorgen Sie dafür, dass auch Ihr Kind Kontakte mit Gleichaltrigen pflegt. Auf keinen Fall dürfen die Kinder – egal welchen Alters – als „Ersatzpartner“ die Sorgen der Eltern mittragen. Dies überfordert sie und beeinträchtigt sie in ihrer eigenen Entwicklung. Kinder trauern anders als Erwachsene und brauchen dabei deren Unterstützung und Hilfe, nicht umgekehrt!

- Versuchen Sie neben den Trauermomenten und trotz aller Schwierigkeiten möglichst rasch einen „normalen“ Alltag mit geregelten Abläufen (Schule, Arbeit, gemeinsames Essen, Treffen mit Freunden usw.) und klaren Regeln (festgelegte TV- und Computerzeiten, Aufgabenverteilung in der Familie usw.) herzustellen. So kann für alle Beteiligten wieder Ruhe einkehren und sich eine neue Perspektive („Freude auf den morgigen Tag“) entwickeln.
- Es ist nicht angebracht, die Kinder aus einem „schlechten Gewissen“ heraus zu verwöhnen. Setzen Sie sich nicht unter Druck, Mutter und Vater zugleich sein zu müssen und den Kindern soviel „bieten“ zu müssen, wie das vorher vielleicht der Fall war. Im Gespräch mit den Kindern können diese lernen, eventuelle Einschränkungen zu akzeptieren. Manchmal ergeben sich in Einelternfamilien auch neue kreative Möglichkeiten, Zeit und Nähe miteinander zu erleben.
- Falls Sie sich überfordert fühlen und den Eindruck haben, den Boden unter den Füßen zu verlieren, scheuen Sie sich nicht, professionelle Hilfe für sich und/oder für Ihre Kinder in Anspruch zu nehmen. Manchmal ist es leichter, sich einer „neutralen“ Person mitzuteilen als Freunden oder Familienmitgliedern. Psychologische Begleitung in der Trennungszeit kann außerdem helfen, eigene Reaktionen besser zu verstehen. Hilfreich können auch Gesprächsgruppen sein, die den Austausch zwischen Menschen in Trennung/Scheidung fördern und so auch den Aufbau neuer Kontakte, vielleicht sogar von Freundschaften ermöglichen.

## Eine neue Bekanntschaft

Eine neue Bekanntschaft kann Ihnen wieder Lebensfreude, neue Hoffnungen und Perspektiven geben und dadurch auch das Selbstwertgefühl stärken. Doch es ist nicht immer leicht, nach einer Trennung eine neue feste Partnerschaft einzugehen. Verunsicherung, Zweifel und Angst vor den Reaktionen anderer (insbesondere der Kinder), aber auch ganz praktische Hindernisse (Mangel an Gelegenheit, Zeit und Kraft) machen es schwer, sich auf einen neuen Partner einzulassen. Trotzdem bleibt die Mehrzahl der getrennt lebenden oder geschiedenen Menschen langfristig nicht alleine!

## Anregungen für die Gestaltung einer neuen Beziehung

- Leben Sie Ihre Beziehung zunächst unabhängig von den Kindern. So können Sie für sich selbst prüfen, ob sich tatsächlich eine dauerhafte Partnerschaft daraus entwickeln kann und die Kinder vor einer möglichen weiteren emotionalen Belastung schützen. Außerdem hilft es Ihnen, Ihr Frau-sein bzw. Mann-sein wieder neu zu entdecken und unabhängig von Ihrer Elternrolle zu genießen.
- Falls Ihre Kinder sich gegen diese Veränderungen in Ihrem Leben auflehnen, indem sie z.B. klammern oder toben, den Babysitter ärgern usw.:

haben Sie Verständnis dafür (die Kinder verhalten sich möglicherweise so aufgrund von Verlustängsten). Versichern Sie ihnen, dass Sie sie weiterhin lieb haben und gut für sie sorgen werden. Treten Sie ihnen jedoch gleichzeitig mit der klaren Haltung gegenüber, dass Sie auch einen erwachsenen Menschen brauchen, der Sie lieb hat und für Sie da ist.

- Das erste Treffen des bzw. der „Neuen“ mit den Kindern wird eher erfolgreich, wenn Sie es planen. Ort und Zeitpunkt sollte für beide Partner stimmig sein. Es ist hilfreich, die Kinder auf das Treffen vorzubereiten. Oft haben sie schon nachgefragt, wo Sie denn immer hingehen und sind sogar neugierig aufs Kennenlernen. In vielen Fällen ist eine erste Begegnung „auf neutralem Gebiet“ leichter als zu Hause. Gemeinsame Unternehmungen (z.B. Zoo-besuch, Spaziergang, Schwimmbad) sind zunächst einmal unverbindlicher und ermöglichen es, einander langsam kennenzulernen und näherzukommen.
- Nehmen Sie die Reaktionen aller Beteiligten (die Ihrer Kinder, Ihres Partners, seiner

Kinder und nicht zuletzt Ihre eigenen) ernst. Unsicherheiten und Ängste gehören in dieser Zeit einfach dazu! Beziehungen entwickeln sich nur langsam, und es ist ein längerer Prozess, bis jeder sich in seiner neuen Rolle zurechtfindet. Dies gilt besonders, wenn Ihr neuer Partner selbst keine Kinder hat. Setzen Sie sich damit auseinander und sprechen Sie miteinander. So haben Sie die Chance einen gemeinsamen Weg zu finden, der zu einem funktionierenden und vielleicht auch glücklichen Zusammenleben als Stief- oder Patchworkfamilie führt.



# Auf dem Weg zur Patchworkfamilie

Nach dem Zusammenbruch einer Partnerschaft sind die meisten Menschen zunächst einmal verunsichert. Nur wenige sind sofort bereit, eine neue Partnerschaft einzugehen, es sei denn sie haben sich schon vor der Trennung innerlich vom Expartner gelöst und neu orientiert. Andere gehen flüchtige Beziehungen ein, wollen aber keine feste Bindung. Insbesondere für die Kinder ist es notwendig, Vertrauen in die neue Familienstruktur zu finden und sich an das Leben in zwei Familienwelten zu gewöhnen.

Oft, aber nicht immer, verläuft der Weg von der Trennung zu einer neuen Partnerschaft in drei Etappen:

1. Beide Eltern leben zunächst einmal alleine bzw. nur mit ihren Kindern zusammen (Einelternfamilie)
2. Mutter bzw. Vater lernt einen neuen Partner kennen und geht eine Beziehung ein
3. Mutter bzw. Vater lebt mit dem Partner zusammen und eine neue Familie („Stieffamilie“ oder „Patchworkfamilie“) entsteht.

## Eine Patchworkfamilie entsteht

Voraussetzung für das Gelingen des „Unternehmens“ Stieffamilie ist, dass alle Beteiligten diesen Status akzeptieren: „Wir sind eine Patchworkfamilie und nicht eine Ursprungsfamilie“.

Die Patchworkfamilie entsteht aus Teilfamilien, aus „Familienresten“ (daher der Name) mit teilweise sehr unterschiedlichen Gewohnheiten und Umgangsformen. Dazu kommt, dass durch An- oder Abwesenheit der Kinder unterschiedliche Konstellationen die Regel sind. Einen neuen, gemeinsamen „Lebensstil“ in der neuen Familienform zu entwickeln erfordert Zeit, Geduld, Austausch und Kompromissbereitschaft.

Ein leiblicher Elternteil ist dann nicht mehr Mitglied dieser Familie, bleibt aber weiterhin mitverantwortlich für ihre/seine Kinder. Für deren emotionale Entwicklung ist der Kontakt zu ihr/ihm wichtig. Die leiblichen Eltern sollten im Interesse der Kinder weiterhin um einen sachlichen und konstruktiven Austausch in Erziehungsfragen bemüht sein.

Ein neuer Lebenspartner bringt neben eventuellen eigenen Kindern auch seine eigene Herkunftsfamilie mit in die Patchworksituation hinein. Dies bringt es mit sich, dass die Kinder zusätzlich zu ihren bisherigen Großeltern neue Stiefgroßeltern hinzu bekommen. Es braucht manchmal etwas Zeit und Fingerspitzengefühl bis deren Rolle im neuen Familienverbund gefunden ist (siehe hierzu das Kapitel: Unsere Kinder lassen sich scheiden. Die wichtige Rolle der Großeltern).

Das Fundament der Patchworkfamilie ist das Paar. Die Partner sollten auch in der neuen Familiensituation ihre Beziehung als Paar nicht vernachlässigen. Dazu gehört, sich gegenseitig Zeit, Aufmerksamkeit und Zuwendung zu geben. Es geht also auch darum, ein gutes Gleichgewicht zwischen den Bedürfnissen der Erwachsenen und denen der Kinder zu finden.

