

Trennung - Wissenswertes

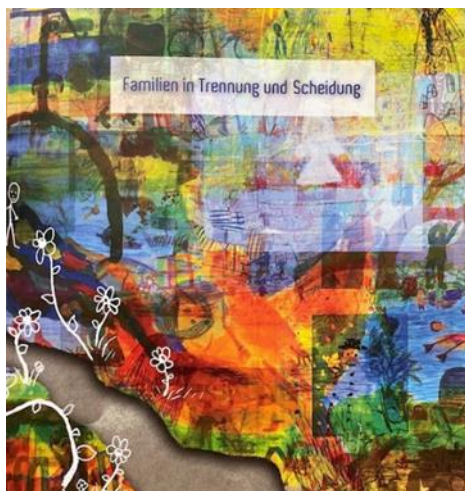
Trennung – Wissenswertes Inhaltsübersicht	1
1. Einleitung	2
2. Vortrennungsphase	4
Die Entscheidung sich zu trennen ist gefallen, was jetzt?	4
Wie erleben die Kinder die Vortrennungsphase?	4
Was können Sie als Eltern tun?	5
3. Kinder unterstützen	6
Kinder bis 6 Jahre	7
Kinder 6 bis 8 Jahre	8
Kinder von 9 bis 12 Jahre	9
Jugendliche 13 bis 18 Jahre	11
4. Blockierte Eltern-Kind-Beziehung	13
5. Zur elterlichen Sorge (autorité parentale)	14
Gemeinsam oder alleinig?	14
Was beinhaltet die elterliche Sorge?	14
Die großen und die kleinen Fragen des Lebens	15
Umgangsrecht	16
6. Tipps zu Umgangsrecht	17
Do's	17
Don'ts	18
7. Auf dem Weg zu neuen Beziehungen und Bindungen	19
Patchworkfamilie und Patchworksituationen	19
Tipps für den leiblichen Elternteil in der Patchworkfamilie	20
Tipps für den Stiefelternteil	21
Was Kinder in der Patchworksituation brauchen	22

1. Einleitung

Nachfolgend finden Sie eine Zusammenstellung an Texten, welche sich hauptsächlich an Eltern richten, die sich auf dem Weg der Trennung befinden oder sich bereits getrennt haben.

Hierbei wird es vor allem um die Auswirkungen der Trennung auf die gemeinsamen Kinder gehen. Unser Fokus liegt darauf, Eltern auf einen konstruktiven Weg zu bringen und auf diesem zu begleiten, damit diese ihre Kinder so gut als nur möglich durch diese herausfordernde Familienphase bringen können.

Die folgenden Texte basieren ursprünglich auf den Inhalten der Broschüre „Familien in Trennung und Scheidung“ (Herausgeber: 2002 vom Ministerium für Familie und Integration und AG-Qm-Psy) und sind in verschiedenen Sprachen (DE, FR, ENG) verfügbar.



Die Initiative haben zwei frühere Mitarbeiter des Familljen-Center genommen:

Joana Gross und Marc Bressler, beide Psychologen, haben sich dafür eingesetzt, dass Eltern auf unserer Internetseite viele schriftlichen Infos finden in einer stürmischen Zeit.

Alle Texte sind 2023-2025 im Familljen-Center überarbeitet und an die aktuelle Gesetzeslage angepasst worden.

Acht Mitarbeiter*innen der Fokus-Gruppe Trennung / Scheidung haben sich während Monaten getroffen, ausgetauscht und immer wieder an den Inhalten gearbeitet.

Besonderen Dank gilt für die Redaktion von Texten und den Übersetzungen an:

Corinne BOCK

René HOFFMANN

Angela LAERA

Lis THOME

Paula VOGEL

John WEBER



Familljen-Center

Siège social de l'a.s.b.l.

4, rue G.C. Marshall
L-2181 Luxembourg

www.familljen-center.lu

Tél: 47 45 44

306, rue de Röllingergrund
L-2441 Luxembourg

info@familljen-center.lu

Die Mitarbeiter der früheren Broschüre:

Autorenteam

Redaktionsteam:

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

Gastautoren:

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

70

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



2. Vortrennungsphase

Die Entscheidung sich zu trennen ist gefallen, was jetzt?

Die Entscheidung sich zu trennen, bedeutet oft für beide Partner eine hohe Belastung und Stress. Auf den folgenden Seiten wollen wir Ihnen Tipps und Hinweise geben, wie sie Ihre Kinder so schonend wie möglich durch diese kritische Phase begleiten und unterstützen können.

In der Planung der räumlichen Trennung sollten die Bedürfnisse der Kinder oberste Priorität haben!!!

Wenn möglich:

- Nichts überstürzen: Der endgültige Entschluss sich zu trennen bedeutet nicht, dass man sofort die Koffer packen und gehen sollte.
- Der Ablauf der Trennung- und der Nachtrennungszeit sollte im Sinne der Kinder sorgfältig geplant werden.
- Wohnsituation aller Familienteilnehmer und anderer Betroffener klären (Wo werden alle leben? Werden die Kinder weiterhin dieselbe Schule besuchen und ihren gewohnten Aktivitäten nachgehen können?)
- Umgangsrecht planen (Wann und bei wem werden die Kinder leben?)
- Wann, wie und was sagen wir den Kindern?
- Bei Bedarf oder ungelösten Konflikten: Hilfe von Professionellen aufsuchen, wie zum Beispiel eine Mediation oder eine Elternberatung.

Wie erleben die Kinder die Vortrennungsphase?

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 Ängsten.

Es kommt häufig vor, 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 z.B.:

- Rückzug sowohl emotional als auch räumlich
- aggressive oder depressive Stimmungen
- psychosomatische Symptome wie Bauch- und Kopfschmerzen, Essstörungen, erneutes Einnässen in der Nacht ...usw.

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** und **übernehmen Verantwortung**, indem sie z.B.

- Partei für den vermeintlich „unschuldigen“ Ehepartner ergreifen
- die Eltern trösten
- nach Lösungen suchen, um die Konflikte zu schlichten
- sich als Gesprächspartner zur Verfügung stellen

Damit übernehmen die Kinder eine Erwachsenenrolle, die sie emotional überfordert. Diese Verantwortungsübernahme führt bei einer Trennung zu **Schuldgefühlen**, zum Gefühl, nicht das Richtige getan zu haben oder sogar versagt zu haben.

