

# Rückschau von Erwachsenen auf die Trennung ihrer Eltern

Belastungserleben, Bewältigungsverhalten  
und Unterstützungsansätze

Eine empirische Untersuchung auf der Basis  
von Gesprächen und einer internet-  
gestützten Fragebogen-Erhebung

Dissertation  
zur Erlangung der Würde des Doktors der Philosophie  
der Universität Hamburg  
vorgelegt von  
Carsten Unger  
Hamburg, 2010

1. Referent : Prof. Dr. Inghard Langer

2. Referent: Prof. Dr. Hugo Schmale

Tag der mündlichen Prüfung : 09.03.2010

## Inhaltsverzeichnis

<b>Abstract</b> .....	<b>6</b>
<b>1. Einleitung</b> .....	<b>7</b>
1.1 Persönlicher Bezug .....	7
1.2 Zielsetzung und Adressaten dieser Arbeit.....	8
<b>2. Forschungsstand</b> .....	<b>9</b>
2.1 Einführung .....	9
2.2 Allgemeine kindliche Trennungsreaktionen .....	14
2.2.1 Vorwiegend akute oder mittelfristige Auswirkungen.....	14
2.2.2 Längerfristige Entwicklungen beim Trennungskind .....	20
2.3 Altersspezifische Trennungsreaktionen.....	24
2.3.1 0 bis 2 Jahre .....	25
2.3.2 Vorschulalter.....	26
2.3.3 6 bis 12 Jahre .....	29
2.3.4 Jugendliche 13 bis 18 Jahre .....	31
2.3.5 Junge Erwachsene.....	33
2.3.6 Tabellarische Übersicht.....	33
2.4 Moderatorvariablen.....	35
<b>3. Forschungsperspektive und methodischer Ansatz</b> .....	<b>44</b>
3.1 Methodische Vorüberlegungen .....	44
3.2 Vorliegende Studien ähnlicher methodischer Ausrichtung .....	49
3.3 Fazit und eigenes Forschungsdesign.....	56
<b>4. Ablauf der Studie, Stichprobenwahl, Soziografie</b> .....	<b>57</b>
4.1 Persönliche Gespräche .....	57
4.2 Internetfragebogen .....	59
4.3 Soziografie .....	61
4.3.1 Persönliche Gespräche .....	61
4.3.2 Fragebogen .....	62
<b>5. Datenauswertung</b> .....	<b>64</b>
5.1 Datenebene 1: Persönliche Gespräche.....	64
5.1.1 Transkription .....	64
5.1.2 Verdichtungsprotokolle .....	64
5.1.3 Verallgemeinernde Aussagen auf Basis der Einzelgespräche ...	66
5.1.4 Validierung .....	68
5.2 Datenebene 2: Fragebögen .....	69
5.3 Das Panorama als Gesamtschau beider Ergebnisebenen.....	69
5.4 Übergeordnete Aussagen und Strukturen.....	71
<b>6. Auswertung der persönlichen Gespräche: Beispiele</b> .....	<b>71</b>

6.1	Manuela .....	72
6.1.1	Verdichtungsprotokoll .....	72
6.1.2	Manuela: Verallgemeinernde Aussagen .....	101
6.2	Martin .....	113
6.2.1	Verdichtungsprotokoll .....	113
6.2.2	Martin: Verallgemeinernde Aussagen.....	145
6.3	Hella .....	154
6.3.1	Verdichtungsprotokoll .....	154
6.3.2	Hella: Verallgemeinernde Aussagen .....	182
6.4	Weitere Gesprächsteilnehmer.....	193
<b>7.</b>	<b>Fragebogen: Beispiele .....</b>	<b>193</b>
7.1	Kurzversion (k15) .....	193
7.2	Langversion (l18) .....	201
7.2	Langversion (l22) .....	212
<b>8.</b>	<b>Panorama der Lebenswirklichkeiten.....</b>	<b>224</b>
8.0	Ergebnisübersicht.....	224
8.1	Das Erleben vor der elterlichen Trennung.....	233
8.1.1	Allgemeines Lebensgefühl .....	234
8.1.2	Beziehung zu den Eltern .....	236
8.1.3	Das Erleben der elterlichen Paarbeziehung .....	240
8.2	Das Erleben im zeitlichen Umfeld der elterlichen Trennung.....	245
8.2.1	Erste Hinweise.....	245
8.2.2	Erste Reaktionen.....	247
8.2.3	Wo soll das Kind leben? .....	253
8.2.4	Vollziehen äußerer Veränderungen.....	256
8.2.5	Veränderung der emotionalen Beziehungen .....	259
8.2.6	Elternkonflikte im zeitlichen Umfeld der Trennung .....	261
8.3	Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung .....	263
8.3.1	Plötzlich ist vieles anders .....	263
8.3.2	Belastungsreaktionen des Kindes .....	272
8.3.3	Das Kind im Konfliktfeld der Eltern .....	282
8.3.4	Neue Partner des leiblichen Elternteils; Patchworkfamilie.....	309
8.3.5	Kontakt zum nicht hauptbetreuenden Elternteil.....	320
8.3.6	Weitere Aspekte der kindlichen Lebenswirklichkeit.....	347
8.3.7	Spezielle Entwicklungen in Pubertät und Adoleszenz .....	374
8.4	Der erwachsene Blick zurück auf die Ereignisse .....	384
8.4.1	Das elterliche Verhalten: Unterstützung und Belastung.....	384
8.4.2	Bewertung des elterlichen Verhaltens in der Rückschau .....	410
8.4.3	Erklärungsmodelle für das damalige elterliche Verhalten .....	416
8.4.4	Mögliche Unterstützungsmaßnahmen für Kind und Eltern .....	424
8.5	Die Eltern im Erwachsenenalter des Kindes.....	431
8.5.1	Beziehungsentwicklung zur Mutter bis heute.....	431

8.5.2 Beziehungsentwicklung zum Vater bis heute.....	441
8.5.3 Gespräche mit den Eltern über früher .....	455
8.6 Biografische Spuren elterlicher Trennung im Erwachsenenleben .	464
8.6.1 Belastende oder beeinträchtigende Auswirkungen .....	464
8.6.2 Freund- und Partnerschaften.....	470
8.6.3 Wachstumsfördernde Auswirkungen .....	485
8.6.4 Psychische Probleme, Therapie .....	490
8.7 Allgemeine Aussagen und Empfehlungen .....	495
8.7.1 Verhalten und Haltungen der Eltern.....	495
8.7.2 Leitlinien LMP, Sorgerecht, Umgang.....	505
8.7.3 Sonstige Empfehlungen und Gedanken .....	510
<b>9. Rückmeldungen und Anregungen der Teilnehmer .....</b>	<b>514</b>
9.1 Das Erleben des Probanden in den persönlichen Gesprächen....	514
9.2 Das Erleben des Probanden in der Fragebogenbearbeitung.....	517
9.3 Methodisches Feedback .....	522
9.4 Fazit: Rückmeldung der Teilnehmer .....	524
<b>10. Diskussion der Ergebnisse .....</b>	<b>526</b>
10.1 Aussagewert und Verallgemeinerbarkeit .....	526
10.2 Diskussion vor dem Hintergrund des Forschungsstands .....	531
10.3 Diskussion vor dem Hintergrund des eigenen Erkenntnisinteresses/Anwendbarkeit .....	533
10.4 Fazit und Ausblick.....	536
<b>11. Persönliche Rückschau .....</b>	<b>539</b>
<b>12. Tabellen- und Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>541</b>
<b>13. Literaturverzeichnis .....</b>	<b>542</b>
<b>14. Anhang .....</b>	<b>547</b>
Anhang A: Daten-CD (Verdichtungsprotokolle und abgeleitete Aussagen von weiteren 11 Gesprächen) .....	547
Anhang B: Website zum Herunterladen des Fragebogens.....	548
Anhang C: Beispielansicht Fragebogen .....	550
Anhang D: Artikel „Stormarner Tageblatt“ auf der Basis eines Interviews .....	551

## Abstract

The study investigates the effects of parental separation on children and on their further development into adult age. The approach used involves a retrospect view on the biography of mostly young adults since the separation of the parents.

