

Scheidung



Lebenstage ... Lebensfrage

von Paul v. Gelmini-Kreutzhof
Psychotherapie – Prävention – Persönlichkeitsbildung

Herr Günther M. fragt:
Wie soll ich meinem Sohn (5.J), der noch den Kindergarten besucht, beibringen, dass sich seine Eltern höchstwahrscheinlich scheiden lassen?

Mit viel Liebe und Einfühlungsvermögen!

Kinder im Kindergartenalter haben vielleicht noch nie das Wort: „Scheidung“ gehört und haben deshalb auch keine klaren Vorstellungen davon, was Worte wie: „Trennung“ oder „Scheidung“ im Konkreten bedeuten. Kinder haben jedoch feine „Antennen“ und erspüren Zusammenhänge, über die sie aber nicht sprechen können. Bei Fragen an die Eltern erhalten sie oft ausweichende Antworten und beginnen dann nicht selten, an ihrer eigenen Beobachtungsfähigkeit zu zweifeln. Kinder erleben auch häufig atmosphärisch spannungsgeladene Auseinandersetzungen der Eltern mit oder werden sogar in deren Partnerschaftskonflikte einbezogen. Das Unerträglichste für Kinder in diesem Alter ist laut deren Schilderungen, das Mithören eines elterlichen Streites, wenn das Kind schon zu Bett gegangen ist und die Eltern sich im Wohnzimmer alleine glauben. Daher gilt es im Vorgehen mit Ihrem Sohn folgende wichtige Punkte erfahrungsgemäß zu be-

achten, da Kinder nicht selten versuchen durch ihre eigenen „Lösungsstrategien“ wie Auffälligkeiten, Ungehorsam, extreme Liebesbedürftigkeit, Krankheitssymptome usw. von den Ehekonflikten der Eltern abzulenken. Symptome, die Kinder in dieser Phase entwickeln, fallen auch im Kindergarten auf. Tatsache ist, dass Kinder in dieser Altersstufe nur schwer mit Veränderungen und möglichen Verlusten umgehen können. Für sie ist ganz selbstverständlich, dass Papi und Mami immer schon zusammen waren. Gegenteiliges verunsichert und ängstigt Ihr Kind. Erklärungen wie: „Papi zieht aus, weil Papi und Mami sich nicht mehr lieb haben, aber Papi hat Dich weiterhin lieb!“ sind für Ihr Kind in dieser Altersstufe noch schwer zu verstehen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind erst, wenn Ihre Entscheidung eindeutig und endgültig ist. Lassen Sie die bevorstehende Trennung nicht zu einem Tabuthema oder gar Geheimnis werden, sondern signalisieren Sie stets Gesprächsbereitschaft mit Ihrem Sohn. Als Einstieg bieten spezielle Bilderbücher zum Thema Trennung und Scheidung, für Kinder ab drei bis vier Jahren, eine wertvolle Unterstützung. Benennen Sie den Sachverhalt zwar klar, aber achten Sie auf Ihre Wortwahl. Verwenden Sie einfache, altersgemäße Ausdrücke und be-

sten Sie Ihr Kind nicht mit zu vielen Details, die es doch nur überfordern würden. Da Kinder sich automatisch für die Trennung Ihrer Eltern verantwortlich und schuldig fühlen, betonen Sie mehrmals, dass Ihr Sohn in keinsten Weise Schuld an der aktuellen Familiensituation trägt, und dass er stets aus einer liebevollen Beziehung zwischen Mami und Papi entsprungen ist. Wichtig erscheint mir auch den richtigen Zeitpunkt für ein solches Gespräch zu wählen. Nehmen Sie sich genügend Zeit und Raum um Ihr Kind nachhaltig zu trösten und in den Arm zu nehmen. Planen Sie eine lange Kuschelphase für diesen Moment ein und teilen Sie Ihrem Kind diese Nachricht gemeinsam mit Ihrer Frau mit. Dies verhindert eventuelle Missverständnisse und vermittelt Ihrem Sohn, dass die Entscheidung von beiden Eltern gemeinsam und einvernehmlich getroffen wurde. Dadurch wird das Vertrauen in beide Elternteile gefördert. Ausnahme: falls die Gefahr besteht, dass dabei sofort wieder Streit entbrennt, ist es besser, wenn nur Sie oder Ihre Frau dieses schwere Gespräch alleine führen. In diesem Zusammenhang ist auch wichtig dem Kind die Frage zu beantworten, wo sein neues Zuhause sein wird und „wo es in Zukunft schlafen wird“. Bitte streben Sie im

Sinne des Kindes eine Lösung an, wo kurze Distanzen für eine Erfüllung des Besuchsrechtes gegeben sind. Es kann eine harte Zeit für Ihren kleinen Sohn sein, zwischen den neuen Haushalten hin und her zu pendeln. Ihr Kind braucht Zeit um sich von einem Zuhause auf das andere einzustellen.