Loyalitätskonflikt

Es besteht die Gefahr, dass die Kinder zwischen den Stühlen sitzen. Sie können sich hin und hergerissen fühlen, zwischen den Positionen der Eltern. Die Kinder lieben beide Eltern.

Was können Sie als Eltern tun?

- Versuchen das Streiten vor den Kindern zu vermeiden.
- Die Verantwortung für den Ehekonflikt liegt ausschließlich bei den Erwachsenen. Teilen Sie dies den Kindern ausdrücklich mit.
« Wir haben im Moment Probleme miteinander. Das hat nichts mit dir/euch zu tun. Wir tun unser Bestes, um wieder klarzukommen ... »
- Die Kinder sollen sich nicht in die Konflikte einmischen oder Verantwortung übernehmen.
« Mama und Papa regeln das. Du brauchst dich nicht zu kümmern... »
- Verlangen Sie nicht vom Kind Partei für Sie zu ergreifen.
- Den anderen Elternteil nicht vor dem Kind kritisieren oder schlecht reden.
- Die Kinder in ihrem Vertrauen und ihrer Liebe zum anderen Elternteil unterstützen.
« 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 für mich auch ganz wichtig » oder « ... ich bin froh, wenn du und Mama euch gut versteht! »
- Dem Kind klar machen, dass es bei einem Streit nicht nur einen Schuldigen gibt, sondern dass beide Partner verantwortlich für die Situation sind.
« Zum Streiten braucht es immer zwei. Wir haben versucht miteinander klarzukommen, aber es klappt leider nicht ».
- Trotz aller emotionalen Belastungen in dieser konflikthaften Zeit, versuchen Sie dem Kind soweit es geht, Sicherheit zu vermitteln. « Im Moment ist es sehr schwierig, und du kriegst mit, dass wir oft nervös/traurig sind, aber Mama und Papa geben sich Mühe das zu regeln. »
- Auch wenn Trauer-, Wut- und Verzweiflungsausdrücke der Kinder bei Ihnen Schuldgefühle verursachen, und schwer auszuhalten sind, so ist es jedoch wichtig, diese Gefühlsäußerungen anzunehmen und zu respektieren.
« Ich sehe, dass du traurig (oder wütend) bist, und ich verstehe das. »
- Versuchen feinfühlig zu sein und die Bedürfnisse des Kindes erkennen; d.h. die Signale des Kindes wahrnehmen, sie richtig interpretieren und angemessen darauf reagieren
- Auf keinen Fall sollten Sie versuchen, den Kindern ihre Gefühle auszureden. « Du brauchst ...nicht traurig zu sein ...keine Angst zu haben usw.! »

3. Kinder unterstützen

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:

- 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.
- 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.
- 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.

Je nach Alter der Kinder sind Faustregeln bei der Mitteilung nützlich.

Pro Alterskategorie wird angesprochen, wie die Eltern die Kinder unterstützen können.



Kinder bis 6 Jahre

Bei der Mitteilung

Kinder von 0-3 Jahre:

- einfache Mitteilung und diese im Gespräch ein paar Mal wiederholen.
- ungefähr 1– 2 Wochen vor der räumlichen Trennung

Kinder von 3-6 Jahre:

- kurze und konkrete Mitteilung bezüglich der Trennung und der damit verbundenen Veränderungen.
- ungefähr 1-2 Wochen vor der räumlichen Trennung.

Die Auswirkung der Trennung / Scheidung der Eltern ist vom Alter und emotionalen Entwicklungsstands des Kindes abhängig.

Ängste und Schuldgefühle

Vorschulkinder (0-6 Jahre) reagieren auf die Trennung der Eltern oft mit Angst und Schuldgefühlen. Sie sind verwirrt und überfordert, weil sie nicht in der Lage sind zu verstehen was eigentlich passiert und weshalb.

Kinder in dem Alter glauben, dass wenn ein Elternteil weggehen kann, der andere dies auch tun könnte. Sie denken, dass wenn Mama und Papa aufhören sich zu lieben, diese auch aufhören könnten sie zu lieben. Daraus können Trennungs- und Verlustängste entstehen.

Sorgen der Kinder: Wann werde ich Mama/Papa sehen? Wo werde ich wohnen? Muss ich umziehen? Werde ich beide Großeltern weiterhin sehen können? Wird mein Hund mit mir umziehen?...

Eingeschränkte emotionale Fähigkeiten

Kinder in dem Alter sind noch nicht in der Lage die Gefühle von nahestehenden Personen von den eigenen zu unterscheiden. Trauer, Ängste und Aggressionen des Elternteils, bei dem sie sich gerade aufhalten, werden übernommen und als eigene erlebt. Bereits ein paar Monate nach der Geburt reagieren Babys mit Angst und Stress, wenn ihre Eltern Ärger zeigen.

Wenn die Eltern sehr bestürzt sind, verstecken die Kinder in der Regel ihre eigenen Gefühle, wie Trauer oder Wut, um diese nicht noch zusätzlich zu belasten.

Symptome

- Erhöhte emotionale Sensibilität: Ärger, Angst, Weinen
- Regression in frühkindliche Verhaltensweisen: d.h. erneutes Einnässen und Einkoten, Daumenlutschen, Sauberkeit, Hygiene, ...
- Psychosomatische Störungen: Bauchweh und Kopfschmerzen, Hautirritationen, Atembeschwerden, Verstopfung,...
- Erhöhte Ängstlichkeit in Abschiedssituationen (Kindergarten, Schule)
- Alpträume
- Selbstanschuldigungen und massive Schuldgefühle
- Überangepasstes Verhalten
- Gesteigerte Aggressivität und Trotzverhalten
- Akute Trennungsängste bei der Übergabe an den anderen Elternteil



Was Eltern tun können

- Kinder versichern, dass Mama und Papa sie immer lieben werden und dass sie eine Familie bleiben, auch wenn sie nicht mehr zusammenleben. Versichern, dass das Kind keinen Elternteil verliert.
- Kinder von der Schuld entlasten; „das sind Erwachsenensachen!“
- Ausreichende Erklärungen geben
- Ein Kleinkind soll regelmäßig und in möglichst kurzen Abständen mit dem ausgezogenen Elternteil zusammen sein können, um innere Repräsentanz aufzubauen und Beziehung zu sichern.