The study consists methodologically of two modules: For module 1, qualitative data was gathered from fourteen participants (three of them male) using the method of personal conversations in a research context (Langer, 2000). The conversations were transcribed, condensed with regard to content and summarised into statements. These statements and the subsequent deductions were presented to the participants for their validation and authorisation. For module 2, sociographic as well as qualitative data (accounts of personal experience and self-explorative disclosures) with respect to the parental separation and to the participant's corresponding experiencing of this into present time was gathered in the context of an internet-based questionnaire survey from fifty-two participants (8 of them male). In both methodological approaches the subjects are regarded by the researcher as competent partners who are in possession of expert knowledge that needs to be brought into the scientific discourse in an appropriate manner.

The data from the two modules were allocated to categories of experience and were presented in a "panorama of the realities of life". Amongst others, the following aspects were recorded:

- The child's stress reactions
- The child within the parental conflict
- Handling of and problems with parent's new partners; patchwork family
- Arranging contact to the parent who is less present
- Supportive and straining parental behaviour
- Possible supportive measures for parents and child
- Development of the relationship to the parents in adulthood
- Biographical traces of the parental separation in adulthood
- General statements and suggestions from adults having experienced parental separation during childhood.

The results support the hitherto findings of the primarily quantitative separation research, although at the same time supplementing these in a complementary way with aspects of personal experience. The individual work with children in a parental separation situation as well as parental counselling are hereby enriched due to the possibility of illustrating the panorama of the possible inner worlds that a child of separated parents can experience, in all its various forms and individuality, and subsequently allowing, on that basis, for a more detailed understanding of the individual child in its respective family context.

# 1. Einleitung

## 1.1 Persönlicher Bezug

Ich bin seit 24 Jahren freiberuflicher Diplom-Psychologe und seitdem als psychologischer Sachverständiger für Familiengerichte in Norddeutschland tätig. Dabei geht es meistens um den Streit von Eltern über das Sorgerecht, den Lebensmittelpunkt oder die Umgangsregelung für ihr Kind. Die Kinder sind oft auf belastende Weise in das Konfliktfeld ihrer Eltern einbezogen, manchmal sogar über viele Jahre.

Im Lauf meiner Berufspraxis haben sich für mich zwei Erfahrungen wiederholt. Zum einen ist es den betroffenen Kindern in der aktuellen Belastungssituation oft nur sehr schwer oder gar nicht möglich, sich über die eigenen Gedanken, Gefühle und Sorgen zu äußern. Häufig sind sie wie gelähmt im Loyalitätskonflikt zwischen den Eltern. Zum anderen suchen sich diese Kinder dann Wege oder auch Bewältigungsstrategien, in einem solchen schwierigen Lebensumfeld überhaupt noch „psychisch zu überleben“. Dies kann z. B. bedeuten, dass sie sich ganz auf die Seiten eines Elternteils stellen und den Kontakt zu dem anderen vollständig verweigern. Andererseits gibt es auch Kinder, die versuchen, es beiden Eltern möglichst recht zu machen. Jedes Kind sucht sich diesbezüglich seine ganz individuelle Lösung.

Einige der früher in der Gutachtenpraxis untersuchten Kinder meldeten sich Jahre später bei mir als Erwachsene und berichteten nun aus der Rückschau, wie sie die früheren Auseinandersetzungen der Eltern oder die damalige Begutachtung, die gerichtlichen Auseinandersetzungen erlebt haben und wie sie als Kind in den folgenden Jahren damit umgegangen sind. Dabei wurde auch deutlich, dass ein betroffenes Kind kaum ausdrücken kann, was es besonders belastet (z. B. bestimmte elterliche Verhaltensweisen) oder was es als unterstützend und hilfreich erfahren würde. Demgegenüber haben die erwachsenen Trennungskinder später sehr detailliert Auskunft darüber geben können, worunter sie besonders gelitten haben bzw. was ihnen damals geholfen hat oder hätte helfen können.

Ich war beeindruckt davon, wie reichhaltig und differenziert dieses rückschauende Erleben der Erwachsenen war und in welchem Ausmaß meine Kollegen und ich daraus für unser alltägliches Bemühen lernen können, auf die innere Welt von Kindern einzugehen, die in aktuellen Trennungssituationen stehen.

Aus diesen sporadischen Rückmeldungen wurde sodann die Idee entwickelt, im Rahmen einer Dissertation in systematischer Weise auf das Erfahrungswissen von erwachsenen Trennungskindern zurück zu greifen.

## 1.2 Zielsetzung und Adressaten dieser Arbeit

Es geht also darum, etwas von der inneren Welt der (früheren) Trennungskinder zu erfahren, indem sie später als Erwachsene Gelegenheit erhalten, auf ihre Erfahrungen zurückzuschauen und diese mitzuteilen. Kinder, die aktuell in die Konflikte ihrer Eltern eingebunden sind, sind diesbezüglich sehr eingeschränkt. Zum einen fehlen ihnen hinsichtlich ihres Entwicklungsalters häufig die Voraussetzungen, sich differenziert zu äußern. Aber viel wichtiger ist, dass sie oft genug überfordert sind, die Belastungen und Loyalitätskonflikte zusätzlich zu der Tatsache zu verarbeiten, dass die Familie auseinander gefallen ist. Jedes Berühren des Themas „familiäre Konflikte“ führt nicht selten zu einer Abwehrreaktion des Kindes, letztlich zu Strategien, sich vor weiteren Verletzungen und existentiellen Verunsicherungen zu schützen.

Andererseits haben Kinder- und Jugendlichentherapeuten sehr häufig mit Trennungskindern zu tun. Wenn diesen Kindern geholfen werden soll, ist es notwendig, sie so tiefgreifend wie möglich in ihrer inneren Welt, ihren Kognitionen und Emotionen, zu verstehen, um sodann auf dieser Basis stützende Interventionen zu entwickeln. Auch die Kollegen in meinem Berufsfeld der familiengerichtlichen Sachverständigentätigkeit sind darauf angewiesen, ihre Empfehlungen für gerichtliche Entscheidungen oder einvernehmliche Lösungsansätze an dem Kindeswohl auszurichten. Dies ist aber ausschließlich durch eine differenzierte Sicht auf das kindliche Erleben möglich.

Aus diesem Spannungsfeld zwischen Verstehen- und Helfenwollen einerseits und einer nicht selten sehr eingeschränkten Mitteilungsfähigkeit des Kindes andererseits ergibt sich der Ansatz dieser Studie, das Erfahrungswissen von „Fachleuten“ im besten Sinne, nämlich ehemals betroffenen Kindern, zugänglich zu machen und in die praktische Arbeit mit Trennungskindern einfließen zu lassen.

Damit sind schon wichtige Adressaten dieser Arbeit genannt, nämlich therapeutisch oder diagnostisch mit Trennungskindern arbeitende Menschen aus psychosozialen Berufen. Hier liegt in Bezug auf die Ergebnisse dieser Studie deutlich die Erwartung einer praktischen Anwendbarkeit vor. Dies führt auch zu der Forderung, die wichtigsten Ergebnisse so aufzubereiten, dass sie in übersichtlicher Form rezipiert und als *Möglichkeiten* kindlicher Erlebniswelten oder Bewältigungsanstrengungen im professionellen Alltag handlungsleitend werden können.

Folgende Fragen stehen dabei zunächst im Zentrum meines Erkenntnisinteresses:

- Wie schauen junge Erwachsene auf die Trennung ihrer Eltern und auf deren Konflikte zurück?
- Welche Bedingungen der Nachtrennungszeit oder welche Verhaltensweisen der Eltern (oder anderer Beteiligter) haben in besonderer Weise das Kind belastet oder ihm geholfen?