Intimität – charakteristisch für die Familie – hat in der Patchworkfamilie andere Grenzen, die auch bewusst gezogen werden müssen (auch zwischen den nicht verwandten Kindern). So ist z.B. der innerfamiliäre Umgang mit Nacktheit – in vielen Ursprungsfamilien offen und unkompliziert gehandhabt – in der Patchworkfamilie nicht selbstverständlich. Besonders in der Pubertät ist dem Schutz der Intimsphäre besondere Achtung zu schenken.

### Tipps für den leiblichen Elternteil in der Patchworkfamilie:

- Überlegen Sie zusammen mit Ihrem Partner, ob Sie sich eine gemeinsame Wohnung leisten können. Ein Neubeginn in einer neuen Wohnung bringt etliche Vorteile mit sich (mehr Raum, Neutralität und Gleichwertigkeit).
- Durchdenken und besprechen Sie mit Ihrem Partner, wie viel Verantwortung er/sie Ihren Kindern gegenüber übernehmen kann bzw. will. Juristisch gesehen haben nur leibliche Eltern Pflichten und Rechte den Kindern gegenüber, alltagspraktisch wird jedoch der Stiefelternteil seinen Platz in der Familie als „Miterzieher“ finden müssen. Dies ist meist ein längerer Anpassungsprozess, der Flexibilität und Ausdauer erfordert.
- Seien sie sich bewusst, dass niemand einen abwesenden Elternteil „ersetzen“ kann (auch wenn ihr neuer Partner noch so liebevoll und verantwortungsbewusst ist). Ihre Kinder haben das Recht, mehrere Personen (Mutter, Vater, Stiefmutter, Stiefvater, Geschwister, Stiefgeschwister etc.) auf jeweils unterschiedliche Art zu mögen, ohne sich dabei schuldig zu fühlen.

### Tipps für den Stiefelternteil:

- Vermeiden sie die „Retter“-Rolle. Allein erziehende Eltern haben es meist gelernt, vieles alleine zu schaffen. Erwarten sie nicht sofort „Liebe“ zwischen Ihnen und Ihren Stiefkindern. Versuchen sie dagegen, eine respektvolle, freundschaftliche Beziehung zu ihnen aufzubauen. Hierbei sind gemeinsame Aktivitäten hilfreich. Erst wenn sich eine stabile Vertrauensbeziehung entwickelt hat, können Sie nach Absprache mit Ihrem Partner in die Erziehung eingreifen.
- Vermeiden Sie Rivalitäten mit dem bzw. der „Ex“ Ihres neuen Partners. Dies wird auf Widerstand stoßen (insbesondere bei den Kindern) und die Atmosphäre in der Familie verschlechtern. In diesem Sinne ist auch auf die Anrede Vater/Mutter für den Stiefelternteil dringend abzuraten: Selbst wenn gar kein Kontakt mehr zu einem leiblichen Elternteil besteht, ist dieser vom psychologischen Verständnis her nicht zu ersetzen.

### Was Kinder in der Patchworkfamilie brauchen:

- Soziale Zuverlässigkeit (Rituale, Gewohnheiten, enge Bezugspersonen...).
- Einen „eigenen“ Platz in der Familie. Falls möglich sollten auch die „Besuchskinder“ ein eigenes Zimmer bekommen, zumindest aber eigene Möbel an einem ganz bestimmten Ort (Bett, Sessel, Schrank für persönliche Dinge etc.). Dies ermöglicht ihnen den Rückzug aus dem Familiengeschehen und wirkt der (natürlichen) Eifersucht zwischen den Kindern entgegen.
- Zeiten der ungeteilten Aufmerksamkeit: Aktivitäten und Gespräche allein mit Mutter oder Vater erleichtern es den Kindern, ihre Gefühle und Bedürfnisse mitzuteilen.
- Regelmäßigen Austausch in der Familie, auch bei Konflikten (z.B. „Familienkonferenzen“).
- Unterstützung bei allen Fragen, die sich für die Kinder in Bezug auf ihre Besuche beim anderen leiblichen Elternteil und dessen neuer Familie stellen (z.B. Welche Position hat das Kind dort? Ist es eifersüchtig auf Kinder, die mit Papa/Mama dort zusammenleben? Wird ein neues Kind dort vielleicht bevorzugt? Was tun, wenn die Kinder nicht mehr hingehen wollen?). Hier gilt es, die Kinder einfühlsam zu begleiten, ohne dabei den anderen Elternteil abzuwerten. Für die Kinder ist es sehr wichtig, sich mit ihren Gefühlen verstanden und angenommen zu fühlen. Sind sie bereits größer, können sie ermutigt werden, sich gegenüber dem anderen leiblichen Elternteil auch auszudrücken. Bei kleineren Kindern darf Mutter/Vater auf ihren Wunsch hin „Sprachrohr“ beim Expartner sein.



# Veränderungen im Freundes- und Verwandtenkreis

Bei einer Scheidung geht auch ein Riss durch den gesamten Freundes- und Verwandtenkreis. Die durch die Trennung neu entstandene Situation trägt oft zu zusätzlichen Verunsicherungen, Verletzungen und manchmal auch Familienzwickigkeiten bei. Während bei persönlichen Freunden, Geschwistern und näheren Verwandten die Fronten meistens leichter und eindeutiger gezogen werden können, entsteht eine große Unsicherheit, wenn es um gemeinsame Freunde sowie um enge und freundschaftliche Verwandtschaftsbeziehungen geht. Die Verunsicherung betrifft beide Seiten; sowohl die sich trennenden Partner als auch die Freunde gehen durch eine Zeit von Unklarheit im Umgang miteinander. Die unterschiedlichsten Reaktionen von Freunden und Verwandten sind zu beobachten: von totalem Rückzug von beiden Ex-Partnern, offenem Beziehungsabbruch oder unausgesprochenem Vermeidungsverhalten bis hin zu einseitiger Parteilichkeit, sogar Feindseligkeit gegenüber einem der Konfliktpartner. Nicht selten entstehen dadurch weitere Verletzungen oder Ärger auf den Ex-Partner, im schlimmsten Fall wirkten die Reaktionen wie zusätzliches Öl auf das Feuer des Rosenkrieges.

## Wie kann man sich nun gegenüber den Freunden und Verwandten verhalten?

- Im Idealfall kommt es bei Trennungsgesprächen zu einem Austausch über den Umgang mit Freunden. Manche Scheidungswillige schreiben einen gemeinsamen Brief an den Bekanntenkreis, in dem sie ihre Trennung bekannt geben.





- Viele Menschen verhalten sich dem Ex-Partner gegenüber loyal, indem sie Kontakte zu dessen persönlichen Freunden und Verwandten (besonders in der kritischen Anfangszeit) meiden oder bei Begegnungen zurückhaltend reagieren.
- Jeder braucht in schwierigen Zeiten, wie bei einer Trennung, persönliche Vertraute, bei denen sie/er sich beklagen, ausweinen, Halt suchen, ärgern kann. Dieser Kreis sollte sich auf einige besonders vertrauenswürdige und hilfreiche Menschen beschränken. Es ist keine Hilfe, wenn man seinen Ärger oder seine Verletztheit bei jeder Gelegenheit im ganzen Bekanntenkreis herumerzählt.
- Ehemals gemeinsame Freunde vertragen es oft schlecht, wenn einer der Ex-Partner schlecht über den anderen redet. Sie wollen nicht so gerne – außer vielleicht in besonderen Situationen (wie z.B. bei Gewalt, Verbrechen, Verleumdung ...) – Partei gegen einen Freund ergreifen und ziehen es in der Regel vor, neutral zu bleiben.
- Vorsicht ist bei Bekannten geboten, die dazu tendieren, sich am Schaden anderer zu freuen, Vertrauliches weiterzuerzählen, sich gerne einmischen oder übertrieben neugierig sind, usw. Sie entpuppen sich nicht selten als schlechte Freunde und können zum eigenen Nachteil schnell die Seiten wechseln.
- Es kommt häufiger vor, dass befreundete Paare sich durch die Scheidung in ihrer eigenen Beziehung in Frage gestellt fühlen: „Ihr wart in unseren Augen immer ein Traumpaar. Wenn Ihr es nicht geschafft habt, kann uns das auch passieren!“ Sie meiden eventuell das Scheidungspaar, als ob es ein Scheidungsvirus gäbe, das ihre Beziehung infizieren könnte.
- Man hört gelegentlich, dass befreundete Paare den Kontakt mit den nun getrennten Freunden aus der Angst heraus unterlassen, dass der Singlemann oder die Singlefrau nun zur Bedrohung für die eigene Beziehung werden könnte: Sie/er hat sich immer so gut mit meinem/meiner PartnerIn verstanden. Jetzt wo sie/er frei ist, könnte sie/er meine PartnerIn verführen.
- Es gibt Freunde, die von sich aus spontan ihre Hilfe anbieten. Andere warten, bis sie gefragt werden. Manchmal fühlt man sich nach einer Scheidung von Freunden bedrängt, ihre Einladungen oder Hilfen anzunehmen, obwohl einem vielleicht nicht danach ist. Es ist schade, wenn sie sich beleidigt abwenden, wenn man ihre Unterstützung ablehnt. Freunde sollten allerdings wissen, dass nicht jeder noch so gut gemeinte Ratschlag oder jedes Hilfsangebot für den sich trennenden Freund oder die Freundin zu dem Zeitpunkt angemessen ist.

