

Herausforderungen für Trennungsfamilien

Psychodynamik, Betreuungsmodelle und Beratungsmöglichkeiten ■ Im folgenden Beitrag wird sich zunächst mit den familienkulturellen und psychodynamischen Perspektiven von Trennungen auseinandergesetzt, dann werden einige Modelle der Betreuung und des Umgangs mit Kindern in den Blick genommen, um im Anschluss daran einige wichtige Beratungsmöglichkeiten für sich Trennende aber auch für Sozialpädagogen und Sozialpädagoginnen aufzuzeigen.



Dr. Ines Iwen

Familiensoziologin und wissenschaftliche Studienortleitung im Studiengang Sozialpädagogik und Management an der Internationalen Berufsakademie der F & U Unternehmensgruppe, Paar- und Familientherapeutin

Während es in den 1950er und 1960er Jahren bei der Eheschließung hieß »bis dass der Tod Euch scheidet«, ist es in der Gegenwart nicht mehr selbstverständlich, dass dieses Muster gelebt werden kann. Vor allem gesellschaftliche Anforderungen, wie die Individualisierung, die Ulrich Beck als Risiko der Moderne schon in den 1990er Jahren beschrieb, bringen Vor- und Nachteile, Freiheiten und Zwänge mit sich. Sie fordern die Individuen dazu heraus, stetig auch ihre ganz privaten Entscheidungen immer wieder neu zu überdenken und vor sich und der Umwelt zu rechtfertigen. Dazu gehört es auch, sich für oder gegen eine der vielen pluralisierten Lebens- bzw. Familienformen zu entscheiden und diese im Verlaufe des Lebens immer wieder auf den Prüfstand zu stellen. So ist es nicht verwunderlich, dass die Ehescheidungen und Trennungen mit leichten Schwankungen kontinuierlich ansteigen. Im vergangenen Jahr wurden fast 150.000 Ehen geschieden, wobei etwa bei der Hälfte der geschiedenen Ehen Kinder betroffen waren (Destatis 2020a, b).¹ Statistisch nicht erfasst sind dabei die von nichtehelichen Trennungen betroffenen Kinder und Jugendlichen, deren Konfliktbelastung sich u.a. auch in der stetig steigenden Zahl von Kindschafts- und Umgangsverfahren an deutschen Familiengerichten zeigt.

Was bedeutet es für Paare und Kinder, aber auch für andere Familienangehörige, Freunde, Kollegen und Kolleginnen, Erzieher/innen und Lehrer/innen, wenn Paare mit Kindern sich trennen?

Es ist eher seltener der Fall, dass alle Beteiligten mit einer Trennung glücklich sind, d.h. mindestens einer oder eine der Betroffenen wird aus dem seelischen Gleichgewicht geraten, vorübergehend, kurzzeitig oder länger andauernd. Häufig sind das Partner/innen, die verlassen werden, aber auch Kinder in emotionalen Ausnahmezuständen, die sich bis hin zu posttraumatischen Depressionen entwickeln können.

Für Kinder sind es u.U. existentielle Krisen, die sich aus der Trennung der Eltern ergeben können. Kaum eine Spezies in der Tierwelt hat eine so lange Abhängigkeitsphase wie die Menschen, bei denen die Betreuung bis zur Volljährigkeit 18 Jahre dauert. Und so kann das »Verlieren« eines Elternteils aus der Sicht der Kinder, in Abhängigkeit des Alters, durchaus eine Bedrohung darstellen.

» Für Kinder sind es u.U. existenzielle Krisen, die sich aus der Trennung der Eltern ergeben können.«

Wir lernen jedoch auch bereits in der frühen Kindheit mit Trennungen umzugehen, wie schwer es beispielsweise ist, sich von geliebten Personen, sei es auch nur für wenige Stunden, Tage oder Wochen zu verabschieden. Wenn Eltern ihre Kinder morgens in die Kita bringen, um ihrer Berufstätigkeit nachzugehen oder wenn sich Großeltern oder Freunde von kleinen Kindern nach einer schönen gemeinsamen Zeit verabschieden, sind das häufig intensive und schmerzhaftes Szenen, bei denen es sich psychodynamisch gesehen um erste Trennungserfahrungen handelt. So wie Kinder lernen, dass Beziehungen

mit dem Abschied nicht enden, sondern Eltern, Großeltern und Freunde weiterhin erhalten bleiben, kann dies im besten Fall auch bei der Trennung der Eltern zu einer positiven Entwicklung führen.