Kinder 6 bis 8 Jahre

Bei der Mitteilung

- Konkrete und differenzierte Mitteilung bezüglich der damit verbundenen Veränderungen im Alltag der Kinder und in ihrer Beziehung zu den Elternteilen.
- Wertschätzung der kindlichen Gefühle wie Traurigkeit und Wut.
- Versichern, dass die Trennung nur mit Mama und Papa zu tun hat und, dass Mama und Papa sie weiterhin genauso lieben.
- Mitteilung ungefähr 3-4 Wochen vor der Trennung.

Kinder zwischen 6 und 8 Jahren reagieren oftmals sehr emotional auf die Trennung bzw. Scheidung ihrer Eltern. Deshalb brauchen sie Unterstützung von beiden Elternteilen, um diese Emotionen zu verstehen und zu bewältigen.

Trauer

Kinder in diesem Alter reagieren meistens mit Traurigkeit und/oder Wut auf die Entscheidung der Eltern sich zu trennen, dabei drücken sie diese über das Weinen und Schluchzen aus.

Loyalitätskonflikt

Der Loyalitätskonflikt steht in dieser Altersgruppe im Vordergrund. Die Kinder versuchen in ihrem Handeln beiden Eltern gerecht werden.

Wenn Eltern versuchen das Kind auf ihre Seite zu ziehen, riskieren sie dabei ein „Tauziehen“ der Gefühle ihres Kindes. Manche Eltern erzählen ihrem Kind etwas Schlechtes über den Partner, um dies zu erreichen (z.B.: er ist der Grund warum ich so viel weinen muss, warum es uns so schlecht geht). Aus der Sicht des Erwachsenen mag diese Anschuldigung stimmen, aber das Kind sitzt zwischen zwei Stühlen und wird aus diesem Tauziehen als Verlierer herausgehen. Der entstandene Loyalitätskonflikt löst eine starke Hilflosigkeit und Ohnmacht beim Kind aus.

Kinder fühlen oft eine große Sehnsucht nach dem abwesenden Elternteil, den sie aufgrund von ungleichem Umgangsrecht seltener sehen.

Dadurch wollen sie ihm gegenüber den Ärger, den sie eigentlich empfinden, nicht immer offen zeigen. Der anwesende Elternteil wird daher oft zur Projektionsfläche negativer Emotionen.

Oft fühlt der «allein gelassene Elternteil» sich einsam und erlebt eine Sehnsucht nach dem Kind. Um die Kinder vor Verantwortungsübernahme und möglichen Schuldgefühlen und zu schützen ist es wichtig, ihnen das beim Wiedersehen schonend mitzuteilen («Ich habe an dich/euch gedacht», «Ich hab dich/euch vermisst»).



Wunsch nach Wiedervereinigung der Eltern

Der größte Wunsch des Kindes ist, dass seine Eltern wieder zusammenkommen. Daraus kann resultieren, dass sie es als ihre Aufgabe sehen, die Probleme der Eltern zu lösen. Es ist für die Kinder nicht gesund, die Rollen der Eltern einzunehmen; sie sollten weiterhin Kind sein dürfen.

Aggressionen gegen sich selbst und andere

Aus Untersuchungen geht hervor, dass ein Risiko negativer Beeinflussung besteht, wenn Kinder ihre Eltern beim Streiten beobachten. Es beeinträchtigt sie in der Art und Weise wie sie mit ihren Problemen umgehen und sie lösen. Insbesondere bei körperlichen Auseinandersetzungen kann es in vielen Fällen dazu führen, dass das Kind gegenüber Gleichaltrigen gewaltsam reagiert. Kinder gewöhnen sich nicht an die Streitereien ihrer Eltern – im Gegenteil – jeder Streit führt zu einer größeren Verunsicherung.

Weitere Symptome

- Rückzug und Überanpassung
- Angst- und Zwangssymptome
- Psychosomatische Störungen (Kopf-, Bauchweh, o.ä.)
- Leistungsverweigerung und Konzentrationsstörungen

Was Eltern tun können

- Dem Kind versichern, dass es weiterhin mit beiden Elternteilen in guter Beziehung bleiben kann
- Klare und gleichbleibende Zuneigung zeigen
- Dem Kind vermitteln, dass der Ex-partner sich weiterhin um das Kind sorgen und lieben wird
- Dem Kind versprechen, dass es weiterhin Zugang zum anderen Elternteil und weiteren Familienmitgliedern behält und sich an das Versprechen halten
- Genügend Raum für gemeinsames Tun mit beiden Eltern zur Verfügung stellen
- Vermeiden Sie den anderen Elternteil vor dem Kind schlecht zu reden!
- Vermeiden Sie Konflikte und Streit vor dem Kind!
- Bei auffälligem Verhalten des Kindes Geduld bewahren und dem Kind zugestehen, dass es Zeit und Raum braucht, um Gefühle zu äußern. Anerkennung der Reaktionen des Kindes: z.B. „Es ist okay, dass du traurig bist.“
- Vermeiden das Kind zu Verbündeten, Tröstern, Spionen oder Vertrauten zu machen.

Kinder von 9 bis 12 Jahre

Bei der Mitteilung

- Verantwortungsübernahme der Eltern für die Trennung 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 „Verantwortungsübernahme für eine sich verändernde Situation.“ Möglichst dicht an der Wahrheit bleiben. Es ist wichtig ggf. dem Kind / den Kindern Zeit zu geben, die endgültige Entscheidung der Eltern zu realisieren und vorerst keine Reaktion vom Kind zu erwarten.
- Den Kindern bevorstehende Veränderungen ankündigen.



Kinder dieser Altersgruppe sind bereits weiter fortgeschritten in ihrem Denken und sind in der Lage verschiedene Gesichtspunkte zu verstehen. Die meisten 9 bis 12-Jährigen können einige der Gründe, die zu der Trennung ihrer Eltern geführt haben, nachvollziehen oder sogar verstehen.