### Was kann die eigene Trennung bei den Freunden auslösen?

- Manche Freunde sind schlicht und einfach so verunsichert, dass sie sich zurückhalten und den Kontakt vermeiden. Dieses Verhalten kann leicht als Desinteresse oder Vorverurteilung missgedeutet werden.

Allgemein gilt: Wenn ein gutes Verhältnis zu den Freunden bestanden hat, kann ein klärendes Gespräch die unsichere Situation entspannen. Wer das Bedürfnis hat, die Beziehung zu ihnen nach der Trennung zu klären, sollte den ersten Schritt hierzu machen.

---

## Unterwegs zu einem erneuerten Freundeskreis

- Manchmal ergibt es sich, dass sich der ehemals gemeinsame Freundeskreis aufgrund besonderer Umstände auf natürliche Art und Weise aufteilt: durch gemeinsame sportliche oder kulturelle Interessen, räumliche Nähe, berufliche Zusammenarbeit begegnen die Freunde eher dem einen als dem anderen Ex-Partner. Es ist sinnvoll, diese Aufteilung anzunehmen und nicht zu versuchen, die Kontakte zu dem früheren Partner zu unterbinden.
- Besser als auf den ersten Schritt von Bekannten zur Kontaktaufnahme nach der Trennung zu warten, ist es, immer dann selbst aktiv zu werden, wenn einem ein bestimmter Verwandter bzw. eine bestimmte Freundin besonders am Herzen liegt und man sie vermisst. Manche Menschen warten nach einer Trennung auf ein Zeichen, um den Kontakt dann wieder normal weiterzuführen.
- Nach einer Trennung ergeben sich oft ungeahnte Möglichkeiten, um neue Freundschaften zu schließen. Manchmal kommt man mit bisher fernen Bekannten, nicht selten aufgrund eines ähnlichen Schicksals in Kontakt.
- Nach einer Trennung besinnen sich viele auf frühere Hobbys, längst aufgegebenen sportlichen oder kulturellen Interessensgebiete oder Aktivitäten, die während der gemeinsamen Zeit zu kurz kamen. Viele Frauen und Männer nutzen hierzu ganz bewusst ihre kinderfreien Wochenenden. Dabei bieten sich viele Möglichkeiten, um neue Kontakte zu knüpfen.
- Verschließen Sie sich nicht! Auch wenn man Phasen durchlebt, während derer man sich gerne zurückzieht und trauert, sollte man darauf achten, sich nicht längerfristig zu isolieren. Findet man nicht von sich aus die Kraft auf Menschen zuzugehen, kann die Hilfe einer einfühlsamen Beraterin oder eines Beraters nützlich sein. Manche Beratungsstellen bieten besondere Aktivitäten für Alleinstehende und Menschen nach einer Trennung an.
- Ein paar Worte zu Internetkontakten: Immer mehr Menschen suchen in Kontaktbörsen nach einer neuen Bekanntschaft. Wenn auch manche verbindliche Freundschaften auf diese Weise entstehen, stellen wir fest, dass dies für viele Menschen eine frustrierende oder manchmal gefährliche Erfahrung wird. Besonders in der verletzlichen Zeit nach einer Trennung kann Mann oder Frau leicht zum „Opfer“ ausbeuterischer und selbstbezogener Zeitgenossen werden. Vor dem voreiligen Versuch, durch eine neue Beziehung einen emotionalen Mangel nach einer Trennung aufzufüllen, sei gewarnt. Wer verletzende und oberflächliche Kontakte vermeiden möchte, sollte sich nach einer Trennung zuerst mit einem wohlgesinnten Freundeskreis umgeben. Wer sich innerlich stabil und lebenswert fühlt und ohne emotionalen und zeitlichen Druck auf diese Art und Weise einen Partner sucht, kann hingegen durchaus positive Überraschungen erleben.

---

## Uom Umgang mit den nahen Familienangehörigen des Ex-Partners

---

Ganz allgemein gilt hier: Die Familienbande des Ex-Partners zu seiner Kernfamilie (Eltern, Geschwister, Großeltern) hat Vorrang. Nach einer Scheidung kehrt jeder der Partner im übertragenen Sinne in den Schoß seiner Herkunftsfamilie zurück. Die Grenzen zwischen einem selbst und der Herkunftsfamilie des früheren Partners müssen neu gezogen werden. Auch wenn man eine gute Beziehung zu den Schwiegereltern hatte, ist es notwendig den Umgang miteinander neu zu definieren. Manches, was vorher im Umgang mit den Schwiegereltern selbstverständlich war, kann nach einer Trennung als Affront, als Grenzverletzung oder als Vertrauensmissbrauch erlebt werden. Hier ist also besonders in der Anfangszeit Vorsicht angebracht. Man sollte mit den Schwiegereltern nicht (schlecht) über den Ex-Partner, d.h. ihre Tochter bzw. ihren Sohn reden, nicht die Eltern oder Geschwister des Partners auf seine Seite zu ziehen versuchen oder über sie Duck auf den Ex-Partner auszuüben, sich heimlich treffen, usw.....

Werden diese Voraussetzungen beachtet und spielen alle Beteiligten mit offenen Karten, stehen guten Kontakten zu den Mitgliedern der früheren Schwiegerelternfamilie nichts entgegen.

---

## Hilfe: Ein Familienfest steht vor der Tür!

---

Besonders in der ersten Zeit nach der Trennung sind Familienfeste eine emotionale Herausforderung für alle Beteiligten. Durch die damit einhergehende Begegnung mit dem Ex-Partner können noch nicht geheilte emotionale Wunden wieder aufgerissen werden. So brechen bei diesen Gelegenheiten leicht massive Gefühle wie Trauer um die Beziehung, Wut, Ärger und Hass auf den Ex-Partner, alte Rivalitätsgefühle und Verletzlichkeiten wieder auf. Und dies zu einem Zeitpunkt, wo eigentlich jemand anders im Mittelpunkt stehen sollte, nämlich die Kinder die Geburtstag haben, die Großeltern, die Hochzeitstag feiern, die Schwägerin, die ihre Hochzeit zelebriert, der Bruder, der sich über die Geburt seines Sohnes freut, der Sohn, der vor einem aufregenden Theaterauftritt steht usw.. Erschwerend kommt hinzu, dass man sich unter Beobachtung des gesamten Verwandtenkreises fühlt: Gehen die Ex-Partner sich aus dem Weg, werden sie nebeneinander sitzen, spielen sie Theater für die anderen Gäste? Wird sie ausfallend, wird er abweisend reagieren, werden sie sich öffentlich streiten?