Der Idealfall wäre, dass es Eltern miteinander, aber vor allem mit ihren Kindern gelingt, stabile Bindungen während und nach einer Trennung zu leben. Die dabei auftretenden Gefühle, die in den verschiedenen Trennungsphasen von Schmerz, Aggressionen und Sprachlosigkeit bis hin zu Erleichterung und auch dem Gewinnen neuer Lebenskraft reichen können, müssen nicht allein bewältigt werden. Verständnis und Unterstützung im Alltag durch das private, berufliche und schulische Umfeld ist in jeder Hinsicht sinnvoll. Ein offenes und zugewandtes Verhalten von Verwandten, Freunden und Pädagogen und Pädagoginnen, meist auch kleinere Unterstützungsleistungen, wie Gesprächsmöglichkeiten, Betreuung kleinerer Kinder, gemeinsame Ausflüge u.a. können dabei bereits wohltuend und entlastend wirken. Somit können auch stabile private und institutionelle Netzwerke zur Bindungssicherheit beitragen. Und auch eine psychotherapeutische Unterstützung kann bei der Verarbeitung einer Trennung für Eltern, aber auch für Kinder, sehr hilfreich sein.

Modelle der Betreuung und des Umgangs von Kindern

Einer Allensbacher-Studie zur Folge werden die Beziehungen nach einer Trennung von den meisten der befragten Eltern als relativ gut bewertet, insbesondere wenn die Kinder gemeinsam betreut werden. Wenn jedoch Konflikte zwischen den Eltern vorhanden sind, äußern sich diese häufig in Form von Loyalitätskonflikten, Allianzen und Kontaktproblemen und stellen zentrale Belastungsfaktoren für die von Trennung betroffenen Kinder dar (BMFSFJ 2017). Demnach scheint es am Wichtigsten zu sein, dass



Abb. 1: Da immer mehr Eltern sich trennen, ist es wichtig, die Betreuung und den Umgang mit Trennungskindern in den Blick zu nehmen.

es Eltern während und nach einer Trennung gelingt, ein gutes Verhältnis miteinander herzustellen. Dazu gehört es, sich gemeinsam Gedanken darüber zu machen, wie die Betreuung des Kindes/der Kinder geregelt wird. Neben den Alleinerziehenden-Modellen existieren heute eine Vielzahl von unterschiedlichen Betreuungsformen, dazu gehören u.a. das Residenzmodell, das Wechselmodell oder das Nestmodell, die differenzierte auch juristische Implikationen nach sich ziehen. Für welche Betreuungsform die Eltern sich auch entscheiden, von höherer Bedeutung als die paritätische Aufteilung der Betreuungszeiten scheint die wechselseitige Bindungstoleranz der Eltern und die Vermeidung von chronischen Feindseligkeiten zu sein (Bke 2018).

Jedes dieser Betreuungsmodelle hat seine Vor- und Nachteile. Es sollte immer in Abhängigkeit vom gegenseitigen Verständnis füreinander und dem Kommunikationsvermögen der Eltern, aber vor allem auch in Abhängigkeit vom Alter und Konstitution der Kinder gewählt werden.

Beim **Residenzmodell**, das insbesondere bei kleinen Kindern zu empfehlen ist, oder bei Kindern, die Probleme mit häufigem Orts- und Personenwechsel haben, lebt das Kind hauptsächlich bei einem Elternteil und sieht und erlebt somit das jeweils andere Elternteil zeitlich eingeschränkter und in größeren Abständen. Ein Vorteil dieses Modells liegt darin, dass das Kind nicht den häufigen Wechsel des Lebensortes und der Bezugspersonen erleben muss, der auch bis in das Jugend-

alter immer mit organisatorischem Aufwand und psychischem Stress verbunden sein kann. Ein Nachteil ist, dass das eine Elternteil dadurch weniger häufig erlebt wird. Dennoch ist es durchaus möglich, insbesondere wenn die Eltern sich gut verstehen, dass eine stabile Beziehung zu den nicht im Haushalt lebenden Elternteil aufgebaut werden kann.

Beim **Wechselmodell**, das eher bei größeren Kindern empfehlenswert ist, lebt das Kind häufig zu gleichen Teilen bei beiden Eltern. Hier haben die Kinder in der Regel jeweils Kinderzimmer, Kleidung, Spiel- und Alltagsgegenstände doppelt und wechseln turnusmäßig, je nach Alter und zeitlichen Möglichkeiten der Eltern, von einem Elternteil zu anderen. Der Vorteil dieses Modells wäre u.a., dass die Kinder beide Eltern zu gleichen zeitlichen Anteilen im Aufwachen erleben können. Ein Nachteil ist jedoch, dass die Kinder tage- bis wochenweise den Wohnort wechseln. Es ist noch nicht gut erforscht, was es bedeutet, wenn Kinder und Jugendliche alle paar Tage in einem anderen Bett, einem anderen Zimmer, in einer anderen Wohnung, mit einem anderen betreuenden Elternteil aufwachen und sich dann u.U. mit unterschiedlichen Werten und Regeln auseinandersetzen müssen. Somit kann jeder Wechsel für das Kind, aber auch für die Eltern, einen großen organisatorischen Aufwand und Stress bedeuten.

