

Und plötzlich lassen sich die Eltern scheiden

In den letzten 50 Jahren hat sich die Scheidungsrate in der Schweiz mehr als verdoppelt. Besonders für die betroffenen Kinder ist das eine traurige Bilanz. Fast jedes Kind möchte, dass Mama und Papa zusammenbleiben. Eine Trennung muss aber nicht zwingend einen negativen Einfluss auf die kindliche Entwicklung haben, sind sich Forscher heute einig. Vorausgesetzt, die Eltern schaffen es, sich zum Wohle des Kindes zu verhalten. Aber wie geht das?

Text: Andres Eberhard Bilder: Thomas Schweigert / 13 Photo

Fast alle negativen Folgen einer Trennung können durch das Verhalten der Eltern positiv gesteuert werden.

Es gab Zeiten, da wurde eine Scheidung der Eltern für fast alles verantwortlich gemacht, was im Leben der Kinder schiefgehen kann: psychische Störungen, Drogenmissbrauch, Straffälligkeiten und vieles mehr. Dass selbst einige Wissenschaftler diesen «Broken home»-Ansatz vertraten, war eine Steilvorlage für konservative Scheidungsgegner.

Heute weiss man: Kinder leiden nicht unter der Trennung an sich, häufig aber unter ihren Folgen. Die Scheidungsfolgenforschung hat die Zusammenhänge gut untersucht: Als direkte Folgen einer Trennung gelten Konflikte zwischen den Eltern, der Verlust eines Elternteils, die psychische Verfassung des erziehenden Elternteils und ein allfälliger «ökonomischer Abstieg». Als indirekte Folgen, welche Kinder im negativen Sinne prägen können, gelten ein Umzug, der Verlust von anderen Beziehungen und die Gründung einer Zweitfamilie.

Nun möchte aber kaum eine Mutter, kaum ein Vater, dass das Kind unter der Trennung seiner Eltern leiden muss. Nur, wie kriegt man das hin? Wir haben für dieses Dossier betroffene Familien und Expertinnen und Experten gefragt, worauf es ankommt.

Die gute Nachricht zuerst: Fast alle der erwähnten negativen Folgen einer Trennung können durch das Verhalten der Eltern positiv gesteuert werden. Das wiederum heisst nichts anderes als: Eine Trennung, bei der die Kinder glimpflich davonkommen, ist zu schaffen. Dass die Scheidungsrate von 1970 bis heute von 15 auf rund 40 Prozent gestiegen ist, klingt für viele erst einmal wie das Ende des Modells «Familie». Nicht vergessen werden sollte aber, dass es darunter sehr viele «gute Scheidungen» gibt: In etwa 85 Prozent aller Fälle schaffen es die Eltern, die Beziehung aufzulösen, die Familie aber in neuer Form zu erhalten.

Gleichwohl stellt eine Trennung eine grosse Herausforderung an die Eltern dar – gerade, weil sie sich selber in einer emotionalen Ausnahmesituation befinden. Besonders schwer tun sich viele Eltern damit, ihre eigenen Konflikte nicht aufs Kind zu übertragen. Der Ratschlag, der von Experten bei Weitem am häufigsten zu hören ist, lautet deshalb: Trennen Sie die Rolle als Partner oder Partnerin von Ihrer Rolle als Mutter oder Vater, dann kommt es gut.

«Viele Konflikte entstehen auf der Paarebene, werden aber auf der Elternebene ausgetragen», sagt Danielle Estermann vom Schweizerischen Verband alleinerziehender Mütter und Väter (SVAMV). Und Oliver Hunziker vom Verein für elterliche Verantwortung (VeV) verdeutlicht: «Wenn man es schafft, zu erkennen, dass man selber seinen eigenen Partner unmöglich findet, der gemeinsame Sohn ihn aber lieb hat, dann ist man auf gutem Weg.»

Auf den Punkt gebracht: Kinder sollten nicht in den Streit der Eltern involviert werden. Das klingt >>>

>>> einfach, ist es aber natürlich nicht. Denn kommt es zur Trennung, streiten die Eltern – so sehr man das auch zu verhindern versucht – oft auch um die Kinder. Erstens, weil niemand die Kinder verlieren möchte. Und zweitens, weil es im Trennungsverfahren immer auch um den Unterhalt der Kinder geht. Oliver Hunziker findet dafür einfachere Worte: «Kinder bedeuten eben auch Geld.»

Wenig förderlich zeigt sich dabei die Systematik unseres Rechtssystems. Eine Scheidung muss immer vor Gericht. Dafür braucht es in der Regel Anwälte. Und die sind dazu da, die Interessen einer einzigen Person zu vertreten. Wir werden also regelrecht auf ein Seilziehen getrimmt, bei dem jeder seine eigenen Interessen durchsetzen will. «Die Aufgabe von Gerichten ist, herauszufinden, wer recht hat», sagt Hunziker. Dabei würde eine gute Scheidung, vor allem wenn Kinder im Spiel sind, ein pragmatisches Miteinander brauchen: Kommunikation, Kompromisse, aufeinander zugehen.

Wenn Behörden über das «Kindeswohl» entscheiden müssen

Was passieren kann, wenn die Kooperationsbereitschaft zwischen den Eltern fehlt und die Behörden über das «Kindeswohl» entscheiden müssen, zeigt das Beispiel von Roland Keller* und seinen Söhnen Tim*, 16, und Manuel*, 14.

Fragt man Roland Keller, ob er in den letzten Jahren Weihnachten gemeinsam mit den Kindern feiern konnte, muss er in seinen Unterlagen nachschauen. Auf dem Tisch liegen Sichtmäppchen mit unzähligen Dokumenten. Zum Gesprächstermin hat Keller auch ausgedruckte SMS seiner Kinder mitgebracht, die beweisen sollen, dass seine Söhne ihn gern haben. Oder vielleicht auch eher: dass er im Recht ist. Zu Hause im Regal stehen weitere sechs Bundesordner gefüllt mit Gerichtsakten, Korrespondenzen mit Beiständen und Anwälten, Protokollen der KESB und der Polizei. Keller zieht eine Akte hervor und sagt: «Ah, hier, die Feiertagsregelung: In geraden Kalenderwochen sind die Kinder zu Neujahr und Ostern bei mir.» Und Weihnachten? «Wir waren in einer Pizzeria, doch nach zwei Stunden wollte der Jüngere wieder nach Hause.»

