

EFB-Aktuell: 2015/01

„Eltern sein, auch nach einer Trennung – wie kann das gelingen?“

Susanne Beley, Dipl.Sozialpädagogin, Paar-Lebens- und Familienberaterin
Mitarbeiterin der Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Naemi-Wilke-Stift Guben

Kinder lieben ihre Eltern meist gleichermaßen und wünschen sich die Zuneigung beider Seiten. Wenn Partner sich trennen, hört ihre Elternrolle daher nicht auf. Die Frage, wie getrennte Paare ihrem Kind auch nach dem Auseinandergehen gute Eltern sein und es in seiner Entwicklung unterstützen können, beschäftigt viele Betroffene, die sich an unsere Familienberatungsstelle wenden.

Für Kinder sind Trennungen ihrer Eltern ein kritisches Lebensereignis, das eine verständnisvolle Begleitung erforderlich macht. Beide Eltern sind in besonderer Weise gefordert, ihren Kindern in diesem emotionalen Trennungs- und Trauerprozess zur Seite zu stehen und ihnen zu helfen, diese Situation gut zu bewältigen.

Diese Begleitung fällt jedoch vielen Eltern nicht leicht, da sie selbst sehr stark in den Trennungsprozess involviert sind und emotional ihren Kindern nicht immer voll zur Verfügung stehen können. Sie selbst erleben die Trennung oft im Gegensatz zu ihren Kindern als „Befreiung aus einem unerträglichen Zustand“.

Getrennte Eltern bleiben jedoch für ihre Kinder die wichtigsten Begleitpersonen im kindlichen Trauerprozess, auch über das Ende der Familie hinaus. Je kooperativer sie in diesem Prozess miteinander arbeiten, desto besser kann es betroffenen Kindern gelingen, diese schwierige Situation zu meistern. Wie diese Kooperation gelingen kann, ist in folgenden Grundsätzen zusammen gestellt (Quelle: nach Dipl.Päd. Ulrich Severin).

Was zeichnet kooperative Eltern aus?

- **Sie respektieren und achten sich gegenseitig als gleichwertige und wichtigste Bezugspersonen für ihr Kind.** Sie wissen um den Wert des jeweils anderen für die Entwicklung und für das Wohl ihres Kindes. Sie gehen davon aus, dass der jeweils andere Elternteil sein/ihr Kind genauso liebt wie sie selbst es lieben und sein Bestes wollen.
- **Sie sind sich bewusst, dass es in einer Familie keinen alleinigen Gewinner geben kann.** Sie wissen, dass das Wohl aller voneinander abhängt und dass das Kindeswohl vom Wohlergehen der Eltern ebenso abhängt, wie das Wohl der Eltern vom dem des Kindes.
- **Sie blicken zunächst auf ihr Kind.** Sie kennen seine Trauer um die Trennung. Sie wissen um seine Wiedervereinigungswünsche und um seine Ohnmacht. Sie vermeiden deshalb das Kind in Loyalitätskonflikte zu bringen. Sie muten ihm keine Entscheidungen zwischen Vater und Mutter bzw. der väterlichen und der mütterlichen Familie zu.
- **Sie klären ihr Kind gemeinsam entwicklungs- und altersgemäß über die Gründe ihrer Trennung auf** und darüber, wie sich die familiären Beziehungen zukünftig gestalten werden. Sie sorgen dafür, dass das Kind seine Gefühle (Trauer, Wut, Ohnmacht) äußern kann. Sie bringen Verständnis für die Lage des Kindes auf, das von der Trennungsentscheidung der Eltern betroffen ist und sie hinnehmen muss.
- **Sie nehmen ihren Erziehungsauftrag gegenüber dem Kind wahr.** Sie entscheiden für das Kind die Dinge, die es von seinem Entwicklungsstand, seinen Lebenserfahrungen und seinem Wissen her noch nicht entscheiden kann. Sie beachten dabei sehr wohl die Interessen, Wünsche und Bedürfnisse ihres Kindes und beziehen es seinem Entwicklungsstand und Alter entsprechend in alle Entscheidungen mit ein, die das Kind betreffen.
- **Sie helfen ihrem Kind, mit unterschiedlichen „Familienkulturen“ zu leben.** Sie wissen, dass sich ihr Kind in der Mutter- bzw. Vaterfamilie anpassen will und muss und sich deshalb dort jeweils unterschiedlich verhält. Sie unterstützen ihr Kind dadurch, dass sie sich mit ihren jeweiligen Anpassungsanforderungen zurückhalten, Widersprüche in der Erziehung thematisieren bzw. zu lösen versuchen, sich über ihre Erziehungsziele und –stile austauschen

und jeweils berücksichtigen, dass ihr Kind nur begrenzt unterschiedliche Anforderungen in sein Verhalten integrieren kann.