Das **Nestmodell** ist aus der Sicht der Kinder sicher das angenehmste Modell. Hier leben die Kinder in der Familienwohnung und die Eltern wechseln sich

mit der Betreuung ab. Der finanzielle Aufwand ist vermutlich hier am größten, da neben der Familienwohnung auch die weiteren Unterkünfte der Eltern mitfinanziert werden müssen. Klarer Vorteil ist jedoch, dass die psychische Belastung eines Wechsels für die Kinder entfällt. Voraussetzung ist bei diesem Modell jedoch auch, dass die Eltern sich gut verstehen, da sie sich gewissermaßen, wenn auch sequentiell, den Familienwohnraum teilen.

Wichtig ist, und das gilt für alle Modelle, dass die Eltern untereinander und mit dem Kind bzw. den Kindern im Gespräch bleiben. Und darüber hinaus besteht auch immer die Möglichkeit, dass sich die Modelle, angepasst an kindliche und elterliche Bedürfnisse, ggf. ändern können.

Beratung vor, während und nach der Trennung

Der Bedarf nach professioneller Beratung während und nach einer Trennung oder Scheidung von Vätern und Müttern steigt deutlich, insbesondere seitdem die Selbstbestimmung über die elterliche Sorge nach einer Trennung und Scheidung im Jahr 1998 durch die Kindschaftsrechtsreform auf die Eltern übergegangen ist. Erziehungs- und Familienberatungsstellen in öffentlicher und privater Trägerschaft übernehmen die Aufgabe, die vor Gericht hochstrittigen Elternpaare mit Beraterisch-therapeutischen Mitteln auf der Suche nach einvernehmlichen Lösungen zu unterstützen. Aber auch präventiv ist die Ehe-, Partnerschafts- und Familienberatung genau wie in der Begleitung laufender Trennungs- und Scheidungsprozesse hoch wirksam.

Aus der Sicht der Berater/innen liegen die familiendynamischen Herausforderungen der Gegenwart bezogen auf Trennungsfamilien vor allem in der wachsenden Pluralität der Familienformen, hier insbesondere der Zunahme von nichtehelichen Lebensgemeinschaften, Regenbogenfamilien und auch multikulturellen Familien, aber auch einer wachsenden Zahl an Fortsetzungsfamilien, wie Stief- und Patchworkfamilien, die Kinder und Eltern gleichermaßen vor zahlreiche Probleme stellen. Interkulturelle Familienkonstellationen führen dazu, dass Berater/innen zunehmend auch sehr unterschiedliche weltanschauliche, religiöse

bis kulturübergreifende Perspektiven einnehmen müssen, um auf die jeweiligen Trennungsthematiken mit hoher Sensibilität und Verständnis angemessen eingehen zu können.

Konfliktthemen zwischen den sich trennenden Partner/innen sind dabei häufig – neben der Verarbeitung der individuellen Verletzung durch das Verlassenwerden – Sorge und Umgang mit den Kindern; darüber hinaus jedoch auch Themen wie Geld, Gerechtigkeit, Macht und Kontrolle. Die Paar- und Familienberatung hat hier zum Ziel, individuelle und einvernehmliche Lösungen für Familien mit Kindern zu finden und in bestimmten Phasen, in denen Konflikte überhandnehmen und auch wenn sich chronische Hochstrittigkeit einstellt, Wege zu finden, in denen das Wohlergehen des Kindes/der Kinder gewährleistet ist (Bke 2018).

Während aus soziologischer, psychologischer und familienpolitischer Sicht Trennungen und Scheidungen bei einem rasanten Wandel der Familienkonstellationen und -dynamiken gut untersucht werden, gibt es inzwischen auch eine Vielzahl praktischer Ratgeber für die betroffenen Eltern, weniger jedoch für Kinder und Jugendliche. Hier wäre vor allem die *Jugendberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung* zu erwähnen, die Unterstützung für Jugendliche in allen Problemlagen über ein Online-Forum bereithält.