- Welchen Weg der Bewältigung hat das Kind damals in den Folgejahren entwickelt?
- Was hätte sich das Kind damals von den Eltern gewünscht? Was hätten diese anders und für das Kind erleichternder machen können?
- Welche Auswirkungen der elterlichen Trennung werden von den Betroffenen im weiteren Lebenslauf und in Bezug auf den Fortgang der Beziehung zu den Eltern gesehen?
- Welche Folgerungen sind vor diesem Hintergrund in der konkreten diagnostischen und therapeutischen Arbeit mit Trennungskindern möglich?

Aber auch andere Personen werden möglicherweise von dieser Arbeit und ihren Ergebnissen profitieren und einen gewissen Anwendungswert darin erkennen. Nämlich all jene, die aus unterschiedlicher Motivationslage heraus – also ggf. auch als persönlich Betroffene – an dem Erleben von Trennungskindern, ihren Belastungen, Bewältigungsversuchen, aber auch Wachstumsprozessen interessiert sind. Hier kann die Studie einen Zugang zu den entsprechenden Lebenswirklichkeiten in einem breiten Spektrum ermöglichen. Es erschließt sich gleichsam ein „Garten des Menschlichen“, ein Reichtum von Erfahrungsmöglichkeiten, in denen man sich selbst wieder finden kann, aber vielleicht auch ein konkretes Kind auf seinem ganz eigenen Weg durch das elterliche Trennungsgeschehen etwas besser begleiten kann.

## 2. Forschungsstand

### 2.1 Einführung

Mit dem demografischen Wandel in den westlichen Gesellschaften im Verlauf der letzten Jahrzehnte wurde seit dem 2. Weltkrieg ein kontinuierliches Anwachsen der Scheidungsraten und eine Zunahme nicht ehelicher Lebensgemeinschaften mit Kindern deutlich, wobei letztere noch etwas häufiger als Ehen partnerschaftlichen Trennungen unterworfen waren. Hierdurch wuchs die Anzahl von Kindern kontinuierlich an, deren leibliche Eltern nicht mehr in einer Partnerschaft leben. Nach Auswertung des statistischen Bundesamtes (Statistisches Jahrbuch 2007) „muss aus heutiger Sicht damit gerechnet werden, dass in Deutschland mehr als ein Drittel aller Ehen früher oder später geschieden wird.“ 49,3 % dieser Scheidungsfälle betrifft Kinder unter 18 Jahren – im Mittelwert zwischen 1990 und 2006 sogar 51,2 %, entsprechend 143.437 minderjährige Kindern jährlich. Dabei sind die Trennungen nicht-ehelicher Lebensgemeinschaften und die dadurch betroffenen Kinder nicht erfasst.

An diesen Zahlen wird deutlich, warum die Trennungsforschung über Jahrzehnte in umfangreichem Ausmaß durch öffentliche Gelder unterstützt wurde. Ein bislang als gesellschaftliche Ausnahme bekanntes Ereignis, nämlich die Trennung von Eltern, wurde quasi zu einem Massenphänomen. Es musste erforscht werden, wie Kinder auf die Trennung ihrer Eltern reagieren und welche Rahmenbedingungen für eine eher konstruktive oder aber belastende Trennungsverarbeitung maßgeblich sind. Erst nach Vorliegen solcher Ergebnisse war eine sinnvolle Planung von Unterstützungs- und Beratungsmaßnahmen möglich, für die sich ein enormer Bedarf sowohl auf Seiten der Kinder wie auch der beteiligten Erwachsenen entwickelte.

Die inzwischen vorliegende große Anzahl von Forschungsergebnissen ist kaum noch überschaubar. Einen ausgezeichneten Überblick geben etwa Strobach (2008), Martin (2007) oder Kostka (2004). Dabei wird in der Regel entweder eine chronologische Betrachtung der Trennungsfolgen bezogen auf den Zeitpunkt der Trennung durchgeführt (daraus resultieren so genannte Phasenmodelle der Trennungsbewältigung), oder aber in Bezug auf das Alter der betroffenen Kinder (daraus resultiert die Erkenntnis, dass jeweils altersphasenspezifische Trennungsreaktionen auftreten können). Auch ist eine Einteilung der Trennungsfolgen entsprechend bestimmter kindlicher Lebensumfelder oder Entwicklungsaufgaben möglich (Schulleistungen; Peergroup-Integration; spätere eigene Partnerschaften usw.).

Mitunter gerät in dem Bemühen, die Reaktionen der Kinder zu erfassen, in den Hintergrund, dass auch den Eltern nach einer partnerschaftlichen Trennung erhebliche Anpassungsleistungen abverlangt werden – in wie weit dies gelingt, ist im Einzelfall als bedeutsamer Hintergrund für die Entstehung kindlicher Auffälligkeiten anzusehen, da durch das Ausmaß des Gelingens der elterlichen Copingstrategien für das Kind entweder zusätzliche Resilienz – oder aber auch Risikofaktoren entstehen können. Wallerstein & Blakeslee (1992) benennen diese Entwicklungsaufgaben der Erwachsenen zusammenfassend wie folgt:

- Die Ehe beenden und tragfähige Regelungen für die Zukunft entwickeln (Kinderbetreuung, ökonomische Aspekte).
- Um den Verlust trauern. („Eine Ehe, um die nicht getrauert wurde, ist psychisch nicht beendet.“)
- Sich selbst wieder finden (Kontakt zu sich selbst als Individuum entwickeln und Aufbau einer neuen Identität).
- Emotionen beherrschen lernen (Die Aufgabe besteht darin, das Trauma der Scheidung im eigenen Interesse zu überwinden).
- Sich wieder hinaus wagen (Aufbau neuer Beziehungen, neuer Rollen und Erlangung von neuer Selbstsicherheit).
- Wiederaufbau (Etablierung einer neuen tragfähigen Lebenssituation, ggf. einer neuen Partnerschaft).

- Den Kindern helfen (Die Trennung der Eltern und die damit einhergehenden Gefühle zu bewältigen) (S. 327 ff.)

Dettenborn & Walter (2002) konstruieren ebenfalls für die Trennungsfolgen auf Seiten der Eltern ein Phasenmodell, in welchem die jeweiligen Entwicklungsaufgaben dargestellt werden. Dieser Aspekt des Belastungserlebens der an einer partnerschaftlichen Trennung beteiligten Erwachsenen soll hier nicht weiter verfolgt werden. Er muss jedoch als bedeutsamer Hintergrund für die jeweils individuelle Wirklichkeit eines Trennungskindes erwähnt werden. Im Folgenden sollen mögliche Folgen der elterlichen Trennung für das Kind im Zentrum der Betrachtung stehen.