Ablehnung eines Elternteils

Auch wenn 9 bis 12-Jährige bereits in der Lage sind, beide Eltern zu verstehen, sind die Bewertungsmaßstäbe noch undifferenziert und folgen einem schwarz-weiß, gut-böse Denkmuster. Daraus resultiert die Zuschreibung des einen Elternteils als „den Guten“ und den anderen als „den Bösewicht“. Die Kinder ergreifen Partei für den aus ihrer Sicht nicht schuldigen, hilfloseren Elternteil.

Die Ablehnung eines Elternteils aus diesem besonderen „Gerechtigkeitsempfinden“ führt zu starken Schuldgefühlen diesem Elternteil gegenüber.

Aus Angst davor, beide zu verlieren, schlägt das Kind sich auf eine Seite, meist auf die Seite des Elternteils, bei dem es lebt. Kinder übernehmen willig die Schiedsrichter- und Ratgeberrolle für einen Elternteil und bieten sich geradezu als Partnerersatz an.

Es kann auch vorkommen, dass sie sich dagegen wehren, Zeit mit dem Elternteil zu verbringen, welches in ihren Augen als schuldig für die aktuelle Situation angesehen wird.

Als Eltern sollten Sie dies nicht zulassen. Machen Sie Ihrem Kind deutlich, dass Ihnen Freundlichkeit und Respekt beiden Elternteilen gegenüber wichtig ist. Dabei können konkrete Beispiele helfen: wenn das Kind einen bestimmten Lehrer nicht gerne mag, so muss es im Kontakt mit diesem trotzdem respektvoll bleiben.

Ärger

Kinder dieser Altersspanne können einen großen Ärger und eine ebenso große Ohnmacht hinsichtlich der Trennung empfinden.

Psychosomatische Beschwerden

Der emotionale Stress, den die Kinder bei der Trennung und Scheidung der Eltern erleben, kann das Auftreten von psychosomatischen Beschwerden begünstigen, wie Kopf- und Bauchschmerzen, o.ä.

Veränderungen im sozialen Umfeld

Die Scheidung der Eltern kann zu Problemen und Veränderungen im sozialen Umfeld führen. Um den Verlust von Sicherheit und Halt zu bewältigen, schließen Kinder sich oft Gleichaltrigen an, die mit ähnlichen emotionalen Problemen oder Verhaltensauffälligkeiten zu kämpfen haben. Dies wiederum kann z.B. zu schulischem Versagen und auffälligem Verhalten oder zu überangepasstem Verhalten führen.

Gegeneinander ausspielen der Eltern

Im Gegensatz zu jüngeren Kindern, versuchen 9 bis 12-Jährige manchmal die Trennungssituation zu ihren Gunsten auszunutzen und spielen dabei ihre Eltern gegeneinander aus. Zum Beispiel sagen/tun sie gemeine Dinge oder beschuldigen ihre Eltern, sich verändert zu haben.

Ein regelmäßiger Austausch zwischen den Eltern bezüglich der Kinder kann diesem Verhalten entgegenwirken. Die Erfahrung, dass beide Eltern trotz Trennung im gleichen Boot sitzen, verschafft den Kindern Sicherheit und Stabilität.



Was Eltern tun können

- Sprechen Sie mit ihm über sein neues Leben

Kinder in diesem vorpubertären Alter brauchen ihre Eltern um über die Trennung und den (darauffolgenden) neuen Lebensablauf zu sprechen. Sie brauchen einen Rahmen, der es ihnen ermöglicht, über ihre Sorgen, Ängste und Leiden zu sprechen und einen Eindruck über die Befindlichkeit der Eltern zu bekommen. Es ist vollkommen in Ordnung, wenn die Eltern nicht immer einer Meinung sind, dem Kind gegenüber sollten sie allerdings immer übereinstimmen. Wichtig ist auch immer ehrlich zu sein, wenn das Kind fragt, ob Mama und Papa wieder zusammenkommen!

- Lassen Sie das Kind seinen Ärger kontrolliert äußern

Als Eltern sollten Sie Ihrem Kind Liebe und Unterstützung entgegenbringen, aber auch seinem Ärger über die Trennung Raum geben. Die meisten Kinder sehnen sich danach, dass ihre Eltern wieder zueinander finden. Wenn dies – wie in den meisten Fällen – keine Option ist, seien sie unbedingt ehrlich zu Ihrem Kind. Falsche Hoffnungen sind hier fehl am Platz.

- Vermeiden Sie Konflikte vor Ihrem Kind

Als Eltern müssen Sie gegenseitigen Ärger vor dem Kind verbergen. Versuchen Sie die guten Seiten an ihrem Expartner, aufgrund derer Sie geheiratet haben, wertzuschätzen. Einige dieser Eigenschaften sind noch vorhanden.

- Vermeiden Sie es, dass Ihr Kind sich entscheiden muss

Die meisten Eltern sind sich nicht bewusst darüber, wie oft sie ihr Kind in eine Entscheidungssituation zwischen sich und dem anderen Elternteil bringen. Dadurch zerstören Sie die Beziehung zwischen den beiden, was nur zu Unzufriedenheit, Streit und Ärger zwischen Ihnen und Ihrem Expartner führt. Damit helfen Sie Ihrem Kind in keinsten Weise weiter

- Informieren Sie Lehrer und Hausarzt über Ihre Situation

Oftmals wollen Pre-teens nicht über ihre Gefühle sprechen. Menschen aus ihrem tagtäglichen Leben bekommen viele Situationen mit, in denen sich zeigt, wie die Kinder die Trennung bewältigen und wie sie sich außerhalb des familiären Kontexts verhalten. So können auch Veränderungen im Verhalten gut beobachtet und besprochen werden. Lassen Sie Unterstützung für sich und Ihr Kind zu.

Jugendliche 13 bis 18 Jahre

Teenager – Kinder im Alter von 13 bis 18 Jahren - gehen anders mit der Scheidung der Eltern um als jüngere Kinder. Elterliche Konflikte haben andere Auswirkungen auf Jugendliche als auf jüngere Kinder.