Zwei Jahre seines Lebens hat Roland Keller damit verbracht, mit den Behörden zu streiten. «Ich hatte kein eigenes Leben mehr», sagt er. Getrennt leben Keller und seine Ex-Frau schon seit 2010, doch erst 2015 kam es zu Vorfällen, die entweder als erzieherische Überforderung oder häusliche Gewalt interpretiert werden können, je nachdem, wem man glaubt. Keller sagt, seine Kinder hätten nur noch gegamt, da habe er mal durchgreifen wollen, es sei zu einem harmlosen Gerangel gekommen. Seine Frau jedoch reichte Strafanzeige ein. Das Verfahren wurde später eingestellt. Als Sofortmassnahme hatte die KESB aber das Besuchsrecht von Keller sistiert. Der Vater wehrte sich, es folgte ein gehässiger Schlagabtausch. Für eine Zeit sprachen Kellers Kinder öfter mit Beiständen und Polizisten als mit dem eigenen Vater.

Am Ende hatte Keller vor dem Zürcher Obergericht Erfolg – die KESB habe die Besuche zu Unrecht eingestellt, stand im Urteil. Seither darf Keller seine Söhne wieder sehen. Da der Vater 45 Auotominuten entfernt wohnt, klappt das allerdings nur jedes zweite Wochenende. Für die Übergabe wartet er >>>

In 85 Prozent aller Scheidungsfälle schaffen es die Eltern, die Beziehung aufzulösen, die Familie aber in neuer Form zu erhalten.

Buchtipps

- Remo H. Largo, Monika Czernin: Glückliche Scheidungskinder. Trennungen und wie Kinder damit fertig werden. Piper, 2003.
- Hildegund Sünderhauf: Wechselmodell: Psychologie – Recht – Praxis. Springer, 2013.
- Andrea Büchler, Heidi Simoni (Hg.): Kinder und Scheidung. Der Einfluss der Rechtspraxis auf familiale Übergänge. Rüegger Verlag, 2009.
- Andrea Marco Bianca: Scheidungsrituale. Globale Bestandsaufnahme und Perspektiven für eine glaubwürdige Praxis in Kirche und Gesellschaft. TVZ, 2015.

>>> draussen im Auto, ins Treppenhaus darf er nicht. Als Gewinner sieht sich Keller nicht. «Das Verhältnis zu den Kindern ist viel schlechter als vorher. Es ist viel kaputtgegangen in diesen zwei Jahren.»

Experten raten im Scheidungsfall, die Rolle als Partner oder Partnerin von der Rolle als Vater oder Mutter zu trennen.



Kinderfreundliche Obhut

Die Konflikte zwischen den Eltern dürften eines der grössten Hindernisse auf dem Weg zu einer für die Kinder «guten Trennung» sein. Negativ aufs Wohlbefinden des Kindes wirkt sich nachweislich auch der Kontaktabbruch zu einem Elternteil aus – in der Realität meistens zum Vater. Die Erkenntnisse der Wissenschaft eindeutig: Kinder brauchen beide Eltern. Interessant ist, dass Kinder dabei nicht die Person >>>

«Steckt euer Ego in die Tasche»

Statt sich in endlosen Grabenkämpfen zu verlieren, stellen Martina Kral und Matthias Lehmann aus Luzern nach der Trennung das Wohl ihres 15-jährigen Sohnes Tom in den Vordergrund.

Matthias Lehmann: Wir haben uns vor sieben Jahren getrennt, da war Tom acht Jahre alt. Der Richter staunte nicht schlecht, als wir mit ausgefüllten Trennungsformularen erschienen. Wir haben es geschafft, uns als Paar zu trennen, ohne dass die Elternschaft darunter leiden musste. Es gibt Paare, die sind noch zusammen und haben es schlechter miteinander als wir.

Martina Kral: Natürlich gab es Situationen, in denen ich am liebsten alles an die Wand geschmissen hätte. Doch das Kind geht das alles nichts an. Ich wurde als Partnerin zurückgelassen, nicht als Mutter. Also hielt ich die ganze Wut, die Aggressionen vor Tom fern. Und ich schüttete mich mit Arbeit zu, das half. Nun habe ich damit abgeschlossen, bin dankbar über ein tolles, gesundes Kind. Mein Credo: Alles, nur kein Selbstmitleid. Steckt euer Ego in die Tasche, es lohnt sich!

Matthias Lehmann: Das zeugt von Grösse. Es gibt Paare, die kreuzen am Elternabend auf, und man sieht schon von Weitem eine Giftwolke, die sie umgibt. Ich bin froh, dass das bei uns nie so war.

Tom Lehmann: Ich kann mich schon noch daran erinnern, wie es zu dritt war. Das war eine sehr schöne Zeit. Dann hiess es, dass ich nun in zwei Wohnungen leben sollte, mal hier, mal da. Das fand ich damals lustig, total cool. Irgendwann vermisste ich aber die zweite Person um mich herum schon.

Martina Kral: Mit zehn Jahren sagtest du, du hättest es langsam gesehen, nun könne man wieder zusammenziehen. Da war es an der Zeit, dir zu sagen, dass wir Eltern es nicht schaffen, zusammenzuleben.

Tom Lehmann: Heute stimmt es für mich. Ich wohne mit me Mutter, aber mein Vater hat eine Wohnung in derselben Sied ich habe also zwei Zimmer.

Matthias Lehmann: Wir Eltern treffen uns mindestens einr im Monat, um die nächsten Wochen zu planen. Konkret gehe unsere Agenden Tag für Tag durch. Als Tom acht war, verglich wir akribisch unsere Dienstpläne. Wo es Lücken gab, organisierten wir Mittagessen bei einer anderen Familie oder sorgt dafür, dass Tom bei Freunden übernachten kann. Das ist heu nicht mehr nötig. Tom ist mittlerweile sehr selbständig.

Martina Kral: Wenn wir planen, sprechen wir auch über all andere: über Noten in der Schule oder ob Tom neue Schuhe braucht. Wenn ich der Lehrerin etwas schreibe, nehme ich Matthias immer ins CC. So sind wir immer auf dem gleichen Stand. Schlimm, wenn man bewusst Informationen zurückh um sich gegenüber dem Ex-Partner einen Vorteil zu versch

Matthias Lehmann: Als es zur Scheidung kam, gabs punkt Unterhalt und Finanzen eine Pattsituation. Heute noch teile Toms Kosten hälftig – grössere Posten wie Snowboardkurs Gitarrenunterricht sowieso. Aber auch für kleinere Sachen g es ein Tom-Konto, auf das wir beide einzahlen.