### Tipps für spannungsfreie Familienfeste:

- Sich im Klaren sein, worum es bei diesem Fest eigentlich geht: z.B. um die feierliche Erstkommunion seines Kindes, um den Abschied vom verstorbenen Großvater, usw., sich auf dieses Thema konzentrieren (anstatt nach dem Ex-Partner zu schielen ...).
- Vermeiden den Ex-Partner zu provozieren: Dadurch, dass man seine Gefühle und Grenzen respektiert, z.B. indem man den oder die Geliebte(r) kurz nach der Trennung nicht mit zum Kindergeburtstag bringt, indem man sich unaufdringlich benimmt und sich nicht selbst in den Mittelpunkt stellt.
- Absprachen helfen: vor religiösen oder kulturellen Festen der Kinder sollten die Ex-Partner sich über grundlegende Fragen einigen und sich die Aufgaben teilen, Geschenkideen nach Möglichkeit gemeinsam besprechen. Bei Unsicherheiten können neutrale Dritte eine Hilfe sein.
- Falls keine Einigung erzielt werden kann, kümmert sich derjenige Elternteil um die Organisation, der sich besser auskennt. Gleichzeitig sollte der andere Elternteil respektiert werden, d.h. seine Wünsche ernst nehmen, seine Familie mit einladen, ihm den ihm gebührenden Platz überlassen.
- Rituale aus der gemeinsamen Zeit sollten soweit wie möglich beibehalten werden, besonders bei jüngeren Kindern.
- Neue, der Situation angemessene Rituale schaffen, so dass nicht jedes Jahr neu verhandelt werden muss. Hierbei können auch die Großeltern mit einbezogen werden.
- Für eine gerechte Aufteilung sorgen: jeder Elternteil soll gleichermaßen die Gelegenheit haben, mit seinen Kindern die Feiertage zu verbringen, z.B. kann man sich mit dem Geburtstag eines Kindes jedes Jahr abwechseln.
- Sich nicht aufdrängen, wenn man spürt, dass man bei einer Familienfeier des Ex-Partners nicht erwünscht ist, z.B. bei einem Todesfall. Andererseits wäre es hilfreich, wenn die andere Seite dem Ex-Partner einen Platz einzuräumen bereit ist, damit er, um in diesem Beispiel zu bleiben, seine Trauer ausdrücken kann (z.B. ihn mit in die Todesanzeige aufnehmen, seine Präsenz bei der Abschiedszeremonie akzeptieren, ...).
- Flexibel bleiben, z.B. dem Elternteil, der nicht mit den Kindern Weihnachten feiern kann, einen anderen Tag anbieten, an dem er das Fest nachholen kann (auch wenn es nicht in seine Besuchszeit fällt). Diese Bereitschaft ist auch bei persönlichen Feiertagen wie Geburtstagen in der Familie des Ex-Partners, sowie am Mutter- oder Vatertag wünschenswert.
- Manchmal ist auch die Entscheidung, einem Fest fernzubleiben, der Situation angemessen, z.B. wenn man sich emotional noch nicht stabil genug fühlt, wenn die Präsenz beider Elternteile für die Kinder zu einer Belastung werden könnte, ....

# Unsere Kinder lassen sich scheiden !

## Die wichtige Rolle der Großeltern

Für die Großeltern ist es fast immer eine große Enttäuschung, wenn die Ehe eines ihrer Kinder in die Brüche geht. Auch sie müssen als Mitbetroffene lernen, mit der neuen Situation umzugehen. Eigene Familienerfahrungen, religiöse Überzeugungen und überlieferte Familienbilder spielen dabei eine Rolle. Der Status der Ehe gilt in unserer Gesellschaft noch immer als eine starke gegenseitige Verpflichtung der Partner. Wenn Eltern das Scheitern der Ehe ihres Sohnes oder ihrer Tochter als schweres Versagen oder als persönliche Beleidigung empfinden, werden sie in der Folge Schwierigkeiten im Umgang mit Sohn/Tochter und Enkelkindern haben.

Möchten Großeltern ihre wichtige Rolle gerade jetzt zufriedenstellend erfüllen, sollten sie zuerst an sich selbst denken und sich die nötige Zeit zugestehen, um sich in dieser neuen Situation zurechtzufinden:

- Lassen Sie sich nicht in den Konflikt zwischen ihren Kindern und Schwiegerkindern einbeziehen
- Akzeptieren Sie die Entscheidung zur Scheidung/Trennung Ihrer Kinder
- Versuchen Sie neutral zu bleiben.

## Großeltern bleiben auch in/nach der Scheidung

Es ist sowohl für die Großeltern als auch für die Enkel sehr wichtig, dass der Kontakt durch die Scheidung nicht abreißt. Der emotionale Wert der Großeltern-Enkel-Beziehung darf nicht unterschätzt werden. Kinder brauchen Liebe und Wärme von Familien-

mitgliedern, sowie die Sicherheit, dass man sich für sie interessiert.

Großeltern sollten sich nicht über die Enkel in den Eltern-Konflikt verwickeln lassen, auch dann nicht, wenn sie das Großelternpaar sind, bei dem die Enkel jetzt weniger oft zu Besuch sind (z.B.: nicht schlecht über den anderen Elternteil oder die anderen Großeltern reden, sich nicht in die Besuchsregelung einmischen etc.).

Großeltern können ihren Enkeln einen Hafen der Sicherheit und Ruhe bieten. Hier können sie für einige Stunden/Tage eine Auszeit von der Unruhe rund um die Scheidung haben. Vielleicht vertrauen die Enkel ihnen in dieser Zeit Dinge an, die sie mit den Eltern nicht ansprechen wollen. Gut tut es den Enkeln außerdem, wenn Gewohnheiten und Rituale bei den Großeltern auch nach der Scheidung bestehen bleiben.

Nicht selten kommt es vor, dass Großeltern durch die Scheidung wieder intensiver in die Betreuung der Enkel eingebunden werden (z.B. weil beide Eltern wieder Vollzeit arbeiten müssen, weil eventuell die Betreuung zu teuer wird usw...). Diese Aufgabe verlangt viel Verantwortung und eine gute Absprache mit den Eltern und sollte gut vorbereitet werden.

In diesen Situationen kommt es dann auch vor, dass die Großeltern wichtige Identifikationsfiguren für die Enkelkinder werden. So spielt z.B. der Großvater eine sehr wichtige Rolle für seinen kleinen Enkelsohn, wenn dieser, wie so oft in Scheidungssituationen, seinen Vater nur gelegentlich sieht. Der Großvater mit seinen Vorlieben, seinen Beschäftigungen und

seinem Wesen wird zu einem der wichtigsten männlichen Vorbilder des Enkelsohnes.

Großeltern können sich gedanklich darauf einrichten, dass ihr Sohn/Tochter in absehbarer Zeit eine Beziehung zu einem neuen Partner eingeht. Sie sollten dann überlegen, welchen Platz sie den Kindern einräumen wollen, die der neue Partner eventuell mit in die Familie bringt. Mit genügend Aufmerksamkeit, Zeit und Vertrauen kann es ihnen gelingen, die „Stiefenkelkinder“ im Kreis ihrer Familie aufzunehmen, ohne dass Misstrauen und Eifersucht unter den Enkeln aufkommt.

### ... aber Großeltern sind auch Eltern und Schwiegereltern

Großeltern können in der Trennungs- oder Scheidungssituation eine wertvolle Stütze für ihre Tochter/

ihrer Sohn sein. Vielleicht werden Sie wieder stärker bei der Bewältigung des Alltags mit einbezogen, sei es in der Kinderbetreuung, in der Hilfe bei Haushalts- oder Gartenarbeiten. Es kann sogar sein, dass Ihr Kind auch finanzielle Hilfe von Ihnen erbittet. Im Idealfall bieten Sie ihre Hilfe an, ohne sich jedoch aufzudrängen, und vor allem ohne sich in den Konflikt zwischen Ihrem Kind und Ihrem Schwiegenderkind einzumischen.

Die Entscheidung für oder gegen eine Beziehung zum ehemaligen Schwiegenderkind stellt die Großeltern vor eine erneute Herausforderung.

Mitunter fühlen sie sich veranlasst, Partei für ihr Kind zu ergreifen. Manche Großeltern fühlen sich ihrem Sohn/ihrer Tochter gegenüber illoyal, wenn sie den Kontakt aufrechterhalten. Die Tatsache, dass ein Paar nicht mehr miteinander auskommt, ist jedoch kein Grund, die Beziehung zu der Schwiegendertochter/ dem Schwiegendersohn abzubrechen, besonders, wenn Kinder da sind.

Es ist verständlich, wenn Menschen den Kontakt zu ehemaligen angeheirateten Verwandten vermeiden wollen, denn jede Begegnung rührt schmerzliche Gefühle wieder auf. Eine Scheidung muss jedoch nicht automatisch dazu führen, dass die freundschaftlichen Beziehungen, die entstanden sind, wegen der Trennung abrupt abreißen. Manche Großeltern halten den Kontakt zu dem Schwiegendersohn bzw. der Schwiegendertochter weiterhin aufrecht. Sie respektieren ihn/sie weiterhin als Vater oder Mutter der Enkelkinder.



### Hinweise für Großeltern:

- Nicht schlecht über den abwesenden Elternteil reden.
- Nicht schlecht über die andern Großeltern reden.
- In turbulenten Zeiten eine Oase der Ruhe und der Verlässlichkeit für die Enkel sein.
- Zuhören ohne zu bewerten. Keine Vorwürfe machen.
- Nicht aufstacheln, sondern ruhig bleiben! In Krisenzeiten entlasten.
- Manchmal ist es für die Großeltern hilfreich, sich selbst kompetente Unterstützung zu suchen, um mit der eigenen Betroffenheit angemessen umgehen zu können.





# Scheidung und Schule

Ein Lehrer kann heute mehr vor den Schwierigkeiten von Schülern, deren Eltern geschieden oder in der Scheidung sind, die Augen verschließen. Eine angespannte Familienatmosphäre, ein abgerissener Dialog, Momente der Gemeinsamkeit die immer seltener werden, Elternsorgen die sich mehr um die Änderungen in der ehelichen Beziehung drehen als um die alltäglichen Belange des Kindes etc. Die festen Orientierungspunkte und die Gewohnheiten gehen für das Kind verloren, alles muss neu aufgebaut werden.