Soziale Peergruppe

Neben den weiterentwickelten kognitiven Fähigkeiten besitzen Teenies eine große soziale Peergruppe, welche ihnen bei der Scheidung der Eltern Unterstützung bietet. Ihr stärkstes soziales Ventil ist der gleichaltrige Freundeskreis und weniger die Familie. Der Einfluss der Eltern auf ihre Kinder ist eingeschränkt. Als Teenager wenden sie sich immer mehr an ihre soziale Peergruppe oder ziehen sich sozial zurück.



Der Beziehungsverlust zu einem Elternteil

Hiermit geht eine wichtige Quelle von Hilfe, Führung und Leitung verloren, welche in diesem Alter notwendig ist. Inkonsistentes Verhalten und das Fehlen elterlicher Kontrolle, Disziplin und Unterstützung kann sich beunruhigend auf das Kind auswirken und langanhaltende Probleme verursachen. Gerade in diesem Alter befinden sich Teenager in einer sozialen Experimentierphase, in der das Fehlen einer gesunden elterlichen Vorbildfunktion einen negativen Einfluss auf die soziale Entwicklung des Kindes haben kann.

Eine Familie mit einem alleinerziehenden Elternteil hat viele Bedürfnisse. Durch die „gezwungene“ **familiäre Verantwortungsübernahme**, steht der Jugendliche unter Druck, schneller Erwachsen werden zu müssen. Hierzu gehört zum Beispiel die Unterstützung in der Erziehung ihrer jüngeren Geschwister oder das Umsorgen ihres instabilen Elternteils.

„Wir machen es besser“

Manche Teenager zeigen eine reifere Reaktion auf die Trennung ihrer Eltern; sie wollen es „besser“ machen. Dadurch kann es jedoch vorkommen, dass sie Bedenken im Hinblick auf intime Beziehungen haben und sich bis ins Erwachsenenalter Sorgen über Sex und Heirat machen.

Ärger und Frustration

Jugendliche sind in ihrem Denken so weit entwickelt, dass sie verschiedene Systeme, z.B. Familie oder Gesetzgebung, verstehen können. Dennoch haben sie recht einfache, idealistische Vorstellungen dieser Systeme. Aus diesem Grund reagieren sie oft mit Ärger oder großer Empörung, wenn etwas nicht nach ihrer Vorstellung läuft.

Generell sind Jugendliche oftmals durch einen Mangel an Macht und Kontrolle frustriert. Sie fühlen sich hilflos und von anderen nicht respektiert. Sie glauben, dass sich keiner für sie interessiert und dass ihre Gefühle nicht zählen. Manche Jugendliche denken, dass zu viel von ihnen erwartet wird und weigern sich bei diesen „unfairen“ Erwartungen und Hoffnungen mitzumachen. Solche Situationen führen fast unweigerlich zu Ärger und Frustration auf beiden Seiten.

Es ist schwierig die Scheidung der Eltern zu verarbeiten. Beim Fehlen von elterlicher Fürsorge und Betreuung sowie der notwendigen Unterstützung besteht die Gefahr, dass Jugendliche negative Verhaltensweisen zeigen.

Dabei kann es vorkommen, dass Jugendliche sich aus Ärger und Frustration anderen „abgelehnten“ Teenagers anschließen, die mit emotionalen Problemen oder Verhaltensauffälligkeiten zu kämpfen haben. Dies wiederum kann Folgen, wie etwa schulisches Versagen, Widersetzen von Regeln und Gesetzen, riskante sexuelle Erfahrungen, Drogen- oder Alkoholmissbrauch mit sich ziehen.

Was Eltern tun können

Helfen Sie ihnen sich mehr auf die Schule, das soziale Umfeld und die Hobbies zu konzentrieren. Ermutigen Sie Ihre Kinder darin sich auch für neue und andere Interessen zu öffnen und helfen Sie ihnen dabei die persönlichen Ziele zu verwirklichen.

Mit steigendem Alter steigen auch die kognitiven Fähigkeiten, sowie jene zum Perspektivenwechsel. Sie beginnen zu verstehen, dass ihre Eltern, genau wie alle anderen Menschen auch, Stärken und Schwächen besitzen und lernen diese zu akzeptieren. Sie als Eltern können die Perspektive und den Ärger Ihres Kindes akzeptieren und sie dennoch darin anleiten die Ursachen ihrer Probleme herauszufinden.



4. Blockierte Eltern-Kind-Beziehung

Bei Trennungen haben Kinder häufig Angst, beide Elternteile zu verlieren. Dadurch kommt es in Hochkonfliktsituationen vor, dass ein Kind sich auf eine Seite schlägt, um dies zu vermeiden. Meistens wählt es die Seite des Elternteils, mit dem es mehr Zeit verbringt. Dies kann schleichend verlaufen oder auch plötzlich geschehen. Manchmal ist es eine Reaktion der Kinder auf die vielen Streitigkeiten zwischen den Eltern.

Es kann jedoch vorkommen, dass dies ein gesteuerter, mitunter beabsichtigter Prozess eines Elternteils ist, mit dem Ziel, das Kind vom anderen Elternteil zu entfremden.

Manche Trennungsexperten sprechen von PAS „parental alienation syndrom“, wenn ein oder beide Elternteile die Zuneigung der Kinder an den anderen Elternteil, mehr oder weniger aktiv, negativ beeinflussen. Es geht darum aufmerksam zu sein, damit es zu keinem Entfremdungsprozess kommt.