Martina Kral: Mein eigenes Geld und meine eigene Wohnu ermöglichten es mir, unabhängig zu sein. Ohne eigenes Einkommen wäre ich nach der Trennung womöglich nicht nu ein emotionales, sondern auch in ein finanzielles Loch gefall

Tom Lehmann: Ich verbringe schätzungsweise 30 Prozent meiner Zeit beim Vater. Es war auch schon mehr. Ich gehe in 2. Sek. In einem Jahr komme ich aus der Schule. Wo ich dan leben werde, hängt davon ab, wo ich eine Lehrstelle finde.

Martina Kral: Die Abmachung zwischen Matthias und mir ist, dass wir in derselben Stadt und im selben Quartier bleib solange Tom schulpflichtig ist. Wir sind beide in neuen Partn schaften. Gut möglich, dass einer von uns einmal umzieht. K ist, dass es auch für Tom stimmen muss, schliesslich ist er f uns beide das einzige leibliche Kind. Warum nicht eine Männ WG mit euch zwei? Das wäre doch auch schön.



Matthias Lehmann, Martina Kral, Sohn Tom: «Wir haben es geschafft, uns zu trennen, ohne dass die Elternschaft darunter leiden musste.»



>>> an sich vermissen, sondern vielmehr die Bedürfnisse und Erfahrungen, die mit der Person einhergehen. Theoretisch kann also auch eine andere Bezugsperson die Rolle des abwesenden Vaters oder der abwesenden Mutter einnehmen – eine Erkenntnis, die insbesondere für Patchwork-Familien interessant sein dürfte.

Grundsätzlich aber sollten die Eltern ein Interesse daran haben, dass der Kontakt zu keinem Elternteil verlorengeht. Entscheidend dafür ist die Obhutsregelung: Wo wohnt das Kind, wie oft sieht es den anderen Elternteil? Drei Wohnformen sind üblich: Am häufigsten ist nach wie vor das sogenannte Residenzmodell. Die Kinder wohnen bei einem Elternteil – in der Regel der Mutter – und besuchen den anderen bei ihm zu Hause und verbringen einen Teil der Ferien mit ihm. Beim (seltenen) Nestmodell bleiben die Kinder in derselben Wohnung, die Eltern wechseln sich dort mit der Betreuung der Kinder ab.

Über das dritte Modell wird derzeit in der Politik und in den Medien viel diskutiert: die sogenannte alternierende Obhut (auch: Wechselmodell). Die Kinder leben abwechselnd bei beiden Elternteilen – zu mindestens 30 Prozent. Seit 2017 prüfen Schweizer Gerichte die alternierende Obhut, wenn die Kinder oder ein Elternteil dies verlangen – also auch dann, wenn sich ein Partner dagegen ausspricht. Allerdings zeigen sich die Richter in der Praxis bisher sehr zurückhaltend, dieses Modell gegen den Willen eines Elternteils anzuordnen.

Expertinnen und Experten wie die deutsche Familienrechtsprofessorin Hildegund Sünderhauf sehen die alternierende Obhut als ideal für Kinder an, weil sie den regelmässigen Kontakt zu beiden Elternteilen ermöglicht, ohne dass wie beim Nestmodell ein gemeinsamer Haushalt weitergeführt werden muss (was eine äusserst hohe Kooperationsbereitschaft erfordert). Elternverbände fordern gar, dass die alternierende Obhut in der Schweiz zum Regelfall werden soll.

Nach einer Trennung sind drei Wohnformen üblich: Das Residenzmodell, das Nestmodell und die alternierende Obhut (Wechselmodell).

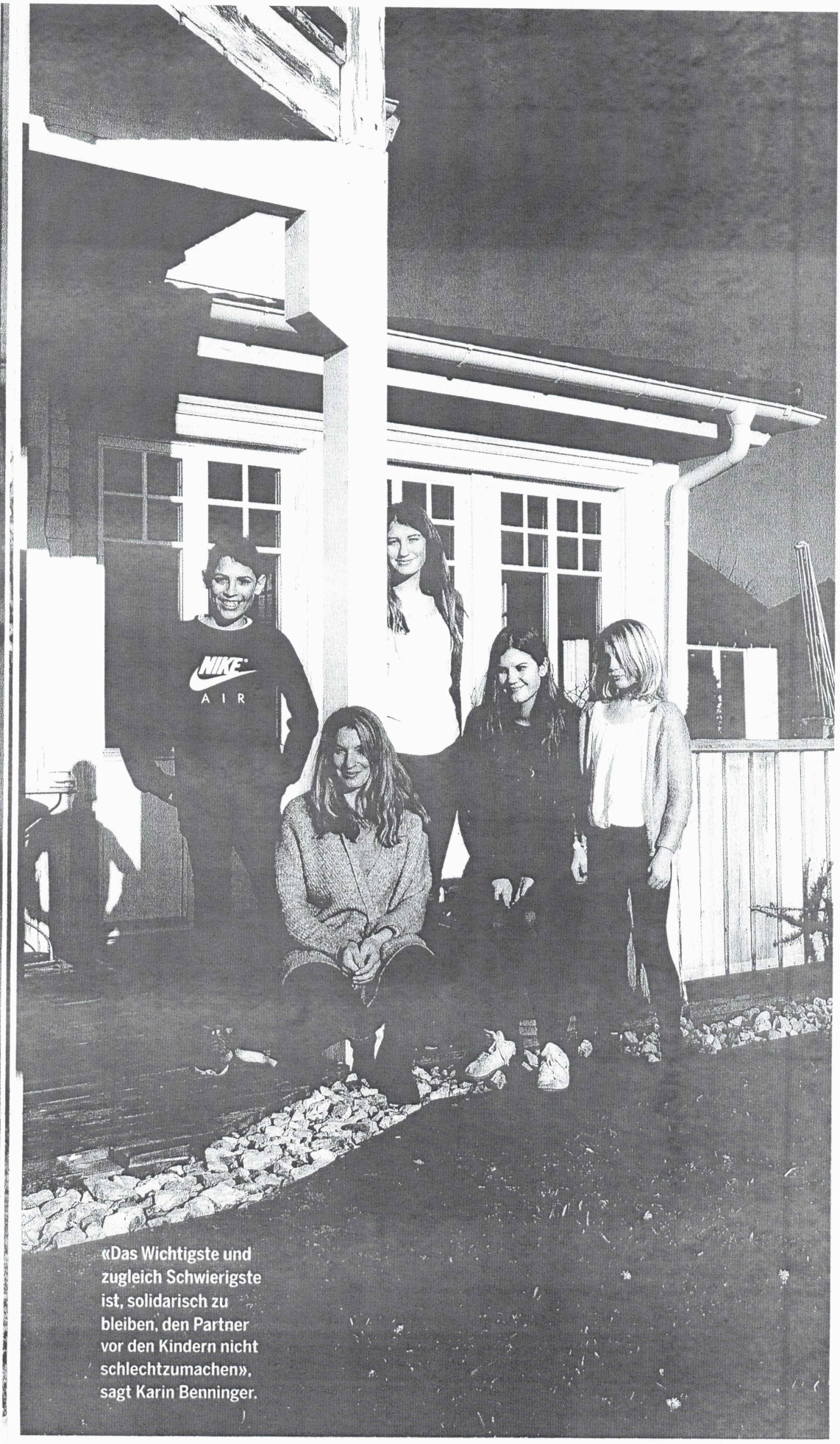
Kritiker bemängeln jedoch, dass dies realitätsfremd sei. Eine vom Bund in Auftrag gegebene Studie der Universität Lausanne kommt zum Fazit: «Die in der Schweiz herrschenden sozialen Bedingungen verunmöglichen eine allgemeine Einführung der alternierenden Obhut.» Oder anders gesagt: Wie auch soll es möglich sein, dass ein Gesetz getrennte Paare dazu zwingt, ein egalitäres Modell zu leben, wenn dies noch nicht einmal zusammenlebende Paare hinkriegen? Nach einer Trennung sei es den finanziell besser gestellten Kreisen vorbehalten, sich eine zweite grosse Familienwohnung in der Nähe zu leisten und sich flexible Arbeitszeiten einzurichten, welche eine egalitäre Kinderbetreuung zulassen, argumentieren die Lausanner Wissenschaftler.