Diese Veränderungen entgehen den Lehrerinnen und Lehrern nicht. Sie können die Schwierigkeiten, in denen sich das Kind befindet, nicht genau erkennen, bemerken aber, dass das Kind sich anders verhält. Das Unwohlsein des Kindes äußert sich in vielerlei Hinsicht und ändert ständig: ein aggressiveres oder zurückhaltenderes Verhalten, Nachlässigkeit bei der Ausführung der Hausarbeiten oder ein übertrieben hohes Engagement in der Schule, Empörung und das Gefühl ungerecht behandelt zu werden, ungenügender Fleiß, Unterschriften der Eltern, die vergessen wurden etc.. Diese Signale werfen unweigerlich Fragen auf, sind aber schwer für den/die LehrerIn zu deuten und die Aussagen des Kindes, hinter denen sich eine schwierige Situation zuhause verbirgt, sind nicht einfach zu verstehen. Auch wenn es sich anscheinend um ein familiäres Problem handelt, alle Signale schwer zu interpretieren sind und die Eltern oder die LehrerInnen auch noch andere Sorgen haben mögen, muss im Interesse des Kindes der Dialog geführt werden.

Das Gefühlsleben des Kindes wirkt sich automatisch auf das Lernverhalten des Kindes aus. Das Kind kann seine Sorgen nicht am Eingang zur Schule abgeben. Das Kind kann Schule und Familie nicht ausblenden. Sein schulischer Werdegang ist daher oft gefährdet, wenn ihm seine Familie Sorgen bereitet. Die Schule kann übrigens für ein Kind, dessen Leben ins Wanken gerät, ein Ort sein der Sicherheit gibt und beruhigend für das Kind ist, insbesondere wenn sein(e) Lehrerin um seine Situation weiß und offen dafür ist.

## Setzen wir auf Dialog!

Sowohl Eltern als auch die LehrerInnen sollten um den Dialog mit dem Kind bemüht sein. Die Aufgaben beider überschneiden sich. Die Eltern müssen ihre Aufgabe in der Schulausbildung ihres Kindes weiter übernehmen und der/die Lehrer/In darf nicht zögern, sie miteinzubinden. Der/die Lehrer/In kann über den Dialog mit den Eltern die Situation verstehen und die schwierige Situation beim Namen nennen, in der das Kind sich befindet und über die das Kind nur mit Mühe sprechen kann.

Wenn die Eltern aufgefordert werden, zusammen oder getrennt mit dem/der LehrerIn über die Auswirkungen ihrer Situation auf die Noten und das Verhalten des Kindes zu diskutieren, können sie vielleicht wieder zu ihrer Elternrolle zurückfinden. Dieses Gesprächsangebot kann abgelehnt werden, wenn die Eltern zu stark auf ihre eigenen Schwierigkeiten konzentriert sind. Man darf sich nicht hiervon entmutigen lassen, sondern sollte den Eltern zu verstehen geben, dass sie auf das Angebot später zurückkommen können.



# Hilfe



Eltern teil  
Kinder

Neben dem Dialog mit den Eltern bieten sich dem/der LehrerIn zahlreiche pädagogischen Anlässe, bei denen er/sie die Diskussion, den offenen Dialog und das Gespräch mit sämtlichen Schülern suchen kann: die Geschichte der Familienmodelle seit der Frühgeschichte, die Biographie berühmter Persönlichkeiten, die Division und die Multiplikation, die Einführung eines „Elterntages“ anstelle eines „Vatertages“ oder eines „Muttertages“ (wodurch man die Rolle der Stiefeltern zur Sprache bringen könnte), das Vokabular der Ahnenforschung (Muttersprache oder zweite Sprache), die Diskussion über die neuesten Nachrichten.

Ein dritter Weg, um einen Dialog in der Klasse zu eröffnen, ist die Verschiedenheit der Familienkonstellationen der Schüler. Hierdurch kann jedes Kind anhand der Familienkonstellationen seiner Altersgenossen die eigene Familiensituation gut einschätzen.

Bei jeder untypischen Familiensituation sollte in erster Linie auf Offenheit, Zuhören und Dialog Wert gelegt werden. Die Schule ist ein Ort, an dem Wissen vermittelt wird und eine Einrichtung, die wichtig für den Aufbau des Sozialverhaltens des Kindes ist. Über Gespräche und Wissensvermittlung lernt das Kind, seine Familiensituation zu relativieren und sich Schritt für Schritt wieder eine Welt mit verlässlichen Eckpunkten aufzubauen.

# Mediation bei Trennung und Scheidung

Mediation ist eine Konfliktregelungsmethode. Im Gegensatz zu Beratung und Therapie geht es in der Mediation nicht um psychische Aufarbeitung von erlebten Verletzungen, Enttäuschungen und Schuldzuweisungen, sondern um das Bemühen, für zukünftige gemeinsame Bereiche – z.B. bleibende Elternschaft – Vereinbarungen zu treffen.

Der Mediator leitet und strukturiert den Weg zur Lösungsfindung. Die Konfliktpartner bestimmen Inhalt und Form der gewünschten Regelung.

Die Mediatorin bzw. der Mediator als neutrale Vermittlungsperson hilft dabei beiden Partnern, eigenverantwortlich Lösungen zu finden, die von allen Betroffenen als „so fair wie möglich“ erlebt werden. Viele Fragen, die infolge von Trennung und Scheidung auftreten, können hierbei geklärt werden, wie z.B.:

- Wer ist wann und wo mit den Kindern zusammen?
- Wer zahlt evtl. wem den Unterhalt?
- Wie teilen wir das, was wir haben, untereinander auf?

Auch Themen wie Handhabung des Taschengeldes, Ausbildung, medizinische Eingriffe, Hobbyförderung, Verwandtschaftskontakte usw. werfen Fragen auf und bedürfen Absprachen.

Dabei wird weder die Kompetenz der Eltern beurteilt noch eine bestimmte Familienstruktur bevorzugt; vielmehr orientiert man sich an den Bedürfnissen aller Beteiligten.

Die entwickelten Lösungen sollen den Kindern möglichst einen guten Kontakt zu beiden Elternteilen sichern.

## Mediation ist geeignet für Paare und Eltern:

- die selbst bestimmen wollen, wie sie ihr Leben und das Leben ihrer Kinder nach einer Trennung und Scheidung gestalten wollen
- die eine faire Lösung für alle Beteiligten suchen
- die destruktiven Streit im Scheidungsverfahren vermeiden wollen
- die auch nach der Trennung noch verantwortliche Eltern bleiben wollen und bereit sind, dies in Eigenverantwortung mit Hilfe neutraler Drittpersonen zu tun.

## Die Stimme der Kinder und Jugendlichen in der Familienmediation bei Trennung und Scheidung

Es gibt verschiedene theoretische Modelle in der Familienmediation in Bezug auf die Einbeziehung von Kindern und Jugendlichen.

Einige Mediatoren vertreten die Meinung, dass Kinder und Jugendliche nicht aktiv an den Sitzungen der Familienmediation teilnehmen sollen. Die Vertreter dieses Modells befürchten, dass die Kinder emotional überfordert werden und Loyalitätskonflikte verstärkt werden könnten. Möglicherweise kann Druck von den Eltern auf die Kinder ausgeübt werden. Die Kinder könnten in die Entscheidungsrolle gedrängt werden.

Andere Mediatoren befürworten das Einbeziehen der Kinder und Jugendlichen. Nimmt das Kind,

---

respektiv der Jugendliche aktiv an den Sitzungen teil, so haben sie die Möglichkeit ihre Meinung zu äußern und angehört zu werden. Sie erhalten die Gelegenheit, ihre Wünsche, Bedürfnisse und Sicht persönlich mitzuteilen. Durch dieses Einbeziehen der Kinder können die Eltern die Bedürfnisse der Kinder besser erkennen und wahrnehmen. Die Kinder wären emotional entlastet, wenn sie erkennen, dass ihre Eltern miteinander reden und gemeinsam auf Problemlösungen hinarbeiten.

Hierbei nun stellt sich die Frage, in welcher Phase des Arbeitsprozesses die Kinder miteinbezogen werden und inwieweit hierbei das Alter der Kinder berücksichtigt werden sollte.

Die Einbeziehung von Kindern und Jugendlichen in die Mediation ist bei einer Reihe von Familienkonflikten sinnvoll. Die Kinder sind direkt betroffen von den Entscheidungen ihrer Eltern. Deshalb ist ihre Beteiligung und Mitsprache bei diesem Entscheidungsprozess von erheblicher Bedeutung; wobei darauf zu achten ist, sie einerseits nicht zu überfordern, andererseits ihre Mitsprache zu sichern.