Nutzen Sie die folgende Liste, um ein Gefühl für eine gute Umgangsweise mit ihrem Kind zu bekommen. Vermeiden Sie die aufgeführten Verhaltensweisen:

1. Dem Kind Entscheidungsfreiheit lassen, wann und wie oft es den anderen Elternteil sehen will. Diese Entscheidungen treffen die Eltern zusammen oder das Gericht.
2. Dem Kind jedes Detail aus der gescheiterten Beziehung erzählen mit der Begründung, «ehrlich» mit dem Kind sein zu wollen. Dies ist jedoch äußerst destruktiv und schmerzlich für das Kind und gehört auf die Erwachsenenenebene.
3. In Anwesenheit des Kindes den anderen Elternteil für Probleme, Auflösung der Familie und Veränderung der Lebensgewohnheiten verantwortlich machen. Bitte Kinder raushalten und immer daran denken, dass Kinder Elefantenothen haben und oft so tun, als würden sie nicht bei Erwachsenengesprächen zuhören.
4. Vom Kind verlangen, sich für einen Elternteil zu entscheiden und einem Elternteil zu sagen, dass sie immer nur bei ihm sein wollen. In der Regel wollen die Kinder keinen Elternteil ablehnen und versuchen dieses Thema zu meiden.
5. Das Kind fragen, den anderen Elternteil für den eigenen Nutzen auszuspionieren oder auszufragen. Ein Kind will loyal zu beiden Eltern sein und wird das nicht oder nicht gerne machen.
6. Den Telefongesprächen zwischen Kind und dem anderen Elternteil zuhören, um Infos zu bekommen, die sie gezielt einsetzen können.
7. Dem Kind sagen, wie traurig man ist, wenn es nicht da ist. Dies kann starke Schuldgefühle beim Kind verursachen. Dadurch weiß es nicht, ob es in Ordnung ist mit dem anderen Elternteil Spaß zu haben.
8. Den Kindern nicht erlauben, ihr Eigentum (Bücher, Teddy, Spielzeug, Kleider, ...) zwischen den Wohnsitzen zu transportieren.
9. Dem Kind erzählen, was es in seiner Abwesenheit „verpasst“, z.B. dein Onkel kommt mit der Familie zu Besuch, wenn du nicht da bist.
10. Beim Kind immer wieder nachfragen, ob der andere Elternteil gewalttätig oder Grenzen verletzend war. Es kann aus einer Sorge heraus geschehen, da Sie selbst unter Gewalt gelitten haben. Versuchen Sie ihrem Kind mitzuteilen, dass es Ihnen, in der Schule und in der Freizeit, beim Kinderjugendtelefon ... erzählen kann, wenn es Sorgen hat.
11. Das Kind in seinem Unmut unterstützen, wenn es sich über die Strenge des andern Elternteils aufregt, z.B. „Ich muss so früh ins Bett, darf nicht wie bei dir am Handy sein“.
12. Dem Kind etwas versprechen, was Sie nicht einhalten. Eigene Unzuverlässigkeit gegenüber dem Kind wird es ihnen schwer machen, das Vertrauen ihres Kindes zu behalten / wiederzugewinnen.



5. Zur elterlichen Sorge (autorité parentale)

Der Begriff der elterlichen Sorge war bis zur Neuregelung des Scheidungsrechts im Jahr 2018 sehr unpräzise, da es bis dahin in Luxemburg keine eindeutige gesetzliche Regelung für den Fall einer gemeinsamen elterlichen Sorge gab. Die Familienrichter entschieden die Streitigkeiten vielmehr mit viel pragmatischem Sachverstand. Bis zuletzt wähten sich die Väter dabei im Nachteil gegenüber den Müttern. Die Verunsicherung war groß.

Gemeinsam oder alleinig?

Mit dem aktuellen Scheidungsgesetz gibt es offiziell beide Möglichkeiten: Die der gemeinsamen elterlichen Sorge (autorité parentale conjointe) und die der alleinigen elterlichen Sorge (autorité parentale exclusive).

Laut Gesetz soll die gemeinsame elterliche Sorge den Regelfall bilden. Die alleinige elterliche Sorge soll nur dann eingerichtet werden, wenn die gemeinsame Sorge in der Praxis nicht möglich ist und dadurch das Kindeswohl gefährdet ist.

Die beiden Begriffe werden in der Presse häufig mit den Attributen „gut“ oder „schlecht“ belegt, doch so einfach ist es nicht.

So wünschenswert es ist, dass Kinder zwei sich liebevoll um sie kümmernde Elternteile haben (egal ob die Eltern getrennt sind oder mit den Kindern zusammenleben), so wichtig ist es, im Falle einer Trennung der Eltern genau zu differenzieren.

Ist die gemeinsame elterliche Sorge immer die bessere Wahl? Welche Voraussetzungen sind nötig zu einem guten Gelingen der gemeinsamen elterlichen Sorge? Darf es Unterschiede geben? Schaden Unterschiede im Erziehungsstil dem Kind? Wer entscheidet, wenn die Eltern sich nicht einigen können?

Was beinhaltet die elterliche Sorge?

Was bedeutet überhaupt die gemeinsame elterliche Sorge in der Praxis? Im Gesetz steht lediglich, dass die Eltern in diesem Fall alle Entscheidungen, die von entscheidender Bedeutung für eine gute Entwicklung des Kindes sind, gemeinsam treffen müssen.

Zunächst ist es wichtig zu wissen, dass der Begriff der elterlichen Sorge sich auf die Gesamtheit der Lebensbereiche des Kindes erstreckt. Hierzu gehören in der Regel

- die gesetzliche Vertretung
- der Aufenthalt (polizeiliche Anmeldung und tatsächlicher Aufenthalt)
- die Gesundheit (körperlich, seelisch, emotional)
- die Erziehung (Erziehungsstil, religiös oder nicht religiös)
- Ausbildung (Schule, Berufsausbildung)
- Vermögensfürsorge



Die großen und die kleinen Fragen des Lebens

Darüber hinaus muss zwischen den "großen" und den "kleinen" Fragen unterschieden werden. Die "großen" Fragen sind diejenigen, die von tragender Bedeutung für die weitere Entwicklung eines Kindes sind (actes non usuels).

Die „kleinen“ Fragen sind die alltäglichen Fragen und Entscheidungen, die im Einzelnen sicher nicht von tragender Bedeutung für die Entwicklung eines Kindes sind, aber wegen ihres alltäglichen Charakters auf die Entwicklung eines Kindes durchaus Auswirkungen haben (actes usuels).