Räumliche Nähe zahlt sich aus

Dass die alternierende Obhut funktionieren kann, wenn die Rahmenbedingungen stimmen, zeigt das Beispiel von Karin und Marc Benninger aus dem Kanton Freiburg. Als sie sich für eine Trennung entschieden, waren sie mit ihren vier gemeinsamen Kindern auf einer halbjährigen Weltreise. Seither teilen sie sich die Obhut von Lynn, 17, Léon, 13, Léna, 12, und Léonor, 7. Vier Tage pro Woche sind die Kinder bei der Mutter, drei beim >>>

Links

- Der Schweizerische Verband alleinerziehender Mütter und Väter (SVAMV) bietet Beratungen an für Betroffene aus Einelternfamilien zu den Themen Geld, Recht (unverbindlich) sowie psychosoziale Belastungen. **www.svamv.ch**
- Der Verein für elterliche Verantwortung (VeV) bietet ebenfalls Beratungen an und ist in sieben Kantonen mit Selbsthilfegruppen präsent. Er organisiert auch Fachtagungen und eine Weiterbildung zum Trennungsberater. **www.vev.ch**
- Die Kinderrechtsorganisation Kisos bietet Beratungen durch Mediatoren an. **www.kisos.ch**
- Das «International Council on Shared Parenting» ist eine internationale Organisation, die wissenschaftliche Forschung zu geteilter Elternschaft fördert. **www.twohomes.org**
- Mediationsangebote in der Deutschschweiz (durch Beraterpaar Mann/Frau mit juristischer und psychosozialer Grundausbildung durchgeführt) sind zu finden auf: **www.scheidungsberatung.ch**
- Sonya Gassmann bietet Mediationen für die ganze Familie (auch Kinder) an: **www.psychologie-be.ch**



«Das Wichtigste und zugleich Schwierigste ist, solidarisch zu bleiben, den Partner vor den Kindern nicht schlechtzumachen», sagt Karin Benninger.

>>> Vater. Eine gänzlich har
sche Trennung sei es nicht ge
erzählt Mutter Karin, «aber fi
beide war klar, dass wir über u
Schatten springen mussten. Di
der leiden unter der Trennung
genug.» Noch während der W
se informierten sie die Kinde
den Entscheid. Diese seien e
tert gewesen. «Sie merkten j
etwas nicht stimmt, wusste
nicht, was los ist.» Marc Ben
sagt, dass nicht alle die Tre
problemlos weggesteckt hätte
Kind hatte vermehrt Schlafp
me, ein anderes sei wütend a
Mutter gewesen, welche die
nung ausgesprochen hatte.

Zwei Jahre später steue
Familie auf ruhigere Gewäss
Die Eltern versuchen, mitein
zu reden, über schulische
oder darüber, wie man mit de
dern über die neue Situation s
«Das Wichtigste und Schwie
zugleich ist es, solidarisch z
ben», sagt Karin Benninger.
meint sie, dass man vor den Ki
den Partner nicht schlechtr
nicht versucht, den andere
einem besseren Kinderprog
zu überbieten. Und dass m
einem gemeinsamen Strick
damit die Kinder ihre Eltern
gegeneinander ausspielen.
das, nicht dies, nicht jenes: Fü
Eltern, die sich in einer emo
stressigen Trennungssituation
den, kann das wirken wie
Auch Karin Benninger weis
«Am Anfang schafft man da
immer. Es soll aber das Zie
Und mit der Zeit gelingt es a

Geholfen hat der Familie B
ger auch, dass sich die Eltern
vor der Trennung die Erziehu
Kinder aufgeteilt hatten, wie
Benninger sagt. «Wir haben
relativ flexible Arbeitszeiten
zentraler Punkt sei zudem, d
Kinder in ihrer gewohnten (S
Umgebung bleiben konnten.
Mutter Karin nach der Trennu
Nachbardorf, das nur eine

Kinder leiden, wenn es den Eltern schlecht geht. Eltern sollten sich deshalb nach einer Trennung auch um ihr eigenes Wohlbefinden kümmern.

minütige Autofahrt entfernt liegt. Das biete auch für die Eltern Vorteile: «Wenn etwas vergessen geht, kann man es schnell holen gehen.»