Einige Voraussetzungen für die Einbeziehung der Kinder und Jugendlichen in die Familienmediation:

- Die Einbeziehung der Kinder ist möglich, sobald diese sich selbst äußern können. Wortwahl, Formulierung und Setting sind dem Alter des Kindes anzupassen.
- Das Einbeziehen der Kinder kann funktionieren, wenn die Eltern und die Kinder damit einverstanden sind.
- Wichtig ist es, den Eltern zu verdeutlichen, dass die Entscheidungen weiterhin von ihnen getroffen werden. Die Eltern bleiben die Entscheidungsträger.

Den Kindern wird verdeutlicht, dass ihre Wünsche angehört werden. Die Verantwortung bleibt bei den Eltern und die Kinder werden keine Entscheidungen treffen.

### Gibt es Grenzen in der Familienmediation?

---

Mediation setzt voraus, dass die Medianten eine gemeinsame Lösung ihres Konfliktes wollen und ihre eigenen Bedürfnisse und Interessen selbst vertreten können.

Mediation ist ausgeschlossen oder nur im eingeschränkten Umfang möglich, wenn die Selbstverantwortung und Selbstbehauptung der Medianten nicht gewährleistet wird durch:

- schwere Sucht- und Abhängigkeitskrankheiten
- schwere psychische Krankheiten (z. B. Psychose)
- physische und/oder psychische Gewalt in der Familie
- Fälle von sexuellem Missbrauch in der Familie.

Für den Weg der Mediation entscheiden sich eher Paare, die sich bewusst sind, dass keiner von ihnen allein Schuld am Auseinanderbrechen der Ehe hat. Sie wollen sich so lösen, dass jeder die Achtung vor dem Anderen behält und darum Regelungen suchen, welche die Interessen eines jeden berücksichtigen.

Neben der praktischen Lösungsfindung hilft die Mediation den getrennt lebenden Eltern, ihre Kommunikationsfähigkeit für zukünftige Konfliktsituationen zu stärken.

Für die Zeit nach der Trennung/Scheidung bietet die Mediation die Möglichkeit vorher getroffene Vereinbarungen zusammen neu zu besprechen, falls Änderungen notwendig geworden sind.

---

## Wie kann eine Familienmediation im Falle einer Scheidung/Trennung ablaufen?

---

### **Info-Gespräch nach Anmeldung**

Im Info-Gespräch wird geklärt, ob Mediation für das trennungs-/scheidungs-  
willige Paar zum jetzigen Zeitpunkt das Richtige ist.

### **Fakten sammeln**

Es werden jene Punkte gesammelt, die im Verlauf des Trennungs- /bzw. Schei-  
dungsprozesses geklärt werden müssen.

### **Erarbeiten der strittigen Punkte**

In dieser Phase haben beide Personen den nötigen Raum, um ihre Standpunkte  
zu den strittigen Themen vorzutragen. Mit Hilfe der/des neutralen Mediators  
werden die Interessen und Bedürfnisse, die hinter den Forderungen stecken,  
herausgearbeitet.

### **Bemühen um gegenseitiges Verständnis**

Die Partner erhalten Hilfestellung, um die Position des anderen besser zu  
verstehen. Dies erleichtert später das Ringen um Einigungen.

### **Suchen von Lösungsmöglichkeiten**

Nun werden Lösungsmöglichkeiten für die strittigen Punkte gesucht. Je mehr  
Vorschläge gefunden werden, desto eher kann es zu Einigungen kommen.  
Um Detailpunkte entscheiden zu können, gehört zu dieser Phase auch das  
Aufsuchen von Fachleuten aus anderen Bereichen z.B. einen Juristen, einen  
Bankkaufmann, einen Steuerberater, usw.

### **Die Einigung**

In der Phase des Verhandelns über jeden einzelnen Problembereich sucht das  
Paar aus den gefundenen Möglichkeiten jene Variante aus, die den Bedürf-  
nissen ihrer Kinder und ihnen selbst am ehesten entspricht.

### **Erstellung der Mediationsvereinbarung**

Die erzielten Ergebnisse werden schriftlich festgehalten. Bei beabsichtigter  
Scheidung bringt ein Rechtsanwalt oder Notar die Mediationsvereinbarung  
in eine vom Gericht akzeptierte Form.

### **Abschluss der Mediation**

Abschließend wird besprochen, wie das getrennte Paar im Falle von neuerlichen  
Konflikten (z.B. Veränderung der Kontakte zu den Kindern) vorgehen will.

---

*Zwei Kinder streiten sich um eine Apfelsine.  
Als sie sich nicht einigen können,  
entscheiden die herbeigerufenen Eltern,  
dass jeder die Hälfte bekomme.  
Jedoch gehen die Kinder nicht zufrieden auseinander.  
Wären sie genauer gefragt worden,  
hätte sich herausgestellt,  
dass einer die Schale zum Kuchenbacken  
und der andere den Saft zum Trinken haben wollte ...*

*Quelle unbekannt*

# Scheidungsrecht

**D**a juristische Fragen im Zusammenhang oft komplex sind und auf den individuellen Fall (z.B. im Falle von Ehen mit einem ausländischen Partner) abgestimmt werden müssen, verzichten wir auf nähere Ausführungen zu diesem Thema und verweisen stattdessen auf verschiedene Anlaufstellen bzw. Adressen, bei denen sich Betroffene informieren können.

*Alle Angaben ohne Gewähr!*

## Service d'accueil et d'information juridique

In Luxemburg, Esch/Alzette und Diekirch besteht eine juristische Informationsstelle, die allen Bürgerinnen und Bürgern kostenlose juristische Beratung – auch bei Fragen zur Scheidung – anbietet. Weitere Informationen gibt es an den Anlaufstellen:

<b>Luxemburg</b>	Cité judiciaire, Plateau du St Esprit Tel.: 22 18 46
<b>Esch/Alzette</b>	Justice de Paix, Place de la Résistance Tel.: 54 15 52
<b>Diekirch</b>	Justice de Paix, Place Bech Tel.: 80 23 15

Juristische Informationen im Scheidungsfall sind auch möglich beim Centre de Médiation, Galerie Kons, 24-26 place de la Gare in Luxemburg, Tel.: 27 48 34 1



## Informationsbroschüre CFFM

In dieser Broschüre, die maßgeblich vom CFFM (Centre pour femmes, familles et familles monoparentales) sowie vom Ministère de l'Égalité des Chances herausgegeben wird, werden die praktischen, sowie die rechtlichen Informationen rund um Scheidung und Trennung angesprochen. Es werden Fragen angeschnitten wie Ehe recht, Scheidungsprozedur, Wohnrecht, Rentensplitting, Sorgerecht, Besuchsrecht, Aufenthaltserlaubnis nach Scheidung, Auflösung von eingetragenen Lebensgemeinschaften, unverheiratete Mütter, ...

Informationen beim CFFM: Telefon: 49 00 51-1.

---

## Internet

Für die EU-Mitgliedstaaten finden sich im Internet diverse Adressen (in allen Sprachen der Mitgliedstaaten) zum Thema.

**[http://ec.europa.eu/civiljustice/divorce/divorce\\_lux\\_de.htm#2](http://ec.europa.eu/civiljustice/divorce/divorce_lux_de.htm#2)**.

Hier werden Fragen zum Thema „Scheidung“ beantwortet. z.B. Voraussetzungen der Ehescheidung oder Gründe für die Ehescheidung....

**[http://ec.europa.eu/civiljustice/parental\\_resp/parental\\_resp\\_lux\\_de.htm](http://ec.europa.eu/civiljustice/parental_resp/parental_resp_lux_de.htm)**

Hier werden Fragen zum Thema „Elterliches Sorgerecht“ beantwortet, z.B. Bedeutung des Begriffs „elterliche Sorge in der Praxis“, Rechte und Pflichten des Sorgeberechtigten oder die Problematik „Wem obliegt in der Regel die elterliche Sorge für ein Kind?“

**[http://ec.europa.eu/civiljustice/maintenance\\_claim/maintenance\\_claim\\_lux\\_de.htm](http://ec.europa.eu/civiljustice/maintenance_claim/maintenance_claim_lux_de.htm)**

Hier werden Fragen zum Thema „Unterhaltsansprüche“ beantwortet: Was bedeuten die Begriffe „Unterhalt“ und „Unterhaltungspflicht“ nach luxemburgischem Recht? Oder wie lange hat ein Kind Anspruch auf „Unterhalt“?