Im Folgenden werden diese Begriffe anhand von Beispielen genauer gefasst:

	Fragen von tragender Bedeutung (actes non usuels)	Alltagsfragen (actes usuels)	Graubereich, schwierig abzugrenzen
Gesundheit	Operationen, Psychotherapie, Impfungen,	Erkältung, Bauchweh,	Ernährung
Aufenthalt	Residenz, Umzug,	Urlaub im Inland	Urlaub im Ausland
Erziehung	Religiöse oder nicht religiöse Erziehung,	Umgangsformen	Stil mehr oder weniger autoritär
Ausbildung	Schulwahl, Wahl des Schulabschlusses, Berufswahl, wer darf das Kind abholen und wer nicht?	neben wem sitzt das Kind im Klassenzimmer?	Besuch beim Schulpsychologen
Vermögensfürsorge	Verfügungen über das Vermögen im Ganzen	Taschengeld	Taschengeld

Für den Fall der gemeinsamen elterlichen Sorge gilt grundsätzlich:

Über alle Fragen, die von tragender Bedeutung für die gute Entwicklung des Kindes sind, müssen die Eltern eine gemeinsame Linie finden bzw. eine gemeinsame Entscheidung treffen.

Bei den Fragen des Alltags, kann jeder Elternteil eigene Entscheidungen treffen, sofern sie nicht dem Wohl des Kindes entgegenstehen.

Für den Fall der alleinigen elterlichen Sorge gilt grundsätzlich:

Über Fragen, die von tragender Bedeutung für die gute Entwicklung des Kindes sind, entscheidet der Elternteil allein, der die elterliche Sorge hat. Der nicht sorgeberechtigte Elternteil hat kein Mitspracherecht, unter Umständen aber ein Informationsrecht.



Familljen-Center

Siège social de l'a.s.b.l.

4, rue G.C. Marshall
L-2181 Luxembourg

www.familljen-center.lu

Tél: 47 45 44

306, rue de Röllingergrund
L-2441 Luxembourg

info@familljen-center.lu

Bei den Fragen des Alltags, kann jeder Elternteil (auch der nicht sorgeberechtigte) eigene Entscheidungen treffen, sofern sie nicht dem Wohl des Kindes entgegenstehen.

In der Praxis wird eine gute Entwicklung des Kindes umso besser gelingen, je mehr beide Elternteile dazu bereit sind, die Leistungen des anderen Elternteils anzuerkennen und diesen gegenüber dem gemeinsamen Kind wertzuschätzen (=> siehe auch Bindungstoleranz/Bindungsakzeptanz).

Das setzt nicht voraus, dass die Eltern immer einer Meinung sein müssen und sich regelmäßig zum Informationsaustausch treffen.

Vielmehr ist es wichtig, dass sie sich in den großen Linien einig sind und dies gegenüber dem Kind, am besten in einer gemeinsamen Botschaft mitteilen. Hierbei können Beratungsstellen wie das Familljen-Center und auch andere einen angenehmen Rahmen bieten.

Umgangsrecht

Die zentrale Frage im Rahmen der elterlichen Sorge ist die Frage, wo das Kind wohnt und wann es wieviel Zeit bei jedem Elternteil verbringt.

Einige Begriffserklärungen:

- Wohnsitz / domicile légal
- **abwechselnder Aufenthalt** (résidence alternée)
- Besuchs- und Übernachtungsrecht / droit de visite et d'hébergement (muss nicht immer zusammenfallen, legt aber klar, dass das Kind beim Elternteil auch übernachten darf und kann ein Zwischenschritt in Richtung eines Wechselmodells sein)
- Wechselmodell: Die Kinder haben zwei zuhause, zwischen denen sie in einem meist festen Rhythmus wechseln (ab einem Verhältnis von 30:70 kann von Wechselmodell gesprochen werden). Setzt keine gemeinsame Sorge voraus.
- Nestmodell (auch Pendelmodell genannt): Die Kinder leben in einer Wohnung (oft die alte Familienwohnung) und die Eltern wechseln sich bei Betreuung, Aufsicht und Versorgung ab.
- Residenzmodell: Die Kinder wohnen überwiegend (mehr als 70 %) bei einem Elternteil und haben regelmäßigen Kontakt mit dem anderen Elternteil im Rahmen eines Besuchs- und/oder Übernachtungsrechts (am Wochenende oder auch unter der Woche). Die Ferien werden oft 50:50 geteilt.
- CNS: Sécurité Sociale Karte kann von beiden Eltern angefragt werden, so wie sie wollen.

6. Tipps zu Umgangsrecht

Do's

- **Kind im Blick**

Berücksichtigen Sie bei der Planung das Alter und die emotionale Entwicklung des Kindes sowie die Art der Bindung zu den jeweiligen Bezugspersonen vor der Trennung.

Seien Sie offen für Veränderungen mit dem zunehmenden Alter ihrer Kinder.

Zum Beispiel ist das 50/50 Wechselmodell oft nicht ideal für Kleinkinder, jedoch angebracht für viele Kinder ab dem Kindergarten. Es gibt gute Erfahrungen, wo Kinder von klein auf bei beiden Eltern zuhause sind und dies im Rückblick als Erwachsene als positiv erlebt haben.

- **Bleiben Sie konsequent, keine kurzzeitige Planänderungen**

Struktur ist notwendig und bietet den Kindern Sicherheit und Schutz, besonders nachdem sich ihre Welt durch die Scheidung der Eltern komplett verändert hat.

Es gibt nichts Schlimmeres, als wenn ein Elternteil bei einem langersehnten Besuch nicht auftaucht. Versuchen Sie Absagen in letzter Minute, sowie plötzliche Planänderungen zu vermeiden. Seien Sie verlässlich!

- **Kommunikationsrichtlinien**

Arbeiten Sie im Voraus einen Plan aus, und tragen Sie diesen auf einem **(Familien)-Kalender** ein, der an einem gut sichtbaren Platz in beiden Elternwohnungen hängen soll (z.B. Kühlschrank). Auf diese Weise können die Kinder immer wieder nachschauen, wann und wo sie Mama oder Papa sehen werden (gibt Sicherheit und Struktur).

Die Art und Weise wie Sie über die Besuchsregelung kommunizieren und verhandeln, braucht Vereinbarungen. Emails oder SMSs können eine Lösung sein, wenn die verbale Interaktion über Telefon oder von Gesicht zu Gesicht noch zu anstrengend ist.

Wenn eine Änderung der Besuchsregelung notwendig ist, schlagen sie, wenn nötig, etwas Konkretes vor (schriftlich). Wenn Sie innerhalb einer festgelegten Zeitspanne (z.B. 48 Stunden) nichts gehört haben, dann wird so gehandelt wie vorgeschlagen.