Eltern verarbeiten eine Trennung sehr individuell

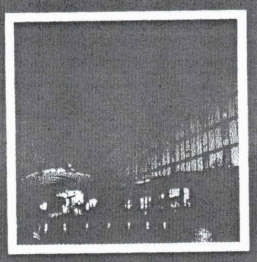
Eine nicht zu vernachlässigende Erkenntnis der Scheidungsfolgenforschung: Kinder leiden, wenn es den Eltern schlecht geht. Aus diesem Grund sollten sich Eltern auch um ihr eigenes Wohlbefinden kümmern – und Strategien für die Verarbeitung einer Trennung entwickeln. Marc Benninger, der Vater von Lynn, Léon, Léna und Léonor, meditiert seit Jahren 15 Minuten pro Tag. «Das hat mir enorm geholfen, die Trennung zu akzeptieren und Frieden zu finden.» Etwas vom Wichtigsten sei es, den Fehler bei sich zu suchen und nicht beim anderen, sagt Benninger.

Wie Eltern eine Trennung verarbeiten, ist sehr individuell. Manche wie Marc Benninger tun das für sich, andere sprechen mit Freunden, wieder andere suchen sich professionelle Hilfe bei Psychologen oder Mediatoren. Einen anderen Weg, eine Trennung zu verarbeiten, schlägt Andrea Marco Bianca, reformierter Pfarrer aus Küsnacht, vor. Und zwar einen, der besonders für Kinder gut geeignet ist: Bianca rät, sogenannte Scheidungsrituale durchzuführen.

Dabei handelt es sich um symbolische Akte, bei denen es um die Auflösung des Eheversprechens und eine Neuformulierung des Elternversprechens geht. Zum Beispiel trifft man sich an einem bedeutungsvollen Ort – in einer Kirche, im Wald, auf einem Berg – >>>

URLAUB AUF FAMILISCH

in 55 Familienhotels in Europa



Feldberger Hof

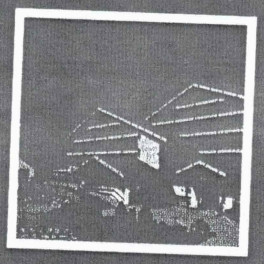
Familotel Hochschwarzwald

- Ganzjährige Kinder- & Babybetreuung
- Indoor-Sporthalle und Badeparadies
- All-Inclusive alkoholfrei plus Tischwein & Fassbier
- Mai–Oktober: Ponyhof, Kletterwald, Spielplätze

mit All-In. alkoholfrei ab € 1.932 (CHF 2'231)*
z. B. vom 07.04.–19.05.2018

www.feldberger-hof.de, Tel.: +49 7676 180

Hotel Feldberger Hof Banhardt GmbH, Dr. Pilet Spur 1, D 79868 Feldberg



Kaiserhof

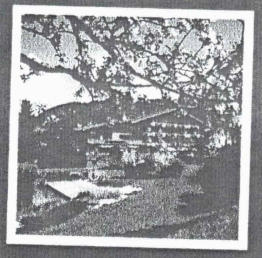
Familotel Tiroler Zugspitzarena

- Direkt im Wander- und Almengebiet gelegen
- Tägl. Kinder- u. Babybetreuung (66 Std./Wo.)
- Wellness- & Spa-Bereich mit Pools u. Saunen
- Ruhige Panoramalage mit Bergblick-Zimmern

mit All-In. alkoholfrei ab € 1.575 (CHF 1'819)*
z. B. vom 02.06.–07.07.2018

www.kaiserhof.at, Tel.: +43 5674 8285

Hotel Kaiserhof H. u. I. Kuppelhuber GmbH & Co. KG, Nr. 78, A 6622 Berwang



Landgut Furtherwirt

Familotel Tirol

- Hallenbad mit Rutsche und Familiensauna
- Wellnessbereich & Ruheraum für Erwachsene
- 70 Std./Wo. Kinderbetreuung, 450 qm Happy-Club
- Reitstall, Biobauernhof, Teensprogramm

mit All-In. Premium ab € 1.898 (CHF 2'192)*
z. B. vom 02.06.–07.07. und 08.09.–30.09.2018

www.furtherwirt.at, Tel.: +43 5352 63150-0

Landgut Furtherwirt GmbH, Innsbrucker Strasse 67, A 6382 Kirchdorf/Tirol



Central & St. Johanner Hof

Familotel Kitzbüheler Alpen

- Tgl. freier Eintritt in die „Panorama Badewelt"
- Idealer Ausgangspunkt für Ausflüge im Sommer
- Tolle Sommer-Pauschalen inklusive Liftkarte
- Im Winter: Top-Skigebiete in direkter Nähe

mit All-In. alkoholfrei ab € 1.282 (CHF 1'480)*
z. B. vom 02.06.–30.06. und 08.09.–14.10.2018

www.stjohannerhof.ch, Tel.: +43 5352 62207-2509

Neuner GmbH & Co. KG, Innsbrucker Str. 2, A 6380 St. Johann in Tirol

* Preis pro Woche für 2 Erwachsene und 1 Kind unter 16 Jahren im Familienappartement (2-Raum). CHF = Richtwert. Die Abrechnung erfolgt in Euro zum Tageskurs.

Jetzt Katalog gratis anfordern!

www.familotel.com/frfr

Schöne-Ferien-Beratung
+49 8075 91490

familotel®

URLAUB AUF FAMILISCH

Familotel AG I info@familotel.com
Halfinger Strasse 4 I D-83123 Amerang I Tel. +49 8075 9149-0

>>> und führt eine kurze Zeremonie durch. Beim Ritual gilt: Alles ist möglich, vom einfachen Handschlag oder dem Anstossen mit einem Glas Prosecco in den eigenen vier Wänden bis hin zu einer grossen Zeremonie mit Pfarrer und Gästen an einem Lagerfeuer, bei dem die Ex-Partner ihre Eheringe vergraben.

