

Warum können die nicht normal miteinander reden?

Was Kinder beschäftigt, wenn sich Eltern trennen

Klemens Röthig

Die Augen zuzumachen vor den schmerzlichen Konsequenzen, die eine Trennung für die eigenen Kinder hat, ist etwas, was den Entschluss zur Trennung oft überhaupt erst möglich macht. Meistens handelt es sich um eine schwere Entscheidung, die mit Zweifeln und eigenem Schmerz versehen ist oder mit der man plötzlich konfrontiert ist. Trennung dreht sich für die großen und kleinen Menschen in einer Familie um Verlust. Partner verlieren eine Liebesbeziehung, die ihnen einmal wichtig war oder noch sehr wichtig ist. Kinder verlieren, was sie sich am meisten im Leben wünschen: Dass sich Mama und Papa lieb haben. Diese Verluste wiegen schwer, aber sie können bewältigt werden.

Wie Trennung in einer Familie erlebt wird, hängt auch davon ab, ob Trauer über den Verlust akzeptiert wird und welchen Platz und Beistand es dafür gibt. Ich finde es wichtig zu wissen, wie Kinder trauern und wie sie mit ihrer Gefühlswelt dabei umgehen. Kinder müssen – wie Erwachsene – den Verlust begreifen können. Das können sie nicht allein, sondern besser, indem Vater und Mutter gemeinsam die Tatsache der Trennung benennen, am besten mit einem Satz, der mit einer Form der dritten Person Plural beginnt („Uns ist nicht gelungen... Deshalb haben wir...“). Kinder sollten an der Stelle glaubhaft ermutigt werden, dass sie alle Fragen stellen können, die sie haben. Des Weiteren bedeutet Trauer, Gefühle zu durchleben, die damit in Zusammenhang stehen und sich in einer vom Verlust geprägten Welt neu zu orientieren. Beides braucht Zeit.

„Wenn Mama mit Papa telefoniert, schimpft sie laut. Dann geh ich raus, damit ich es nicht hören muss.“ Wenn zu der Bewältigung des Verlusts dazukommt, dass Eltern oft und verletzend streiten, wird es schwerer und gefährlich für Kinder. Ich finde es ein Wunder, wie lange Kinder das mitunter aushalten ohne sich zu beschweren. Wie schlecht es ihnen geht, wenn ein Elternteil das andere abwertet, kann man oft nur ahnen. Selbst wenn man es wirklich wissen will, können sich Kinder nur schwer durchringen, die ganze Wahrheit zu sagen. Oft spricht das Gesicht jedoch Bände.

Gespräche mit dem Ex-Partner zu führen ist für viele eine quälende Herausforderung. Es gibt einen Grund, sie dennoch anzunehmen: Im Inneren wissen meist beide Eltern, dass ihre Kinder leiden und auf Dauer Schaden nehmen, wenn es ihnen nicht gelingt, wieder normal miteinander zu reden. Um sich dazu zu überwinden, müssen sie also die Augen vor den schmerzlichen Erfahrungen der Kinder wieder öffnen, ihnen zuhören und dafür sorgen, dass das Verhältnis zum Ex-Partner in einen Bereich gelangt, der der Vorstellung der Kinder von einem guten Umgang miteinander minimal entspricht.

Die Begleitung einer Familie bei Trennung dient dem Ziel, einen Dialog zu initiieren bzw. wieder aufzunehmen und aufrechtzuerhalten, dem der Entschluss anzumerken ist, dass sich beide Partner mit Integrität und um ihrer Kinder Willen anständig behandeln. Dieser Dialog muss mit dem Hier und Jetzt zu tun haben und helfen, praktische, konkrete Dinge so zu handhaben, dass beide damit leben können. Je mehr Entscheidungen getroffen werden, zu denen beide „Ja“ sagen, desto besser sorgt jeder dafür, dass der andere im Herzen des Kindes wohnen bleiben kann und dass sich alle selbst achten können.