Lassen Sie es fühlen, dass Sie dies gut verstehen können und dass Ihr Sohn traurig oder ärgerlich sein darf. Sollten Sie der ausziehende Elternteil sein, erklären Sie Ihrem Sohn genau, wie und wo der Papi in Zukunft wohnen, schlafen und essen wird. Dies erleichtert Ihrem Sohn die räumliche Distanz. Kinder machen sich große Sorgen um Ihre Eltern. Wenn Ihr Kind weiß, dass der Papi in der Nähe ist und sich in der neuen Wohnung wohlfühlt, wirkt sich des beruhigend auf Ihr Kind aus. Erklären Sie aber auch, wann und zu welchen Gelegenheiten Ihr Kind Sie weiterhin sehen wird.

Geben Sie unbedingt dem Kindergarten Bescheid, wenn Ihre Trennung stattgefunden hat. Dann können Erzieher/innen besser auf Ihr Kind eingehen, und es gerät bei auffälligen Verhalten nicht zusätzlich unter Druck. Ich wünsche Ihnen und Ihrer Frau eine gute Entscheidung und alles Gute, Herzlich,

Paul Gelmini Kreutzhof

Info

Ihre Fragen bitte an:

lebensfrage@paulvongelmini.com
Alle Fragen werden streng vertraulich behandelt und anonym veröffentlicht



Wirtschaft quer

von Stefan Perini – Direktor AFI

„Fragt nicht, was euer Land für euch tun kann, sondern fragt, was ihr für euer Land tun könnt“. Dieser historische Spruch stammt von John F. Kennedy's Antrittsrede und ist über ein halbes Jahrhundert alt. Heute scheint er aus der Mode geraten. Heute geht es leichter. Man fordert vom jeweils anderen und drückt sich wenn es darum geht, sich selbst zu erneuern. Ich höre noch die Worte eines langjährigen Vorgesetzten von mir: „Wir müssen sagen, was wir selbst tun können, was wir selbst zur Verbesserung der Situation beitragen können. Erst dann, was wir an Rahmenbedingungen, beispielsweise von Seiten der Politik, brauchen.“



Diesen Ansatz vermisse ich heute. In diesen Tagen ziehen wieder einmal die großen Reformer durchs Land. Sie wissen, wie es die anderen besser machen sollen. Sie weisen auf Ineffizienzen hin, urteilen über gut oder schlecht ausgegebenes Geld, ordnen Prioritäten neu, wollen inhaltlich bewerten, ohne im Vorfeld mit den direkt Beteiligten den Dialog gesucht zu haben. Sicher: ganz daneben wird man nicht liegen, vieles ist nachvollziehbar und einiges würde auch von den di-

Reformiert euch, aber nicht mich

In Vorwahlzeiten haben Reformer Hochkonjunktur. Reformieren sollen sich allerdings die jeweils anderen.

rekt zuständigen Funktionären so gesehen werden.

Was mir in der heutigen Diskussion zu kurz kommt ist der Eigenbeitrag. Die Vorbildfunktion. Das könnte zum Beispiel die Verpflichtung nach der Durchforstung des eigenen Haushalts sein, die eigene Bestrebung nach dem treffsicheren Einsatz von Mitteln. Die Offenheit zuzugeben, dass es sehr wohl auch in den eigenen Reihen noch viel zu tun gibt.

Zu wenig gesucht wird auch die Einbeziehung von direkt involvierten Akteuren und Fachleuten.

Wer über Jahrzehnte in einem Bereich gearbeitet hat - ich sage mal Gesundheitswesen, um nicht Forstwirtschaft zu sagen - dürfte wohl ausreichend Kenntnis darüber haben, welche Aktivitäten mehr oder weniger sinnvoll, welches Geld besser oder schlechter ausgegeben ist. Findet diese Einbeziehung heute im Vorfeld statt? Die Bereitschaft zur Eigenverpflichtung und die Einbeziehung von Sachverständigen im Vorfeld. Erst dann ist Reformbereitschaft ernst gemeint - erst dann ist sie glaubhaft.