# Kommentierte Bücherliste

TITEL	AUTOR	JAHR	VERLAG	ISBN
Mes deux maisons (Ich hab euch beide lieb! Deutsche Version)	Claire Masurel	2001	Beyard Editions Jeunesse	978-2-7470-0439-8
J'ai deux maisons	Cécile Beaucourt, Cécile Geiger	2006	Hachette Livres	2.01.391232.3
Rico, der kleine Delfin. Meine Eltern trennen sich	Horst Johnen und Claudia Fennell	2001	FiJoFe-Verlag	10: 300004793X 13: 978-3000047930
Camille Papa et maman ne sont pas fâchés	Aline de Pétigny Nancy Delvaux	2005	Hemma	2-8006-9057-7
Les deux maisons de Petit Blaireau	Marie-Hélène Delval David Mc Phail	2003	Beyard Editions Jeunesse	2.7470.0796.0
Hast du mich noch lieb?	Reinhard Michl	2003	Sauerländer	13:9783794150045 10:379415004X
Ich hab euch beide lieb!	Claire Masurel	2007	Brunnen-Verlag Gießen	13:9783765566691 10:3765566691
Vier Biber in der Nacht	Michael Dudok de Wil	2003	Verlag Freies Geistesleben	3-7725-2254-8
Und Papa sehe ich am Wochenende	Marlina Baumbach	2006	Gabriel	3-522-30091-2
Familie Patchwork	Endres Brigitte Paule, Irmgard	2007	Kerle, Freiburg	13:9783451707629 10:3451707624
Auf Wieder-Wiedersehen	Ursula Enders	2004	Beltz	13:9783407786531 10:3407786530
Fips versteht die Welt nicht mehr: Wenn Eltern sich trennen	Jeanette Randerath	2008	Thienemann Verlag	10:3522435427 13:978- 3522435420
Zittern, Bibbern, Schüchtern sein	Emma Brownjohn	2006	Gabriel	978-3-522-30108-4
Mama ist groß wie ein Turm	Brigitte Schär Jacky Gleich	2001	Hanser Verlag	3-446-200 231
Der Junge der die Zeit anhielt	Jens Thiele	2006	Hammer	13:9783779500483 10:3779500485



ZIELGRUPPE	KOMMENTAR
Enfants (> 3 ans)	Livre compréhensif Alex aime ses deux parents et se sent aimer par ses deux parents.
Enfants (> 3 ans)	Le livre met un regard positif sur les aspects d'un divorce.
Kinder ab 3 Jahre	Buch über die Erfahrungen und Gefühle während der Trennung. Ermutigt Kinder einfühlsam.
Enfants de 3 à 6 ans	Montre aux enfants qu'ils ne sont pas la cause des disputes parentales.
Enfants de 3 à 9 ans	Tous les parents restent parents même s'ils se sont séparés.
Kinder ab 3 J. u. ihre Eltern	Einfühlsames Buch über die Gefühle eines kleinen Bären beim Streit u. Trennung der Eltern und neuer Partnerschaft.
Kinder ab 4 J. u. ihre Eltern	Positives Kinderbuch, das zeigt: Anna liebt Mama u. Papa, weiß dass beide sie lieben u. hat bei beiden ihre Lieblingsplätze.
Kinder (ab 4 J.)	Über Ängste und einige Hilfen, damit umzugehen.
Kinder (ab 4 J.)	Über Scheidung, Wochenendbesuche, Verlustängste. Liebevoll und verständnisvoll geschrieben.
Kinder ab 4 J. u. ihre Eltern	Buch für die Ängste u. Widerstände der Kinder, mit Ideen für die Eltern.
Kinder ab 4 J. u. ihre Eltern	Buch über Trennung, Abschied und Wiedersehen.
Kinder ab 4 J.	Mit Fips können Kinder sich gut identifizieren. Im Durcheinander der Gefühle erhält er Hilfe und die Hoffnung, dass es gut weitergehen kann.
Kinder (ab 5 J.)	Ein Mitmach-Bilderbuch über große und kleine Ängste. Geeignet um miteinander anzuschauen.
Kinder (ab 5 J.)	Kindliche Phantasien bei Streit der Eltern, Umgang mit Sehnsucht und Verlustängsten.
Kinder ab 5 J. u. ihre Eltern	Geschichte über Vergangenheit und Neubeginn, Trauer, Schmerz, Liebe und Freundschaft.

TITEL	AUTOR	JAHR	VERLAG	ISBN
Tobi und der Zankapfel	Brigitte Weniger Verena Balhaus	2002	Atlantis	10:3715204605 13:978-3715204604
Emil wird sieben	Karin Koch	2005	Hammer	13:9783779500384 10:3779500388
Jacob der Angstbändiger	Erika Meyer-Glitza	1999	Iskopress	13:9783894031978 10:3894031972
Simon a deux maisons	Ominique de Saint Mars Serge Bloch	2005	Calligram	978–2–88–480–151–5
Wenn Mama u. Papa sich trennen	Emily Menendez-Aponte	2004	Silberschnur	13:9783854660408 10:3854660405
Belgische Riesen	Burkhard Spinnen	2004	Bertelsmann, München	13:9783570215296 10:3570215296
Meine Eltern trennen sich	Elisabeth Schöberl	2004	Ueberreuter	13:9783800015979 10:3800015978
Le Divorce (v. Wenn Mama u. Papa sich trennen)	Emily Menendez-Aponte	2004	Edition du signe	2–7468–1361–0
La peur Comment tu peux y faire face	Molly Wigand	2005	Edition du signe	9782746815209
Märchen helfen Scheidungskindern	Brigitte Spangenberg	2002	Herder Spektrum	3–451–05313–6 zur Zeit nicht neu erhältlich
Glückliche Scheidungskinder	Remo H. Largo Monika Czernin	2004	Piper	13:9783492241588 10:3492241581
Scheidung. Die Perspektive der Kinder	E. Mavis Hetherington	2003	Beltz Verlag	3–407–85799–3
Schritt für Schritt – Ein Leitfaden zur Gestaltung	Hans Dusolt (Hg.)	2000	Profil	3–89019–464–8
Wenn der Partner geht ... Wege zur Bewältigung von Trennung und Scheidung	Doris Wolf	2001	PAL	3–923614–74–8
Oma und Opa können helfen	Hans Dusolt	2004	Beltz	13:9783407228765 10:3407228767

ZIELGRUPPE	KOMMENTAR
Kinder (ab 5 J.)	Zerrissenheit im Streit der Eltern und Lösungsmöglichkeiten.
Kinder ab 6 J.	Emils Eltern leben getrennt und nun lernt Mama einen Mann kennen ....
Kinder 5–10 J.	Mutmachbuch, eigene Wege zum Angstbändigen finden.
Enfants de 7 à 12 ans	Bande dessinée sur le divorce et familles recomposées.
Kinder ab 8 J. u. ihre Eltern	Trennung ist nicht das Versagen des Kindes. Das Buch hilft Gefühle rund um Trennung zu erforschen und auszudrücken.
Kinder ab 10 J. u. ihre Eltern	Unterhaltsame Geschichte über den harmoniesüchtigen Konrad, der die stinkwütende Frederike kennenlernt, deren Eltern sich gerade getrennt haben.
Jugdl. ab 12 J.	Unterstützung für Jgdl., sich in der Situation zurechtzufinden.
Livre pour enfants (8–12 ans)	livre illustré qui aborde très sensiblement toutes les questions touchant au divorce du point de vue des enfants concernés ainsi que leurs craintes et leurs ressources.
Livre pour enfants (<12 ans)	livre illustré sur les peurs des enfants qui donne des tuyaux pour aider les enfants à mieux les affronter.
Zum Vorlesen und Begleiten durch Eltern und Erzieher (Kinder ab 6 J.)	Märchen und Geschichten zu verschiedenen Themen bei Trennung und Scheidung.
Eltern	Bedürfnisse der Kinder und Wege diesen gerecht zu werden.
Erwachsene in Trennung oder Scheidung	Langzeitstudie über Auswirkungen der Scheidung und Hilfen zur Bewältigung der Trennung.
Trennungsfamilien in der Phase der Neuorientierung	Artikel zur Gestaltung des Zusammenlebens in Stieffamilien.
Frauen	Psychologische Beschreibung des Trennungsprozesses und konkrete Hilfen zur Ablösung und Neuorientierung.
Großeltern	Wie können Großeltern ihren Enkelkindern und den eigenen Kindern in der schwierigen Situation helfen.