Zunächst soll ein Überblick über die Ergebnisse der schon oben genannten Basisstudie von Wallerstein et al. (hier in Anlehnung an Wallerstein & Blakeeselee, 1992) gegeben werden. Danach ergeben sich folgende Entwicklungsaufgaben für ein Kind infolge einer elterlichen Trennung (S. 339 ff):

- a) Die Scheidung verstehen: Entwicklung einer realistischen Vorstellung davon, welche Bedeutung die elterliche Trennung und welche konkreten Folgen sie hat, insbesondere Unterscheidung von angstbesetzten Fantasien und Realitätsaspekten.
- b) Strategischer Rückzug: Wallerstein und ihre Kollegin bringen zum Ausdruck, dass Kinder nach einer elterlichen Trennung mit häufig verstörenden Sorgen und Ängsten beschäftigt und dadurch in ihrem Alltagsleben behindert werden. Zwar sollten die Kinder ihr diesbezügliches Erleben offen zeigen, aber auch den Raum erhalten, Kind bleiben zu können und sich weiterhin ihren „eigenen Interessen, Hobbys, Problemen und Beziehungen mit Gleichaltrigen“ widmen zu können (S. 341).
- c) Den Verlust bewältigen: Hierbei geht es insbesondere um den Verlust der „früheren Welt“, aber auch um die zukünftig konkrete alltägliche Abwesenheit eines Elternteils.
- d) Mit Zorn umgehen: Das Kind erlebt, dass anders als bei Unfall oder Tod die Trennung durch menschliche Entscheidungen ausgelöst wurde, hierdurch ergibt sich im kindlichen Erleben die Schuldfrage. Einerseits empfinden die Kinder Wut auf einen oder beide Elternteile, erleben diese andererseits jedoch selbst als bedürftig.
- e) Schuldgefühle überwinden: Insbesondere kleinere Kinder fühlen sich für die elterliche Trennung in irgendeiner Weise mit verantwortlich. Kinder können den Eindruck gewinnen, das im Rahmen des magischen Denkens auftretende Thema, einen der Elternteile zu verdrängen, habe sich auf furchtbare Weise erfüllt. Andererseits kann durch die Geburt eines Kindes tatsächlich eine Partnerschaft in eine krisenhafte Entwicklung kommen – ein Kind kann dies spüren und sich so als Auslöser der Trennungsentwicklung fühlen.
- f) Die Endgültigkeit der Scheidung akzeptieren: Das Bedürfnis des Kindes, die elterliche Trennung zunächst zu ignorieren oder für vor-

übergehend zu halten, kann in jahrelange Versöhnungsfantasien münden, durch welche die Trennungsbewältigung deutlich beeinträchtigt wird.

- g) Das Risiko der Liebe eingehen: Die Forscherinnen führen aus, dass Trennungskinder im Jugend- und Erwachsenenalter häufig Misstrauen gegenüber der Beständigkeit eigener Partnerschaften entwickeln, und zwar vor dem Hintergrund ihrer eigenen kindlichen Erfahrungen.

Walper (2005) weist darauf hin, dass die Entwicklungsverläufe von Kindern und Jugendlichen nach elterlicher Trennung eine „beträchtliche Heterogenität“ aufweisen. Dieses biografische Ereignis könne sowohl als Risiko wie auch als Chance für einen Entwicklungsverlauf wirksam sein. Häufig werde in den Studien ein Nachtrennungstress bei Kindern gefunden, der sich allerdings im Verlauf weniger Jahre weitgehend verliere. Im Langzeiteffekt hätten verschiedene Studien keine signifikanten Belastungsunterschiede zwischen Kindern aus getrennten bzw. ungetrennten Elternbeziehungen gefunden. Allerdings werde für die späteren Jugendlichen das Risiko für Auffälligkeiten größer, wenn zusätzlich zur elterlichen Trennung weitere familiäre Anforderungen wie etwa im Rahmen einer Stiefelternfamilie zu bewältigen seien. Ebenfalls weist die Autorin darauf hin, dass der Fokus sich in den Untersuchungen zunehmend auch auf die Belastungen verschiebe, die das Kind im familiären Beziehungssystem schon vor der elterlichen Trennung, etwa durch anhaltende Konfliktspannung, erfahre. Insofern wird die elterliche Trennung als ein länger währender Prozess verstanden, dem das Kind ausgesetzt ist, so dass die Stressoren vor, während und nach der elterlichen Trennung auftreten können. Ein entwicklungsfördernder Effekt der elterlichen Trennung wird nach Walper dann gefunden, wenn Kinder durch dieses Ereignis von gravierenden Streitigkeiten zwischen den Eltern noch zur Zeit der „intakten Familie“ entlastet werden. So habe sich gezeigt, dass in diesem Fall eher Vorteile für die spätere Entwicklung der Heranwachsenden aufgezeigt werden konnten, „während die Trennung einer unauffälligen, wenig konflikthafter Ehe, für die Kinder nachhaltige Belastungen ihrer Befindlichkeit und Beziehungsentwicklung mit sich zu bringen scheint.“

Auch Schmidt-Denter (1997) verweist auf die „Inkonsistenz der Befunde“, die allerdings kaum überrasche „wenn man bedenkt, dass die familiäre Trennung keiner naturgesetzlichen Zwangsläufigkeit unterliegt, sondern dass sie einen vielschichtigen Prozess darstellt, der von Menschen in unterschiedlicher Weise gestaltet wird.“ In der Kölner Längsschnittstudie (Schmidt-Denter & Beelmann, 1997) sei an 60 Trennungsfamilien eine Untersuchung sowohl der Eltern wie auch mindestens eines Kindes zu drei Erhebungszeitpunkten, nämlich kurz nach der Trennung sowie 15 bzw. 30 Monate danach, durchgeführt worden. Dabei sei die Symptombelastung der Kinder mit der Marburger Verhaltensliste auf den Dimensionen emotionale Labilität, Kontaktangst, unrealistisches Selbstkonzept, unangepasstes Sozialverhalten und instabiles Leistungsverhalten geprüft worden. Die Ergebnisse aus früheren Studien seien bestätigt worden. So sei

kurz nach der Trennung bei den Kindern im Vergleich zur Stichprobe aus vollständigen Familien eine erhebliche höhere Belastung gefunden worden (54 % der untersuchten Kinder sei kurz nach der elterlichen Trennung verhaltensauffällig gewesen), dies habe sich jedoch zum zweiten und dritten Messzeitpunkt (nur noch 40 % bzw. 30 % verhaltensauffällige Kinder) relativiert, und zwar über alle Dimensionen. „Die Entwicklung von einer De- zur Re-Stabilisierung scheint somit generell betrachtet nachgewiesen zu sein.“

Schmidt-Denter (1997) unterscheidet drei Verlaufstypen hinsichtlich kindlicher Belastungen nach elterlicher Trennung. Bei dem Typ 1 oder den hoch belasteten Kindern sei das Ausmaß der Verhaltensauffälligkeiten während des gesamten Untersuchungszeitraumes über 30 Monate unverändert hoch gewesen, dies habe für besorgniserregende 48 % der untersuchten Kinder gegolten. Typ 2 werden als Belastungsbewältiger bezeichnet, bei denen sich die anfänglich hohen Belastungswerte rasch verringert hätten und sich zum dritten Erhebungszeitpunkt im Normalbereich bewegt hätten (34 % der betroffenen Kinder). Typ 3 oder die gering Belasteten hätten zu keinem Zeitpunkt signifikante Verhaltensauffälligkeiten gezeigt (18 %).

In einer groß angelegten, vom Bundesjustizministerium geförderten Begleitforschung zu den Auswirkungen der Kindschaftsrechtsreform von 1998 hat Proksch (2003) über 7.000 Eltern und deren Kinder zehn bzw. 18 Monate nach rechtskräftiger Scheidung mit standardisierten Fragebögen und ergänzend mit persönlichen Interviews „anhand eines strukturierten Interviewleitfadens“ befragt. Darüber hinaus wurden Familienrichter, Rechtsanwältinnen und Mitarbeiter von 301 Jugendämtern einbezogen. In der Ergebnisübersicht (Kindprax 1/2003, S. 3 – 11) kommt insofern auch das Erleben der Kinder zum Ausdruck. Dabei referiert Proksch folgende Ergebnisse:

Die jugendlichen oder erwachsenen Trennungskinder würden es in der Rückschau auf ihre Erfahrungen positiv bewerten, dass auf ihre Meinung mehr Wert als in dem früheren Rechtssystem gelegt worden sei. Die Kinder hätten berichtet, die endgültige Trennung der Eltern sei häufig keine Überraschung mehr für sie gewesen und habe auch Entlastungsaspekte mit sich gebracht. Eine besondere Belastung entstehe, wenn die Kinder sich als Objekt des elterlichen Streites insbesondere im Hinblick auf den zukünftigen Lebensmittelpunkt oder die Umgangsregelung erleben würden. Elterliche Konflikte würden insbesondere deshalb als Belastung erlebt, weil die Kinder nicht erkennen könnten, „ob und ggf. was das mit ihnen zu tun hat und weil sie sich dem Streit hilflos ausgeliefert sehen“ (S. 5). Insbesondere das Hineingezogenwerden in den elterlichen Streit, der Anspruch eines Elternteils, dass das Kind Partei ergreifen solle, stelle einen besonderen Risikofaktor dar. In Bezug auf die elterliche Trennung bleibe die Sorge der Kinder, ihre gewohnte Umgebung, ihre Freunde oder die jeweilige Schule verlieren bzw. wechseln zu müssen, dass die Familie nicht mehr genug Geld habe, der Streit der Eltern nicht aufhöre und sie darin einbezogen würden. Die Situation nach der elterlichen Trennung

werde von Kindern am ehesten als zufrieden stellend bewertet, wenn sie ihre gewohnte Umgebung und ihren gewohnten Alltag erhalten können sowie der elterliche Streit beendet ist. „Wenn sie dann erleben, dass die Eltern wieder miteinander ‚normal‘ reden oder ‚normal‘ miteinander umgehen, ist das noch einmal mehr entlastend“ (S. 6). Ein wichtiges Indiz für eine solche von den Kindern als positiv bewertete Entwicklung sei deren Erleben, wenn die Eltern sich wieder gemeinsam Gedanken über das Wohlergehen der Kinder machen und sich diesbezüglich austauschen und miteinander kooperieren.

Hinsichtlich der Umgangsregelung berichtet Proksch (a. a. O.), bis 12 Jahre sei es für die Kinder entlastend, wenn die Eltern untereinander die Umgangsregelungen und Modalitäten aushandeln, falls dem Kind in Ausnahmefällen (z. B. wenn es zu einem Kindergeburtstag oder einer anderen wichtigen Veranstaltung an einem Umgangstag eingeladen ist) Abänderungsmöglichkeiten eingeräumt werden. Hingegen sei es für Jugendliche ab 14 Jahren wichtig, selbst die Rahmenbedingungen gestalten und absprechen zu können. Häufig würden die Kinder darunter leiden, dass die Umgangsregelung zu einem Aspekt des elterlichen Machtkampfes werde und sie darin funktionalisiert würden (etwa durch Befragungen über den anderen Elternteil). Ebenfalls bestätigt Proksch die Ergebnisse weiterer Studien, dass nach elterlicher Trennung die Geschwisterbeziehung häufig als wichtig und emotional tragend, also als eigenständiger Resilienzfaktor zu betrachten sei. Dieses gelte auch für die Peergroup-Beziehungen.

Damit sind schon einige häufig auftretende kindliche Reaktionen angedeutet, die im Folgenden näher ausgeführt werden sollen.

## **2.2 Allgemeine kindliche Trennungsreaktionen**

### **2.2.1 Vorwiegend akute oder mittelfristige Auswirkungen**

Wallerstein, Lewis & Blakeslee (2002) sowie Wallerstein & Lewis (1998) referieren über die Langzeitwirkungen der Elterntrennung auf Kinder. Endlich sei es nun an der Zeit, so die Autoren, dass die Kinder „die durch das System zur Stummheit verurteilt wurden“, nun ihr Urteil verkünden (Wallerstein & Lewis, 1998). Die nun erwachsenen Kinder hätten sich klar und eloquent in der 25-jährigen Langzeitstudie über ihre früheren Erfahrungen geäußert. Die Probanden seien bei der elterlichen Trennung zwischen 2½ und 6 Jahre alt gewesen, zum Zeitpunkt der Nachuntersuchung somit zwischen 27 und 32 Jahre alt. Im Zentrum der Erinnerungen der erwachsenen Trennungskinder habe das Gefühl von Einsamkeit und mangelnder Zuwendung im Rahmen der Neuordnung des Familienlebens gestanden. Viele Kinder hätten einen plötzlichen Rückgang von Versorgung und Schutz, das Verschwinden eines Elternteils aus der Wohnung und die Abwesenheit des anderen für viele Stunden aufgrund der notwendigen

Erwerbstätigkeit als bleibende schmerzhaftige Erinnerung. Wiederholt sei die Erfahrung geäußert worden, niemanden zum Sprechen zu haben und wütend auf die erwachsenen Familienmitglieder gewesen zu sein. Nicht selten sei das Bild der Trauer über eine verlorene Kindheit entworfen worden.

Hinsichtlich der langfristigen Entwicklung der Beziehung zum nicht hauptbetreuenden Elternteil – in der Wallerstein-Studie in aller Regel der Vater – wurde in der Langzeitauswertung deutlich, dass es außerhalb einer intakten Familie sehr schwierig ist, eine Kontinuität zu gewährleisten. Der Kontakt zwischen dem Vater und den Kindern fluktuierte über die verschiedenen Phasen nach der elterlichen Trennung hinweg außerordentlich stark, einschließlich länger währender Kontaktpausen. Zwar waren die erwachsenen Trennungskinder fast in jedem Fall in der Lage, ihre Zuneigung im Hinblick auf den Vater zu äußern, „allerdings verbanden die wenigsten von ihnen ihre Zuneigung mit Respekt für ihre Väter“ (Wallerstein & Lewis, 1998). Der Respekt wurde den Vätern in der Regel verweigert, wenn sie es nicht geschafft hatten, ihren Kindern die Treue zu halten oder wenn sie als unfähig betrachtet wurden, ihre Beziehungen zu reflektieren.“

Kein Kind in der Studie hatte langfristig und durchgehend die negative Suggestion eines Elternteils in Richtung auf den anderen Elternteil übernommen. Zwar hätten sich jüngere Kinder auf Allianzen eingelassen, keine dieser polarisierten Stellungnahmen hätte jedoch die mittlere Adoleszenz überdauert. „Die meisten Kinder bildeten und revidierten ihr Urteil über die Eltern auf der Grundlage ihrer eigenen Beobachtungen während all der Jahre, in denen sie groß wurden“ (Wallerstein & Lewis, 1998).

Die Autorinnen führen weiter aus, Mütter seien teilweise von den Kindern mit bitteren Gefühlen abgelehnt worden in dem Erleben, die Mutter habe sich einem neuen Mann zugewendet und die Kinder außen vor gelassen. Dabei sei nicht selten ein Bündnis zwischen der Mutter und dem Stiefpartner als gegen die Kinder gerichtet empfunden worden. Töchter wiederum hätten sehr dazu geneigt, sich in eine Unterstützungsrolle für die Mutter zu begeben und Verantwortung für deren emotionales Gleichgewicht zu übernehmen.

Zusammenfassend stellen Wallerstein & Louis (1998) fest, dass die bisherige Perspektive von Erwachsenen auf das Trennungseignis als eine „zeitlich limitierte, umschriebene Krise, die zwar zu Wunden führe, die jedoch langsam heilen würden“, erweitert werden müsste. „Im Gegensatz zu den Erfahrungen der Erwachsenen erreicht das kindliche Leiden seinen Höhepunkt nicht während der akuten Krise, um danach sukzessiv abzunehmen. Im Gegenteil, die Scheidung ist für das Kind eine kumulative Erfahrung. Ihre Auswirkungen nehmen im Laufe der Zeit zu. Auf jeder Stufe der Entwicklung werden die Folgen erneut und auf verschiedene Weise erlebt.“

Kostka (2004) weist darauf hin, dass die Scheidungsforschung Konsens darüber erzielt habe, „dass eine Scheidung nicht ein einzelnes, separates

Ereignis ist, sondern eine Kette von rechtlichen, sozialen, psychologischen, ökonomischen und sexuellen Veränderungen, die miteinander verknüpft sind. Sie ist ein Prozess, dessen Beginn schon vor der eigentlichen Trennung liegt“ (S. 127). So werden auch prospektive Faktoren diskutiert, die noch vor dem eigentlichen Trennungseignis liegen und gleichwohl Aussagen über die Bewältigung der Elterntrennung durch das Kind erlauben sollen. Die Ergebnisse hierzu sind jedoch uneinheitlich. Furstenberg & Cherlin (1993) berichten, dass einige Studien Unterschiede zwischen Kindern aus später geschiedenen und nicht geschiedenen Familien feststellten, andere wiederum nicht. Diskutiert werden in diesem Zusammenhang schon vorhandene Verhaltensauffälligkeiten und schlechtere Schulleistungen, insbesondere bei Jungen, bzw. eine schon vorhandene schlechte Beziehung des Kindes zum Vater. Es kann diesbezüglich festgehalten werden, dass sicherlich einige der Nachtrennungsfolgen durch schon vor der Trennung wirkende Faktoren beeinflusst werden, diese jedoch nicht ausreichend sind, die gesamten zukünftigen Entwicklungen im kindlichen Erleben und den Bewältigungsstrategien zu erklären.