- **Sie arbeiten an ihren Trennungsproblemen oder haben ihre Trennung verarbeitet.** Sie haben sich auf der Paarebene getrennt und die gemeinsame Zeit bilanziert. Sie nehmen ihre jeweilige Verantwortung für die Trennung an. Sie belasten das Kind nicht mit ihren Gefühlen, die die Trennung begleiten.
- **Sie haben für sich eine wirkungsvolle Kommunikationsstruktur aufgebaut,** die es ihnen ermöglicht, alle Angelegenheiten, die das Kind betreffen, zeitnah und umsichtig zu klären. Sie informieren sich laufend über die Entwicklung des Kindes, über seine Freuden und Sorgen und über alle wesentlichen Veränderungen.
- **Sie holen sich ggf. Beratung und Hilfe** bei kompetenten Dritten. Sie erkennen, dass sie nicht in der Lage sind, alle Konflikte und Probleme, die im Zusammenhang mit der Trennung auftreten können, selbst zu bewältigen. Sie gehen ihre eigenen Probleme aktiv an, damit sie nicht auf den anderen Elternteil oder das Kind projiziert werden. Besonders wichtig ist ihnen die Entwicklung einer sachlichen Konflikt- und Streitkultur.
- **Sie wissen um die Vielfalt der Veränderungen,** die bei der weiteren Entwicklung ihrer Familien eintreten werden. Sie sind nicht übergriffig, schreiben ihrem ehemaligen Partner weder dessen Lebensführung noch dessen Erziehungsstil vor. Sie wissen, dass es für ihr Kind wichtig ist, auch mit einem erweiterten Familiensystem (u.a. neue PartnerInnen) gut auskommen zu können.
- **Sie klammern keinen Lebensbereich aus, den das Kind betrifft.** So klären sie die materiellen Bedürfnisse, die schulische und medizinische Versorgung des Kindes, ebenso wie die Umgangsregelungen. Sie nehmen dabei aufeinander Rücksicht und suchen nach Wegen, die beiden Seiten größtmögliche Entwicklungschancen unter den jeweils gegebenen Umständen lassen.
- **Sie genießen die Entlastung, die ihnen der Einsatz des anderen Elternteils bringt.** Sie nehmen guten Gewissens den anderen Elternteil dann in Anspruch, wenn sie – auch kurzfristig – mal nicht für ihr Kind sorgen können, wenn sie Entlastung brauchen oder das Gefühl haben, dass Kind wünscht mit dem anderen Elternteil zusammen zu sein. Sie leben ihre Elternschaft indem sie sich gegenseitig fordern und unterstützen.
- **Sie wissen, dass es unmöglich ist, alle diese Grundsätze einzuhalten und geben sich und ihrem Kind zuliebe dennoch nicht auf!**

So schlüssig und leicht sich diese Grundsätze lesen; vielen Eltern fällt es schwer diese Empfehlungen in ihrem Alltag umzusetzen. Die Beratung dieser Frauen und Männer ist daher zu einem wichtigen Bestandteil in der Arbeit der Familienberatungsstelle geworden.

Eltern können sich gemeinsam, aber auch einzeln an unsere Beratungsstelle wenden. Schritt für Schritt und jeweils ganz individuell, begleiten wir ein Elternteil oder auch beide in einem Prozess, an dessen Ende eine gute Kooperationsgrundlage, ein tragfähiges Arbeitsbündnis gefunden werden kann.

Sollten Sie Interesse an diesem Angebot der Erziehung- und Familienberatungsstelle des Naemi-Wilke-Stiftes haben, wenden Sie sich mit Ihrem Anliegen an: Tel. 03561-403 219