Zentral ist, dass Eltern im Rahmen der Zeremonie ein paar persönliche, vorbereitete Worte aussprechen. «Dem Ex-Partner wird für das Gute gedankt und für das Schlechte vergeben», sagt Bianca. Wichtig sei, was Eltern im Rahmen dieser kurzen Rede ihren Kindern versprechen: «Etwa, dass mit der Liebe zwischen den Eltern nicht die Liebe zu den Kindern verloren geht.» Zudem gelte es, den Kindern die Schuld und die Verant- >>>

Scheidungsrituale können helfen, eine Trennung zu verarbeiten. Zum Beispiel, indem die Ex-Partner ihre Eheringe gemeinsam im Wald vergraben.

«Was wir durchmachen mussten, wünsche ich keiner anderen Familie»

Sie wollte die Kindererziehung nach der Trennung aufteilen, er beanspruchte die Obhut für sich. Der Fall von Mahalia Kelz zeigt, dass sich Gerichte mit der alternierenden Obhut noch schwertun.

«Mein Mann und ich heirateten 2001. Innerhalb der nächsten fünf Jahre brachte ich vier Söhne zur Welt, darunter Zwillinge. Die Kinder sind heute zwischen 11 und 15 Jahre alt. 2012 trennten wir uns. Was meine Söhne und ich seither durchmachen mussten, wünsche ich keiner anderen Familie.

Nach der Trennung lebten wir erst ein Jahr lang weiter alle zusammen im Haus, das ich für die Familie gekauft hatte und das mir heute noch im Alleineigentum gehört. Wir Eltern teilten die Betreuung der Kinder tageweise zwischen uns auf. Diese Zeit war fürchterlich für alle. Dass keiner weichen wollte und auszog, lag einerseits daran, dass wir beide mit den Kindern leben wollten. Andererseits hätte das Gericht in der Obhutsfrage später wohl einfach den Status quo bestätigt.

Im Dezember 2013 kam das Trennungsurteil: Mein Mann würde die alleinige Obhut der Kinder und das Wohnrecht im Haus bekommen. Den Wortlaut aus der Begründung bringe ich nicht mehr aus dem Kopf: Beide seien ‹obhutsfähig›, aber mein Mann habe ‹wohl mehr Zeit›. Denn er arbeitete nicht, ich hingegen schon. Dabei arbeite ich Teilzeit. Einen Grossteil der Arbeit kann ich zu Hause und zu flexiblen Zeiten erledigen, sodass ich sehr viel für die Kinder da bin. Mir wurde beschieden, dass ich innerhalb von drei Wochen ausziehen müsse – und dies kurz vor Weihnachten!

Das war ein Schock. Ich ging in Berufung und musste laut Berufungsurteil, das nach sieben Monaten Warten eintraf, doch nicht Hals über Kopf ausziehen. Ich hatte dann riesiges Glü und fand im selben Dorf ein grosses und trotzdem bezahlb Haus, in dem alle meine Kinder ihr eigenes Zimmer haben. Ich bin überzeugt: Etwas vom Allerwichtigsten für Kinder v getrennten Eltern sind kurze Distanzen. Ich sehe täglich, w praktisch und nötig es ist, dass wir alles in Fussnähe haber

Anfangs durften meine Kinder nur im Rahmen eines Bes rechts zu mir. Weil sich mein Mann vehement gegen die alt nierende Obhut wehrte, musste ich vier Jahre kämpfen, bis Rahmen des Scheidungsverfahrens im März 2017 das Besu recht so weit ausgedehnt wurde, dass meine Kinder heute gleich oft bei mir sind wie bei ihrem Vater. Und dies, obwoh meine Söhne sich das von Anfang an wünschten. Als sie vo Gericht befragt wurden, sagten sie: ‹So blöd, dass eine Wo sieben Tage hat. Sieben kann man nicht durch zwei teilen.›

Die Scheidung und die definitive Regelung von Obhut ur Wohnrecht stehen immer noch aus. Für die Kinder ist das belastend. Ich habe wirklich alles versucht, damit der Elter konflikt nicht auf die Kinder übergreift. Anfangs wollte ich im Gespräch lösen, doch da hatte mein Ex-Mann bereits ei Anwältin engagiert. Dabei wäre es so wichtig, dass man au im grössten Streit den anderen ernst nimmt, seine Bedürf anerkennt und respektiert, sodass man zu einer gemeinsa Lösung kommt, die vor allem den Kindern zugutekommt.

Um zukünftigen Trennungskindern zu helfen, habe ich n beruflich die Ausbildung zur Mediatorin gemacht. Aufgrun meiner persönlichen Erfahrungen engagiere ich mich zude die Kinderrechtsorganisation Kisos. Wir fordern, dass die g berechtigte Betreuung der Kinder die Regel wird. Eltern sc zwar nicht zur alternierenden Obhut verpflichtet werden, c sollte aber in der Gerichtspraxis zur ‹First Choice› werden sie nachweislich das Beste ist für die Kinder und ihren Gru rechten entspricht. Trennungen können Kinder verarbeiter Elternteil lässt sich aber nicht ersetzen.»

«Es ist wichtig, Kindern nach einer Trennung die Schuld und die Verantwortung zu nehmen», sagt Pfarrer Andrea Bianca.

>>> wortung zu nehmen. «Kinder erleben oft Schuld- und Schamgefühle. Darum hilft es, ihnen zu versichern: ‹Du bist nicht schuld, du kannst es nicht ändern und du musst auch nichts machen.›»

Der Vorteil von Ritualen im Vergleich zu nur in Worte gefassten Versprechen ist, dass sie erfahrbar sind. Bilder, Gesten, Symbole oder Erlebnisse bleiben nun einmal besser in Erinnerung als ein paar Sätze am Familientisch.

Nicht nur für die Kinder seien solche starken Erinnerungen wichtig, auch für die Eltern. «In stressigen oder kritischen Situationen hält man sich eher an das Versprechen», sagt Bianca, der selbst geschieden ist und seine Dissertation zum Thema geschrieben hat. Ein weiterer Vorteil: Rituale sind starke Signale nach aussen. «Verwandte und Freunde, die sich aus Unsicherheit womöglich abwenden würden, merken: Die schaffen es.»