- **Optimismus**

Jeder Anfang ist schwer. Die Fähigkeit, wie man diese neue Etappe regelt und sie in das Leben integriert, kann man lernen.

Bitte immer daran denken: Wünschen Sie beide Ihrem Kind eine schöne Zeit mit dem anderen Elternteil.



Don'ts

- **Nicht vor den Kindern streiten und diskutieren**

Unterhaltungen über Sorgerecht oder Veränderungen im Besuchsplan sollen immer nur zwischen den Eltern geführt werden (nicht im Beisein der Kinder).

- **Kinder als Überbringer von Nachrichten benutzen**

Beauftragen Sie nicht ihr Kind dem anderen Elternteil erklären zu müssen, dass Sie das Kind erst in 2 Wochen sehen können usw. Dadurch bringen sie das Kind in eine sehr schwierige Situation. Kinder haben es nicht auszubaden, wenn ihre Eltern nicht miteinander reden!

- **Schlecht über den anderen Elternteil reden**

Kinder sind sehr anfällig für Ärger, Groll oder Vorwürfe/Beschuldigungen. *“Wenn dein Vater/deine Mutter nicht so böse wäre, wären wir jetzt nicht in dieser Situation”*. Das Kind steckt dann in einem schwierigen Loyalitätskonflikt.

- **Kinder als Spion gebrauchen**

Fragen Sie ein Kind nicht, was der andere Elternteil macht oder nicht macht.

7. Auf dem Weg zu neuen Beziehungen und Bindungen

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 Ex-Partner 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 allein bzw. nur mit ihren Kindern zusammen (Eielfernfamilie)
2. Mutter bzw. Vater lernt eine(n) neue(n) Partner(in) kennen und geht eine Beziehung ein
3. Mutter bzw. Vater lebt mit dem(r) Partner(in) zusammen und eine neue Familie („Stieffamilie“ oder „Patchworkfamilie“) entsteht.

Patchworkfamilie und Patchworksituationen

Die wichtigste Voraussetzung für das Gelingen des „Unternehmens“ Stieffamilie ist es, 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, Tagesabläufen und Umgangsformen.

Die Menschen der Patchworkfamilie leben deshalb entweder fest zusammen, z.T. bringen beide Erwachsene eigene Kinder mit oder es ist nur ein zeitweises Miteinander-Zeit-Verbringen, da beide Erwachsenen aus welchen Gründen auch immer ihr eigenes Wohnumfeld haben.

Die Kinder leben zum Teil überwiegend bei einem Elternteil oder in einem Wechselmodell bei beiden Elternteilen.

Für die Gesamtheit dieser Konstellationen sprechen wir im Folgenden deshalb auch lieber von **Patchworksituationen** als von Patchworkfamilien, da der Begriff "Familie" für viele eine ganz bestimmte Konstellation impliziert, die hier nur sehr eingeschränkt gegeben ist.



Durch wechselnde An- oder Abwesenheit der Kinder und Erwachsenen ist die Unregelmäßigkeit die Regel in dieser Konstellation. Einen neuen, gemeinsamen „Lebensstil“ in der neuen Familienform zu entwickeln, erfordert Zeit, viel Geduld, Austausch und Kompromissbereitschaft.

Der Expartner/die Expartnerin ist als leiblicher Elternteil zwar nicht Mitglied dieser Patchworksituation, bleibt aber weiterhin mitverantwortlich für ihre/seine Kinder. Für deren emotionale Entwicklung ist der Kontakt und die Bindung 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 hinzubekommen. Es braucht manchmal etwas Zeit und Fingerspitzengefühl, bis deren Rolle im neuen Familienverbund gefunden ist.

Das Fundament der Patchworksituation 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 den Themen Körper, Scham, Nacktheit – in vielen Ursprungsfamilien offen und unkompliziert gehandhabt – in der Patchworkfamilie nicht unbedingt selbstverständlich. Besonders in der Pubertät ist dem Schutz der Privat- und Intimsphäre besondere Achtung zu schenken.

Tipps für den leiblichen Elternteil in der Patchworkfamilie

- Überlegen Sie zusammen mit Ihrem(r) Partner(in), 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(r) Partner(in), wie viel Verantwortung er/sie Ihren Kindern gegenüber übernehmen kann bzw. will. Juristisch gesehen haben leibliche Eltern wesentlich mehr Pflichten und Rechte den Kindern gegenüber, alltagspraktisch wird jedoch der Stiefelternteil seinen Platz in der Familie als „Miterzieher(in)“ finden müssen (dies kann mit dem neuen Scheidungsrecht auch rechtsverbindlich fixiert werden, falls die Sorgeberechtigten sich einig sind). 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(e) neuer(r) Partner(in) 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 und dabei Bindungen von unterschiedlicher Qualität und Intensität zu leben, ohne sich dabei schuldig zu fühlen.
- Fotos: Überlegen Sie, wenn möglich zusammen, welche Fotos wo hängen.

Tipps für den Stiefelternteil

- Vermeiden sie die „Retter“-Rolle. Alleinerziehende Eltern haben es meist gelernt, vieles allein 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(r) Partner(in) in die Erziehung eingreifen.
- Eine eigene Rolle als zusätzlichen Ansprechpartner für das Kind suchen - aber nur soweit dies auch vom Kind gewünscht ist- und nicht versuchen, die Rolle eines Elternteils zu übernehmen.
- Vermeiden Sie Rivalitäten mit dem bzw. der „Ex“ Ihres (r) neuen Partners(in). 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 Patchworksituation brauchen

- Soziale Zuverlässigkeit (Rituale, Gewohnheiten, enge Bezugspersonen...).
- Bindungssicherheit
- 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 durch die leiblichen Eltern: 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 älter, 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.
- Liebevolle Beharrlichkeit: Viele Kinder brauchen Zeit, um sich an Veränderungen zu gewöhnen, auch wenn diese Vorschläge sinnvoll sind und den Alltag sehr erleichtern würden. Werden Vorschläge abgeschlagen, um etwas gemeinsam mit dem «neuen» Erwachsenen zu unternehmen, einfach öfters wiederholen und nicht kommentieren. Dranbleiben auf der Erwachsenen Ebene.