Textor (2006) verweist in seinem Beitrag darauf, dass Kinder durch die Trennung ihrer Eltern in eine „verwirrende und verunsichernde Situation“ kommen, die eine schockähnliche Qualität haben kann. In ihrer Fantasie würden die Kinder ein negatives Bild von der Zukunft zeichnen und große Ängste entwickeln, etwa nicht mehr geliebt zu werden, die eigenen Bedürfnisse nicht befriedigt zu bekommen oder auch noch den hauptbetreuenden Elternteil zu verlieren. Textor nennt als häufig vorkommende Gefühle Trauer wie auch Wut und Zorn, sowohl gegenüber dem hauptbetreuenden Elternteil (hat den anderen vertrieben) als auch gegenüber dem nicht hauptbetreuenden Eltern (hat die Familie verlassen). Insbesondere bei Jungen kann es zu ausagierenden, impulsiven Verhaltensauffälligkeiten kommen, die Wut könne sich jedoch auch indirekt durch Albträume, Ticks, Zwänge oder Depressionen ausdrücken. Textor erwähnt ebenfalls Schuldgefühle, die nicht selten bei Kindern als Reaktion auf die Elterntrennung auftreten. Häufig sei bei Trennungskindern ein niedriges Selbstwertgefühl festzustellen, da sie das Auseinanderfallen der Familie und das Verlassenwerden durch einen Elternteil mit ihrer eigenen Wertlosigkeit erklären. Selbstwertzweifel können aber auch konkret durch das Gefühl einer Stigmatisierung im sozialen Umfeld oder durch einen konkreten ökonomischen Abstieg in Folge der Elterntrennung ausgelöst werden. Ein negatives Selbstbild werde auch dadurch gefördert, dass die Kinder nicht selten einen Elternteil nach der Trennung ablehnen oder aber dass sie den Ansprüchen des hauptbetreuenden Elternteils als „Ersatzpartner, Vertrauter oder parentifizierte Kinder“ nicht genügen können. Schließlich verweist Textor darauf, dass viele Kinder lange Zeit eine Hoffnung auf Versöhnung der Eltern hegen. Andere Kinder hingegen erleben die Trennung als Entlastung, weil sie zuvor in einer konfliktbeladenen, mitunter auch gewalttätigen Atmosphäre hätten leben müssen. Genauso breit sei auch das Verhaltensspektrum bei Trennungskindern. Es könne von einer Überangepasstheit und dem Bemühen, eine pseudoer-



wachsene Rolle auszufüllen, bis hin zu deutlichen Verhaltensauffälligkeiten gehen. Hier gebe es geschlechtsspezifische Häufungen: Bei Jungen überwiege das aggressiv ausagierende, bei Mädchen eher das Syndrom der Überanpassung.

Dettenborn & Walter (2002) weisen in ihrem Ergebnisüberblick darauf hin, dass es außerordentlich schwer sei, bestimmte Belastungssymptome eines Kindes auf einzelne Ereignisse, wie etwa die räumliche Trennung der Eltern, zurückzuführen. So können bestimmte Auffälligkeiten schon vor der elterlichen Trennung aufgrund der elterlichen Konfliktlage entstanden sein, insofern sei nicht ausgeschlossen, dass ein Kind nach der Trennung eine deutliche Entlastung spüre. „Die Loslösung aus destruktiver Familienbeziehung kann dem Kind durchaus einen Ausweg aus einem Muster von Stress zeigen, ihm die Möglichkeit zu persönlichem Wachstum bieten und es vor weiteren Loyalitätskonflikten schützen. Auch die Eltern können ihr Verhalten gegenüber dem Kind wieder stabilisieren“ (S. 152). Die Autoren benennen ein Hauptergebnis der Trennungsforschung, nämlich dass bei etwa der Hälfte der Kinder unmittelbar nach der Trennung Symptombelastungen auftreten, die bei den meisten von ihnen nach ca. zwei Jahren abgeklungen seien. Bei etwa einem Drittel der Symptomträger „zeigen sich allerdings langfristig erhöhte Risiken einer psychischen Erkrankung, delinquenten Verhaltens, vor allem aber eigener partnerschaftlicher Probleme“ (ebd.). Einige Forschungsergebnisse würden auf eine „intergenerative Transmission des Scheidungsrisikos“ hinweisen – damit ist gemeint, dass Kinder aus Trennungsfamilien ihrerseits als Erwachsene höhere Scheidungsraten aufweisen. Besonders habe sich dies bei Männern gezeigt.

Spangler (2003) beleuchtet die Situation von Kindern aus Trennungsfamilien aus der Perspektive der Bindungsforschung. Er weist darauf hin, dass zuvor sichere oder unsicher-vermeidene bzw. unsicher-ambivalente Bindungsstrategien durch die Elterntrennung desorganisiert werden können. Ebenfalls wird die Meinung anderer Autoren bekräftigt, dass die Elterntrennung kein punktuell kritisches Ereignis, sondern einen mehr oder weniger langen Veränderungsprozess in dem kindlichen Erleben mit sukzessiven Anpassungsleistungen darstelle, die sich in unterschiedliche Phasen aufteilen ließen. Die im Verlauf der ersten Stressphase im Vordergrund stehende Desorganisation treffe die Erwachsenen wie auch die Kinder gleichermaßen. Neben sozioökonomischen Einschränkungen durch Aufteilung des verfügbaren Einkommens auf zwei Haushalte komme es zu starken Veränderungen im Familiensystem selbst. Rollen müssten neu definiert werden, es komme zu Veränderungen in den Interaktionsprozessen und gegebenenfalls in den Geschwisterbeziehungen. Das Kind könne mit negativen emotionalen Reaktionen wie Angst, Depressionen und Ärger und einer eingeschränkten Fähigkeit zur emotionalen Regulation reagieren, die sich letztlich in mangelnder Selbstkontrolle äußere. Es komme sodann zu vermehrtem Auftreten von Aggressionen, stark forderndem Verhalten oder verminderter Kooperationswilligkeit. Typisch sei Leistungsbeeinträchtigung im schulischen Bereich. Während der

Pubertät könne es zu einem Rückzug aus der Familie und einer verstärkten Orientierung an Gleichaltrigen kommen, insgesamt gäbe es ein erhöhtes Risiko für klinische Auffälligkeiten. Im Durchschnitt komme es also bei Trennungskindern zu einer verringerten sozialen, emotionalen und kognitiven Anpassung, diesbezüglich gäbe es jedoch deutliche individuelle Unterschiede.