Auch wenn es kein leichter Weg ist: Es gibt also einige Strategien, die Eltern dabei helfen, die häufigsten schädlichen Folgen einer Trennung in den Griff zu bekommen. Sowohl gegen Konflikte mit dem Partner als auch für das eigene Wohlbefinden lässt sich etwas tun. Mit der >>>

THERESIANUM
INGENBOHL

Meine Schule
Meine Zukunft

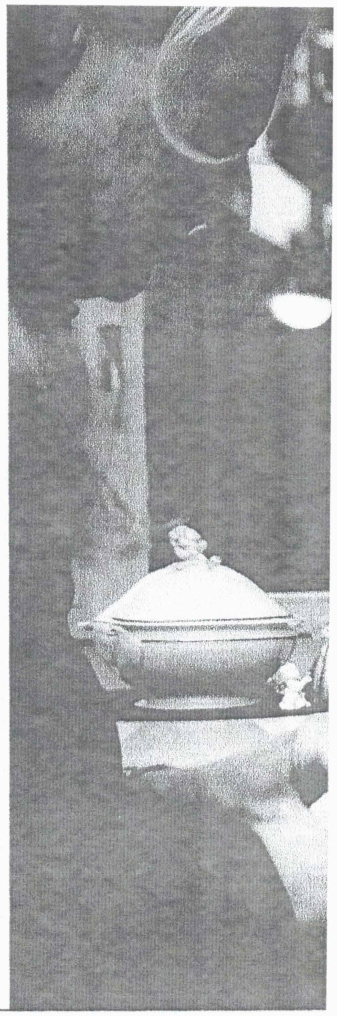
Sekundarschule, 10. Schuljahr
Fachmittelschule, Gymnasium

Talente entdecken. Fähigkeiten entwickeln.
Weichen stellen. Ziele erreichen. Freude haben.

Mehr Infos hier: www.theresianum.ch

persönlich klasse





>>> Wahl einer kinderfreundlichen Obhutslösung können Eltern zudem dafür sorgen, dass das Kind durch die Trennung keinen Elternteil verliert.

Nicht vergessen werden sollten dabei die indirekten Folgen, die eine Trennung auf das Kind haben kann: Umzug, Verlust von Bekannten und häufig auch eine neue Familie. Gerade ein Umzug kann für Kinder schlimm sein, weil sie aus ihrem sozialen Umfeld gerissen werden. Viele Eltern wie die Familie Benninger sorgen darum dafür, dass sie auch nach der Trennung nah beieinander wohnen. Mit guter Kommunikation nach aussen – warum nicht mit einem Scheidungsritual – lässt sich zudem verhindern, dass sich Verwandte oder Bekannte aus Unsicherheit abwenden.

Am höchsten ist die Scheidungshäufigkeit im mittleren Lebensalter, wenn die Kinder schon aus dem Haus sind.

Ob ein Kind schliesslich mit der Situation einer Patchworkfamilie zurechtkommt, ist eine sehr individuelle Frage. Die Forschung zeigt zumindest auf, dass es möglich ist. Schliesslich können ein «Bonuspapa» oder eine «Bonusmama» für ein Kind genauso ein Vorteil sein wie neue Halbgeschwister.

Nur für eine Konsequenz einer Trennung sind gute Ratschläge teuer: Oft geraten Einelternhaus- >>>

Sechs Vorurteile über Trennungsfamilien – und wie es wirklich ist

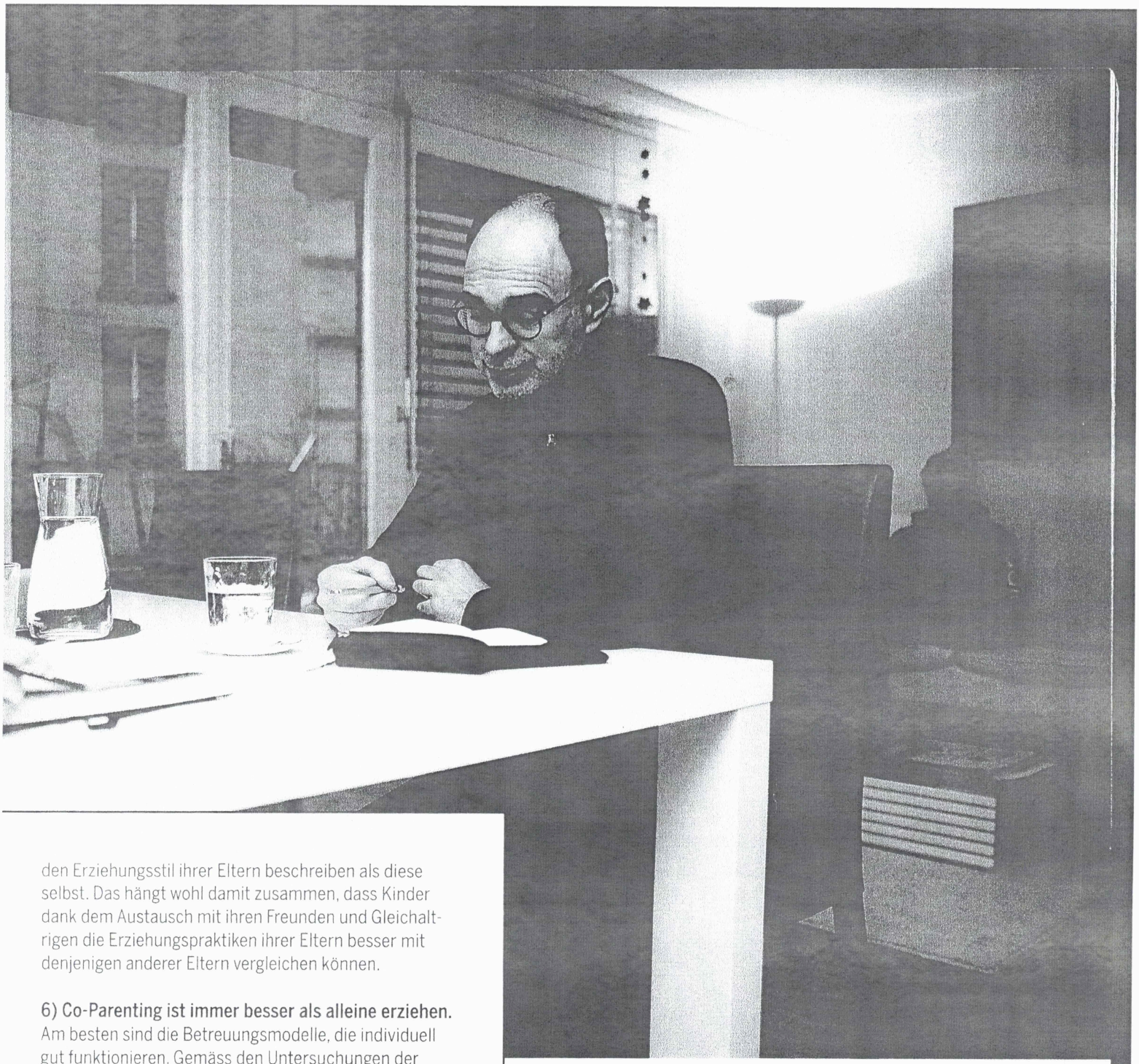
1) Immer mehr Kinder wachsen als Scheidungskinder auf.
Zwar ist die Scheidungsrate von 1970 bis heute von 15 auf 41 Prozent gestiegen. Trotzdem wächst die grosse Mehrheit der Kinder heute mit beiden Elternteilen auf. Nur 10 Prozent der unter 18-Jährigen leben in einem Einelternhaushalt, bloss 2,6 Prozent in einer Patchworkfamilie. Grund: Am höchsten ist die Scheidungshäufigkeit im mittleren Lebensalter, wenn die Kinder schon aus dem Haus sind. Der Trend zur späten Scheidung trägt also dazu bei, dass weniger minderjährige Kinder betroffen sind.