# Herausgeber AG-QM-Psy



## Arbeitsgemeinschaft für Qualitätsmanagement a psychosozialen an therapeutischen Berodungsstellen

In der Arbeitsgemeinschaft Qualitätsmanagement Psy haben sich im Anschluss an ein vom Haus 89 organisiertes Seminar zum Thema „Qualitätssicherung/-management“ Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verschiedener konventionierter Luxemburger Beratungsstellen aus dem psychosozialen bzw. psychotherapeutischen

Sektor zusammengeschlossen, um sich gemeinsam für die Qualität ihrer Arbeit einzusetzen. Seit Dezember 2004 trifft sich die Arbeitsgruppe in regelmäßigen Abständen. Das Ziel der AG-QM-Psy ist ein eigenverantwortliches Qualitätsmanagement unserer beratenden bzw. psychotherapeutischen Tätigkeit.

## Zu den aktuellen Mitgliedern gehören die folgenden konventionierten Einrichtungen

- Alupse Dialogue
- Centre Ozanam – Fondation de la Porte Ouverte
- Erziehungs- a Familljeberodung afp-services
- Familljen-Center CPF
- Fondation Pro Familia – Centre de Médiation Socio-Familial
- Haus 89 Liewens-Partner-Famillje-Berodung Asbl.
- MSF – Solidarité Jeunes
- Planning Familial
- Riicht Eraus (Centre de Consultation et d'aide pour auteurs de violence)
- Service de Consultation socio-pédagogique (CSP) Inter-Actions

Assoziierte Mitgliedschaft<sup>1</sup>

- LGIPA /IPG – Institut für Psychologesch Gesondheetsförderung (Bertrange, Ettelbruck)

Die erste Ausgabe der Broschüre „Ratgeber Trennung-Scheidung“ wurde in Kooperation zwischen Planning Familial und dem Familljen-Center CPF mit Unterstützung des Familienministeriums im Jahr 2002 herausgegeben. Im Jahr 2007 erstellten die Mitgliedern der AG-QM-Psy eine aktualisierte Version, welche dann in einem Lesekomitee diskutiert und redaktionell verbessert wurde und den „letzten Schliff“ erhielt. Die AG-QM-Psy-MitarbeiterInnen möchten an dieser Stelle den Mitgliedern des Lesekomitees und Herrn Mill Majerus vom Familienministerium für ihre engagierte Unterstützung herzlich danken.

<sup>1</sup> Assoziierte Mitgliedschaft möglich für Gemeinnützige Gesellschaften (nicht-konventioniert).

# Beratungsstellen in der AG-QM-Psy

## **Alupse-Dialogue**

8, rue Tony Bourg  
L-1278 Luxembourg  
Tel.: 26 18 48-1  
alupse@pt.lu

## **Centre Ozanam**

### **Fondation de la Porte Ouverte**

64, rue Michel Welter  
L-2730 Luxembourg  
Tel.: 48 83 47  
www.fmpo.lu  
ozanam@fmpo.lu

## **Erzéiongs- a Familljeberodung afp-services**

39, bd GD Charlotte  
L-1331 Luxembourg  
Tel.: 46 00 04-1  
www.afp-services.lu  
info@afp-services.lu

## **Espace Parole**

### **Cellule de Médiation**

20, rue de Contern  
L-5955 Itzig  
Tel: 26 36 17 77  
www.familljencentercpf.lu  
esparole@pt.lu

## **Familljen-Center CPF**

3, place du Théâtre  
L-2613 Luxembourg  
Tel.: 47 45 44  
www.familljencentercpf.lu  
info@familljencentercpf.lu

## **Fondation Pro Familia –**

### **Centre de Médiation**

#### **Socio-Familial**

5, rue de Zoufftgen  
L-3598 Dudelange  
Tel.: 51 72 72  
www.profamilia.lu  
mediation@profamilia.lu

## **Haus 89 Liewens-Partner-**

### **Famillje Berodung Asbl**

89, rue d'Anvers  
L-1130 Luxembourg  
Tel: 40 37 17  
www.haus89@pt.lu  
haus89@pt.lu

## **IPG – Institut fir psychologesch Gesondheetsförderung**

5, beim Schlass  
L-8058 Bertrange  
Tel.: 26 11 95 21  
www.ipg.lu  
ipg@pt.lu

## **MSF-Solidarité Jeunes**

21, rue Michel Rodange  
L-2430 Luxembourg  
Tel.: 48 93 48  
www.msf.lu  
alain.massen@Luxembourg.msf.org

## **Planning Familial**

4, rue G.C. Marshall  
L-2181 Luxembourg  
Tel.: 48 59 76 oder  
Tel.: 48 59 77  
www.planningfamilial.lu  
info@planningfamilial.lu

## **Riicht Eraus**

Centre de Consultation et d'aide  
pour auteurs de violence  
37, rue Glesener  
L-1631 Luxembourg  
Tel.: 26 19 04 44  
www.riichteraus.lu  
info@riichteraus.lu

## **Service de Consultation socio- pédagogique (CSP) Inter-Actions**

1, rue CM Spoo  
L-2546 Luxembourg  
Tel.: 40 66 19 1  
www.inter-actions.lu  
csp@inter-actions.lu

# Autorenteam

## Redaktionsteam:

<b>Jean-Paul Conrad,</b>	Diplom-Psychologe, Integrativer Paartherapeut, Psychologischer Therapeut (SLP), Zusatzausbildung in Traumatherapie und EMDR ( <b>Familljen-Center CPF</b> )
<b>Marie-Josée Cremer,</b>	Sozialarbeiterin und Familientherapeutin, Supervisorin ( <b>Alupse-Dialogue</b> )
<b>Jutta Gansemer,</b>	Diplom-Pädagogin, Zusatzausbildung in Systemischer Therapie und Beratung MarteMeo Therapeutin ( <b>Erzéions- a Familljeberodung</b> )
<b>Helmut Gehle,</b>	Diplom-Psychologe & Diplom-Pädagoge, Psychotherapeut ( <b>Planning Familial &amp; Institut fir psychologesch Gesondheitsförderung (IPG)</b> )
<b>Nathalie Greischer,</b>	Éducatrice graduée ( <b>Centre Ozanam/Fondation Maison de la Porte Ouverte</b> )
<b>Alfred Groff,</b>	Dr.phil. in Psychologie, Psychopathologie und Psychiatrie, Gesprächspsychotherapeut ( <b>Inter-actions</b> )
<b>Fabienne Hanten,</b>	Diplom-Psychologin, Familientherapeutin ( <b>Alupse-Dialogue</b> )
<b>Maja Hehlen,</b>	Lic. phil. Psychologin, dipl. Heilpädagogin, dipl. Erziehungsberaterin und Schulpsychologin, Zusatzausbildung in Gestalttherapie, MarteMeo Therapeutin ( <b>Erzéions- a Familljeberodung</b> )
<b>Sandy Roulling,</b>	Diplom-Psychologin, Zusatzausbildung in Mediation und in Gesprächspsychotherapie ( <b>Fondation Pro Familia</b> )
<b>Burkhard Schackmann,</b>	Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Gesprächspsychotherapeut, Psychologischer Therapeut (SLP) ( <b>Haus 89</b> )

## Gastautoren:

<b>Catherine Majerus,</b>	Diplom-Psychologin ( <b>Planning Familial</b> )
<b>Gisèle Medinger,</b>	Thérapeute familiale et systémique ( <b>Familljen-Center CPF</b> )
<b>Sylvie Schares,</b>	Master of Advanced Studies Mediation, Thérapeute non-directif créateur, Formation spécialisée: Techniques d'intervention auprès des couples, thérapie brève ( <b>Espace Parole</b> )
<b>Anne-Sophie Vanbléricq,</b>	Diplom-Psychologin ( <b>PAJE asbl</b> )
<b>Mariette Wiltzius,</b>	Diplom-Psychologin, Zusatzausbildung in Kommunikations-, Paar- und Sexualtherapie, Klientenzentrierte Gesprächstherapie ( <b>Familljen-Center CPF</b> )

---

**Illustrationen:** Dario Herold

**Layout:** Publishing saint-paul

**Übersetzung ins Deutsche (Text Scheidung und Schule) und Korrektur:**

Götz Empel, akad. geprüft. Übersetzer

---

**MitarbeiterInnen der Broschüre von 2002:** Sylvie Braquet, Helmut Gehle, Jutta Hopfgartner,  
Danièle Maraite (Planning Familial)  
Jean-Paul Conrad, Gréidi Esch-Jacoby,  
Dorothee Jacoby-Urban, Rosi Rohmer-Strecker,  
Monique Spautz (Familljen-Center CPF).

**Comité de lecture:** Pitou Antoni, Klaus Elgas, Nathalie Keipes, Astrid Lagoda,  
Mill Majerus, Gisèle Medinger, Jeanne Meyers-Kaysen, Aloyse Ramponi,  
Jeannine Schumann, Eliane Tagliaferri, Brigitte Weyers.

**Editeur:** Ministerium für Familie und Integration und AG-QM-Psy