Aus psychoanalytischer Sicht erörtert Figdor (1992) diverse Ergebnisse eigener Untersuchungen, die er in dem Artikel „... und hab nicht mehr gewusst, wer ich eigentlich bin – die psychischen Folgen des Trennungstraumas am Beispiel des Scheidungskindes“ (1997) zusammenfasst. Danach seien typische Belastungssymptome nach elterlicher Trennung Enuresis, Unruhe, Schlaflosigkeit, Fresssucht, disziplinäre Schwierigkeiten in der Familie und Schule sowie dissoziale Probleme wie Diebstähle. Weiterhin würden psychosomatische Symptome wie Magenschmerzen, Kopfschmerzen etc. auftreten, nicht selten gebe es im Zuge von Konzentrations- und Lernschwierigkeiten einen allgemeinen Abfall in den Schulleistungen. Im Gefühlsbereich stehen Angst, Ruhelosigkeit und Trauer, häufig ein deutlicher Anstieg des Aggressionspotenzials im Vordergrund, „das sich in Form von Ärger oder Wut an einem oder beiden Elternteilen oder auch an anderen Kinder entlädt“. Andererseits könne mit verstärkter Abhängigkeit und/oder sozialem und emotionalem Rückzug reagiert werden.

Figdor weist darauf hin, dass Kinder in besonderer Weise auch schon in der Vortrennungszeit unter elterlichen Konflikten leiden, die regelmäßig große Angst hervorrufen würden. Die Kinder seien sensibel für die Stimmungsschwankungen der Eltern und würden dadurch nicht selten in die Rolle des Beraters, Trösters oder Versöhnlers geraten. Mitunter könne vermutet werden, dass die kindlichen Symptome letztlich auf diese Ziele ausgerichtet seien. „Sie sollen die Eltern von ihren Eheproblemen ablenken und diese sich in der Sorge um das Kind wieder verständigen.“ Andererseits könne das Kind auch versuchen, den Eltern möglichst wenig Ärger zu machen und sich besonders angepasst zu verhalten. Die Parentifizierung des Kindes, insbesondere dessen Einbeziehung in negative Bewertung des anderen Elternteils, gar die Funktionalisierung im Elternkonflikt als Detektiv bringe die Kinder in schwere Loyalitätskonflikte. Figdor fährt fort, dass die daraus resultierenden Gefühle von Enttäuschung und Trauer letztendlich zu Macht- und Hilflosigkeit und zu einem Absinken des kindlichen Selbstbewusstseins führen. Häufig kämen Scham gegenüber Außenstehenden und Versuche dazu, die familiären Verhältnisse zu kaschieren.

Figdor macht jedoch auch deutlich, dass die große Bandbreite möglicher Symptome und auch deren Häufigkeit nach elterlicher Trennung noch lange nicht heiße, „dass diese Kinder bei Aufrechterhaltung der kompletten Familie keine Symptome entwickelt hätten“. Im Übrigen sei das Auftreten von Symptomen „nicht gleichbedeutend mit einer a priori gegebenen Einschränkung von Entwicklungschancen“ (Figdor 1997). Vielmehr müsse ein Bruch in den Lebensverhältnissen wie die elterliche

Trennung Symptome nach sich ziehen, falls das Kind zu beiden Eltern eine tragfähige Bindung habe aufbauen können. Symptome hätten nicht per se ausschließlich einen pathologischen Aspekt, sondern auch eine Schutzfunktion im Sinne einer „bestmöglichen Lösung eines Konflikts“. Figdors eigene Forschungen legen hinsichtlich der kindlichen Verarbeitung die Unterscheidung in das Scheidungserlebnis und das „Geschiedensein-Erlebnis“ in der nachfolgenden Zeit nahe. Der letzte Begriff stehe für die Veränderung des kindlichen Erlebens und seiner Persönlichkeit als nachhaltige Reaktion auf dieses einschneidende biografische Ereignis. Dabei sei gefunden worden, dass die Beziehung zur Mutter im Mittelpunkt der Variablen stehe, von denen die kindliche Bewältigung abhängen. Dieses insbesondere, weil durch die Elterntrennung das „mütterliche Objekt“ (die Untersuchungen wurden im Rahmen der Sigmund Freud-Gesellschaft Wien durchgeführt) sich verändere. Die psychischen, sozialen und ökonomischen Bedingungen, die sich für die Mutter aus der partnerschaftlichen Trennung ergeben, wie auch die unmittelbaren affektiven Reaktionen des Kindes, aber auch neue Gefühlsqualitäten der Mutter gegenüber dem Kind (Schuldgefühle, Kränkung, aber auch auf das Kind projizierte Schuld an der Scheidung, Aggressionen usw.) können die Mutter-Kind-Beziehung verändern. Von Seiten der Mutter kann dies zu einem geringeren Maß an Empathie gegenüber dem Kind, einer geringeren Toleranz gegenüber dessen Bedürfnissen und Ansprüchen und dieses reaktiv auf Seiten des Kindes wieder zur Trennungsverunsicherung, geringerem Gefühl der Geborgenheit usw. führen. In erstaunlich konventioneller Rollenstruktur gefangen resümiert Figdor (1997): „Auf diese Weise haben Scheidungskinder nicht nur den Vater verloren, sondern auch einen Teil der Mutter, nämlich den gütigen und liebevollen Teil des mütterlichen Bildes.“ Der Autor weist darauf hin, dass die nach einer Trennung sich als symptomfrei und „problemlos“ zeigenden Kinder sich möglicherweise in einer Bewältigungsstrategie der „Verleugnung von Trennungsschmerz bzw. Angst vor vollständigem Objektverlust“ befinden. Die vollständige Anpassung an die Gegebenheiten erhöhe das spätere Risiko einer depressiven Reaktion.

Überaus erstaunlich ist, dass noch 1995 in der Kölner Längsschnittstudie (Schmidt-Denter & Beelmann, 1997) in allen 60 untersuchten Familien die Kinder nach der Trennung ausschließlich bei ihrer Mutter verblieben. Es wird von dem Ergebnis berichtet, dass die Mädchen sich verstärkt an ihre Mütter im Vergleich zu den Jungen binden würden. Dem gegenüber sei die Beziehung zu dem Vater bei den Mädchen eher durch negative Gefühle bedroht als bei den Jungen. Dies wird von Schmidt-Denter (1997) als „Bevorzugung des gleichgeschlechtlichen Elternteils“ interpretiert. Weiterhin wird in der Studie davon berichtet, dass Trennungskinder wesentlich länger an dem Fortbestehen der alten Kernfamilie festhalten als die betroffenen Erwachsenen. Während sich diese schneller der Neuorganisation ihrer Beziehungswelt zuwenden, werde „im Erleben der Kinder der Wandel geringer und die Stabilität stärker gewichtet“. Die Trennungskinder würden sich an dem familiären Zusammenhalt orientieren, so dass insbesondere Geschwisterbeziehungen, aber auch Kontakte zu den

Großeltern, als bedeutsam eingeschätzt worden seien.

## **2.2.2 Längerfristige Entwicklungen beim Trennungskind**

Im Folgenden sollen die Ergebnisse zu den langfristigen Auswirkungen der Elterntrennung, die bislang schon angedeutet wurden, detaillierter betrachtet werden.

Nach Figdor (1992) würden diese insbesondere „den Umgang mit Aggressionen, das geschlechtsspezifische Selbstbild, das Selbstwertgefühl, die Adoleszenzkonflikte, die verinnerlichten Modelle künftiger Partnerschaften sowie typische Strategien zur Lösung von Beziehungskonflikten“ betreffen. Vertiefend beschäftigt sich der Autor mit den Auswirkungen des Väterverlustes auf das geschlechtsspezifische Selbstbild der Jungen bzw. der späteren Männer aus psychoanalytischer Sicht.