2) Eine Trennung ist für Kinder immer schlimm.
Zwar geht es Scheidungskindern im Schnitt tatsächlich schlechter als Kindern von intakten Familien. Der Grund dafür ist gemäss Langzeitstudien aber nicht die Trennung an sich, sondern deren Folgen: Verlust eines Elternteils, Streit oder Geldprobleme.

3) «Gute» Trennungen sind selten.
Studien zeigen, dass schweizweit nur knapp 15 Prozen der Scheidungen hochstrittig sind. In weiteren rund 15 Prozent der Fälle erfolgt die Trennung harmonisch. Bei der grossen Mehrheit jedoch, in rund 70 Prozent d Fälle, ist die Anfangszeit schwierig, doch schliesslich schaffen es die Eltern, die Beziehung aufzulösen, die Familie aber neu zu organisieren.

4) Vor Kindern wird nicht gestritten.
Paare mit Kindern im Haushalt gaben in einer Befragu häufiger an, dass sie in Konfliktsituationen zornig werc oder schreien, während Paare ohne Kinder im Haushal die Sache öfter ruhig ausdiskutieren.

5) Kinder wissen noch nicht, was sie von den Eltern erwarten.
Die wenigen Studien, in welchen Kinder befragt wurde zeichnen ein eindeutiges Bild: Familie bedeutet für Kir umsorgt sein und Pflege, Liebe sowie gegenseitige Un stützung – und zwar unabhängig von Alter, Geschlech und kulturellem Hintergrund. In den Äusserungen der Kinder spielen hierbei erwartungsgemäss die Eltern e zentrale Rolle, in erster Linie die Mutter. Übrigens: Sch kinder und Teenager können nachweislich auch präzis



den Erziehungsstil ihrer Eltern beschreiben als diese selbst. Das hängt wohl damit zusammen, dass Kinder dank dem Austausch mit ihren Freunden und Gleichaltrigen die Erziehungspraktiken ihrer Eltern besser mit denjenigen anderer Eltern vergleichen können.

6) Co-Parenting ist immer besser als alleine erziehen.
Am besten sind die Betreuungsmodelle, die individuell gut funktionieren. Gemäss den Untersuchungen der Familienrechtsprofessorin Hildegund Sünderhauf ist eine funktionierende alternierende Obhut der «Rolls-Royce» unter den Betreuungsmodellen. Klappt es damit aber nicht gut, sei ein Residenzmodell vorzuziehen – wenn dieses funktioniert. Schlecht und belastend für Kinder ist immer die Fortsetzung der elterlichen Konflikte, unabhängig vom Betreuungsmodell.

Quellen:

- *Familienbericht des Bundes, 2017*
- *Pasqualina Perrig-Chiello, François Höpflinger, Christof Kübler, Andreas Spillmann: «Familienglück – was ist das?»*
- *Hildegund Sünderhauf: «Wechselmodell: Psychologie – Recht – Praxis»*

«Wir tauschen uns einmal im Monat über alles aus, was unseren Sohn Tom betrifft», sagen Matthias Lehmann und seine Ex-Frau Martina Kral.

>>> halte in finanzielle Schwierigkeiten, meist alleinerziehende Mütter. Die Gründe für den «ökonomischen Abstieg» liegen darin, dass die Mütter vor der Trennung nicht oder nur Teilzeit berufstätig waren und dann auf einen Schlag zur Haupternährerin der Familie werden. Dies lässt sich kaum verhindern, es sei denn, man teilt Betreuungs- und Arbeitsverhältnisse bereits vor der Trennung auf. Danielle Estermann vom SVAMV rät: «Im besten Fall wird die Betreuung bereits thematisiert, wenn das Kind unterwegs ist.»

Wohl jede Familie wünscht sich, dass sie zusammenbleibt, am besten bis ans Ende aller Tage. Gelingt das nicht, fühlt sich das an wie ein Scheitern. Ein Happy End trotz Trennung scheint erst einmal undenkbar. Wer an diesem Punkt ist, sollte sich einen Ratschlag des Kinderarztes Remo Largo zu Herzen nehmen, der im Buch «Glückliche Scheidungskinder» niedergeschrieben ist. Seine Co-Autorin Monika Czernin hat sich soeben getrennt und sorgt sich, was nun aus ihrer Tochter wird. Largo, selbst seit vielen Jahren geschieden, sagt: «Wenn ihr als Eltern die Bedürfnisse eurer Tochter weiterhin ausreichend abdeckt und es euch selbst nach der Trennung gut geht, wird nichts passieren.» <<<

** Namen geändert*

«Wenn Eltern die Bedürfnisse ihrer Kinder ausreichend abdecken und es ihnen selbst nach der Trennung gut geht, wird nichts passieren», sagt Kinderarzt Remo Largo.



Andres Eberhard

wuchs selbst als Kind geschiedener Eltern auf. Das hielt ihn nicht davon ab, selber zu heiraten und eine Familie zu gründen. Er lebt mit seiner Frau und seinem einjährigen Sohn in Zürich.