» Trennungen sollten weniger als Scheitern, als vielmehr als Entwicklungsmöglichkeiten verstanden werden.«

Neben zahlreichen Online-Angeboten und einer Reihe von professionellen Beratungsinstitutionen, die Trennungs-Coaching, Krisenintervention und Scheidungsberatung anbieten, existieren darüber hinaus inzwischen auch beachtenswerte Trennungsleitfäden, wie z.B. der *Leitfaden von Pro Familia*, der u.a. wertvolle Tipps zur finanziellen Absicherung, sowie eine Auflistung regionaler Anlaufstellen nach einer Trennung enthält. Der *Wegweiser für den Umgang nach Trennung und Scheidung vom Verband alleinerziehender Mütter und Väter*, hält hilfreiche Ratschläge u.a. zu den Umgangsregelungen nicht nur aus der

Perspektive der Eltern, sondern auch aus der kindlichen Sichtweise, bereit. Auch die DVD »Kinder lassen sich nicht scheiden« ist empfehlenswert, da sie sich in erster Linie an die Eltern, aber auch an Pädagogen und Pädagoginnen und Fachkräfte in Jugendämtern, Beratungsstellen, Vereinen und Verbänden, die im Bereich Trennung und Scheidung tätig sind, richtet. Und nicht zuletzt soll auf den inzwischen sehr bewährten *Elternkurs »Kinder im Blick«* hingewiesen werden, der deutschlandweit für Eltern in Trennungs- und Scheidungssituationen angeboten wird und sich vor allem mit der Situation der Kinder befasst. Der Kurs umfasst sieben Sitzungen á drei Stunden und wird häufig von Bezirksämtern, aber auch von einer Vielzahl anderer Institutionen, wie der Caritas, der AWO oder Väterzentren angeboten. Das Programm »Kinder aus der Klemme« ist ein ähnliches Angebot, bezieht darüber hinaus aber auch Kinder und Jugendliche mit in die Beratung ein.

Fazit

Es ist wichtig einen positiven und konstruktiven Blick auf Trennungen zu bekommen. Trennungen sollten weniger als Scheitern, als vielmehr als Entwicklungsmöglichkeiten verstanden werden. Nicht nur individuelle Prozesse, sondern auch gesellschaftliche haben auf den Umgang mit Trennun-

gen Einfluss. Es gibt inzwischen auch eine Vielzahl von Kinderbetreuungsmodellen und eine Reihe von Ratgebern, von denen einige in diesem Beitrag aufgezeigt wurden. Im Gespräch zu bleiben, als Eltern miteinander und mit den Kindern, und ggf. auf Hilfe privater und professioneller Netzwerke zurückzugreifen, kann vor, während und nach einem Trennungsprozess sehr hilfreich sein. ■

Literatur

Bke (2018): *Unterschiedliche Familien, zahlreiche Möglichkeiten*. URL: https://www.bke.de/content/application/mod.content/1549537391_info%202-18%20erziehen_eltertrennung.pdf (Zugriff am 12.08.2020).

BMFSFJ (2017): *Getrennt gemeinsam erziehen. Befragung von Trennungseltern im Auftrag des BMFSFJ Untersuchungsbericht*. URL: https://www.ifd-allensbach.de/fileadmin/studien/Abach_Trennungseltern_Bericht.pdf (Zugriff am 12.08.2020).

Destatis (2020a): *Eheschließungen, Ehescheidungen und Lebenspartnerschaften*. URL: https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Bevoelkerung/Eheschliessungen-Ehescheidungen-Lebenspartnerschaften/_inhalt.html (Zugriff am 12.08.2020)

Destatis (2020b): *Statistisches Jahrbuch 2019*. URL: https://www.destatis.de/DE/Themen/Querschnitt/Jahrbuch/_inhalt.html (Zugriff am 12.08.2020).

Fußnoten

1 Die Aussage zur Betroffenheit von Kindern bezieht sich hier auf das Jahr 2017.

→ RATGEBER

Jugendberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung

<https://bke.de/?SID=0E7-358-128-B7E>

Profamilia

https://www.profamilia.de/fileadmin/beratungsstellen/friedberg/ProFamilia_Trennungsleitfaden_Download_2012-10.pdf

Wegweiser für den Umgang nach Trennung und Scheidung vom Verband alleinerziehender Mütter und Väter

https://www.vamv.de/fileadmin/user_upload/bund/dokumente/Beschluesse/Kindschaftsrecht/Wegweiser_120715.pdf

DVD »Kinder lassen sich nicht scheiden«

http://fruehe-kindheit-online.de/product_info.php?language=de&info=p130_dvd-kinder-lassen-sich-nicht-scheiden.html

Elternkurs »Kinder im Blick«

<https://www.kinder-im-blick.de/>

»Kinder aus der Klemme«

<https://praesenzundkompetenz.de/kadk/>