

Elterntrennung schafft auch Kinderleid

18-stündiges Kurs-Angebot „Kinder im Blick“ der ev. EFL wendet sich an Eltern in Trennung und Scheidung

pebe **Siegen.** Eltern, die sich trennen, haben eine ganze Menge Stress. Nicht nur das Ende der Liebesbeziehung will verarbeitet werden, es kommen Gefühle wie Wut, Zorn, aber auch massive Ängste und Sorgen um die Zukunft dazu. Oft bleibt für die Kinder kaum noch der genügende Raum – die volle Aufmerksamkeit für deren Bedürfnisse, für deren Erleben der Situation ist für die Erwachsenen oft „nicht drin“. Schlimmer noch: Oft werden die Kinder zum Streitobjekt, über das sich die früheren Partner abreagieren können. Für die Kinder ist dies eine stark belastende Lebenssituation, die sie verunsichert und von ihnen Entscheidungen verlangt, die sie nicht wollen, die ihre Loyalität gegenüber beiden Elternteilen massiv strapaziert und ihre Seelen belastet.

In dieser Situation, sagen Erika Heinbach und Carsten Stolz von der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle (EFL) des Kirchenkreises Siegen, kann ein Konzept greifen, das die beiden seit vier Jahren erfolgreich anwenden. „Kinder im Blick“ heißt das Gruppenangebot, das sich an Eltern in Trennung richtet. „Wir arbeiten dabei mit Elternteilen, nicht mit den Kindern“, erklärt Erika Heinbach. Letztlich gehe es darum, den Eltern nachvollziehbar klar zu machen, welche Auswirkungen ihr Konflikt auf die Kinder habe. „Notwendig ist es, für die Sicht der Kinder zu sensibilisieren“, ergänzt Carsten Stolz.

Und dazu gebe es in der Gruppe viele Erklärungen, aber auch viele Übungen, denn „das Erleben in der Gruppe ist wichtig“, fährt Heinbach fort. Und nennt gemeinsam mit Stolz Beispiele. Das fange beim bewussteren Umgang mit dem Nachwuchs an, beispielsweise mit dem „beschreibenden Lob“: Wirklich wahrnehmen, dass ein Kind sein Zimmer aufgeräumt habe, den Arbeitsaufwand würdigen, ein persönliches Gefühl wie Stolz zeigen – all das zeige den Kindern, dass sie



Erika Heinbach und Carsten Stolz demonstrieren symbolisch, wie getrennte Eltern doch kommunizieren können. Foto: pebe

wahrgenommen würden. Und dies sei für Kinder in Trennungssituationen wichtig, weil sie oft zu kurz kämen.

Ein weiterer Hinweis bezieht sich darauf, Bewertungen des früheren Partners oder Partnerin zu vermeiden. „Kinder sind sehr loyal gegenüber beiden Eltern, und wenn über ein Teil hergezogen wird, schlägt sich das Kind umso mehr auf dessen Seite.“ Dass das schwer ist, wissen die beiden EFL-Mitarbeiter, aber die Distanzierung der Erwachsenen zu den eigenen Gefühlen, eine neutrale Haltung helfe auch den Kindern, nicht in innere Konflikte zu kommen.

So könne nach und nach die Einsicht wachsen, dass zwar die Partnerschaft, nicht aber die Elternschaft vorbei sei. Auch theoretisches Durcharbeiten sei wichtig. Es sei ein Unterschied, ob jemand von „meinem Ex“ spreche oder vom „Vater

meines Kindes“. Das helfe, Verletzungen zu überwinden. Denn „ich kann zwar den anderen nicht verändern, aber bei mir etwas, so dass ich nicht immer in dieselbe Schleife komme“. Und für die eigene Reflexion sei es nicht notwendig, dass der oder die andere zuerst agiere.

Dass dieses Konzept auch bei „hochstrittigen Eltern“ wirke, sei mittlerweile wissenschaftlich nachgewiesen, so Stolz. „Wenn kein SMS-, Spams‘ mehr kommen, wenn das Kind nicht mehr aufgehetzt wird, wenn vielleicht sogar in sehr strittigen Situationen Kontakte vermieden werden können, dann kehrt eine Beruhigung ein, und die wird auch für das Kind spürbar“, sagt er. Dann müsse auch nicht über konträre Erziehungsansätze gestritten werden. Kinder seien da sehr anpassungsfähig, wenn die Eltern die Unterschiede bewertungsfrei stehen lassen könnte.

Es sei für den Erfolg der Teilnehmer am Kurs aber wichtig, dass der jeweils nicht teilnehmende Elternteil über das Seminar informiert werde. Das helfe, Verhaltensänderungen zu erklären und verhindere, dass ein Kind zum „Geheimnisträger“ werde.

Sechsmal drei Stunden Training umfasst der Kurs, der im Idealfall sechs bis acht Teilnehmer fasst, damit eine intensive Arbeit möglich bleibt. Theoretische und kleinteilige praktische Übungen ergänzten einander. Wichtig sei, betonen die beiden, dass „immer wieder geübt“ werde, nur so könne das neue Verhalten zu einem nutzbaren Instrument werden. Carsten Stolz wünscht sich, dass die Familiengerichte in der Region den Kurs als ein mögliches Instrument in Sorgerechtsstreitigkeiten nutzen lernen. Wer Interesse an der Teilnahme am Kurs hat, kann sich mit Erika Heinbach oder Carsten Stolz in der EFL unter Tel. (02 71) 25 02 8-0 in Verbindung setzen.