Fthenakis (1993) führt aus, dass etwa ein Drittel der Trennungskinder mittel- und langfristig eine Beeinträchtigung ihrer Entwicklung in Kauf nehmen müssten. Auf der Basis der Auswertung zahlreicher Untersuchungen wird das Resümee gezogen, dass auch etwa fünf Jahre nach der elterlichen Trennung das Risiko psychischer Erkrankungen deutlich erhöht sei (die Studien variieren von Angaben zwischen einer Verdopplung bis zu einer Vervielfachung der Fallzahlen in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung von kindlichen/jugendlichen Patienten aus Trennungsfamilien vs. intakten Familien). Am häufigsten vorgetragene Probleme seien Verhaltensstörungen, Aggressionen, fehlende Impulskontrolle und Fehlhaltungen in der moralischen Entwicklung, wie andererseits auch Depressionen und erhöhte Suizidalität. Bei den später jugendlichen oder erwachsenen Trennungskindern hätten Studien immer wieder versucht, Zusammenhänge mit einer erhöhten Delinquenz festzustellen. Die Ergebnisse seien hier uneinheitlich, den Untersuchungen würden zahlreiche theoretische und methodische Probleme anhaften, insgesamt ließen sich abgesicherte Zusammenhänge zwischen dem Erleben einer elterlichen Scheidung in der Kindheit und Delinquenz im Jugend- und Erwachsenenalter kaum noch feststellen.

Nach Fthenakis (1993) sei wohl eine der gravierendsten Langzeitauswirkungen elterlicher Scheidung die spätere Einstellung zu und die Gestaltung von eigenen Partnerschaften der Trennungskinder. Genannt werden eine grundlegende Verunsicherung hinsichtlich der Stabilität gegenwärtiger oder zukünftiger Partnerbeziehungen, Ängste hinsichtlich der Möglichkeit eines Scheiterns und Misstrauen, von dem Partner hintergangen zu werden. Weit verbreitet sei auch die Besorgnis, das partnerschaftliche Scheitern der eigenen Eltern gleichsam zu reinszenieren. Der Autor verweist an dieser Stelle zu einem großen Teil auf die schon genannte Langzeitstudie von Wallerstein et al. Für die Langzeitfolgen fasst Fthenakis die Forschungsergebnisse aus seiner Sicht so zusammen, „dass Jungen zwar verletzlicher gegenüber den unmittelbaren Auswirkungen einer elterlichen Scheidung sind, dass sich jedoch im Jugendalter eindeutig gravierendere Langzeitkonsequenzen bei Mädchen einstellen,

insbesondere was das Selbstkonzept, den Umgang mit dem anderen Geschlecht und heterosexuelle Partnerschaft sowie meist aus diesbezüglichen Problemen resultierende Verhaltensstörungen betrifft.“

Fthenakis (1996) konkretisiert, dass es den meisten betroffenen Kindern nach etwa zwei Jahren gelingt, die neue Situation zu integrieren und sich sodann unauffällig zu entwickeln. Ein Drittel der Kinder allerdings müsse mittel- und langfristig Beeinträchtigungen in Kauf nehmen, die wie folgt kategorisiert werden:

**a. Das Risiko einer psychischen Erkrankung:**

Das Risiko bis fünf Jahre nach der Elterntrennung, einem Psychologen oder Psychiater vorgestellt zu werden, sei bei Trennungskindern bis zu vier Mal größer als bei Kindern aus der Vergleichsgruppe „intakter“ Familien. Dabei seien Vorstellungsgründe häufig Verhaltensstörungen, Aggressionen, fehlende Impulskontrolle und Fehlhaltungen in der moralischen Entwicklung sowie kindliche Depressionen.

**b. Einstellung zu und Gestaltung von Partnerschaften:**

Viele Trennungskinder würden auch noch fünf Jahre nach der Trennung ihrer Eltern die Befürchtung haben, in einer eigenen Beziehung die gleichen Fehler wie die Eltern zu machen oder gänzlich unfähig zu sein, eine Beziehung einzugehen und aufrecht zu erhalten. Insbesondere die Altersgruppe von 17-20 Jahren habe sich diesbezüglich verunsichert gezeigt. Dabei sei besonders häufig die Befürchtung vorgetragen worden, in den aktuellen Beziehungen betrogen zu werden. In diesem Themenkreis sei auch eine geschlechtsspezifische Komponente gefunden worden. Während Mädchen im Alter von 17-20 Jahren häufig aktiv die Beziehung zu Männern suchten und sexuelle Beziehungen eher schnell eingingen, würden die Jungen diesbezüglich beträchtliche Vorbehalte äußern und in Richtung emotionaler Verklemmtheit, Rigidität und der Gefahr von „Vereinsamung“ tendieren. Ein Drittel der älteren Mädchen im Alter von 20-24 Jahren wiederum hätten große Ängste, im beruflichen und privaten Bereich zu versagen und diesbezügliche Verpflichtungen einzugehen.

**c. Erhöhte Delinquenzgefährdung**

Abgesicherte Zusammenhänge zwischen dem Erleben einer Scheidung in der Kindheit und Delinquenz im Jugend- und Erwachsenenalter seien kaum noch feststellbar. Dennoch würden einige Forschungsarbeiten diese Wechselwirkung nahe legen. Es sei diesbezüglich bedeutsam, weitere Einflussvariablen zu kontrollieren. (Zu einer anderen Einschätzung kommen Block et al., 2009, wonach bei jugendlichen Mehrfach- und Intensivtätern biografisch eine Trennung/Scheidung der Eltern signifikant häufiger als in der Vergleichsgruppe auftrat).

**d. Erhöhtes Risiko für Depressionserkrankung bzw. Suizidalität**

### e. Transgenerationale Weitergabe des Trennungsrisikos

In Bezug auf Langzeitwirkungen sind nach der Studie von Wallerstein & Lewis (1998) junge Erwachsene in eigenen Partnerschaften häufig sehr ängstlich in Bezug auf Nähe, viele hätten unter der Befürchtung gelitten, betrogen und im Stich gelassen zu werden. Dabei habe es keine Unterschiede zwischen Trennungskindern gegeben, die über Jahre heftige elterliche Konflikte oder eher eine kooperative Beziehungsgestaltung der Erwachsenen erfahren hätten. Als positiven Ausblick halten die Autorinnen fest, dass der häufige schwere Drogen- und Alkoholmissbrauch in der früheren und mittleren Adoleszenz sich sodann in den frühen oder mittleren 20er Jahren deutlich reduziert habe oder sogar gänzlich eingestellt worden sei.

Es gibt einige Studien, die Trennungskinder noch im (jungen) Erwachsenenalter hinsichtlich möglicher Langzeitauswirkungen dieses biographischen Ereignisses untersucht haben. Neben den schon erwähnten sind im deutschsprachigen Raum die Studien von Napp-Peters (1995), Schmidt-Denter & Beelmann (1995) sowie Figdor (1997) zu nennen. Kostka 2004 verweist darauf, dass die Ergebnisse von Langzeitstudien problematisch zu vergleichen seien, da mitunter die Befragten zwar im gleichen Alter seien, die Elterntrennung jedoch unterschiedlich lange zurückliegen würde. Wenn andererseits der zeitliche Abstand zu diesem biographischen Ereignis standardisiert werde, seien möglicherweise die Mitglieder der Stichprobe ihrerseits in unterschiedlichen Altersphasen. Die Autorin referiert gibt in einem Review einen Überblick über die in verschiedenen Studien gefundenen Langzeitfolgen, die hier nur aufgelistet werden sollen:

- 14 Jahre nach der Scheidung hatten 18-22jährige zu 65 % eine schlechte Beziehung zum Vater, 30 % eine schlechte Beziehung zur Mutter, 25 % die Schule abgebrochen und 40 % psychologische Hilfe in Anspruch genommen. Auch nach dem Herausrechnen demographischer und sozioökonomischer Faktoren hätten immer noch doppelt so viele Kinder aus Scheidungsfamilien diese Probleme als aus „intakten“ Familien gezeigt.
- Über die Studie von Napp-Peters (1995) wird berichtet, dass nur 25% der Kinder nach 12 Jahren vollständig die scheidungsbedingten Schwierigkeiten überwunden hätten, während 75% noch bedeutsame Probleme in der Altersbewältigung gezeigt habe. Bei 50% der erwachsenen Trennungskinder seien Probleme mit Alkohol und Drogen deutlich geworden, *keiner* habe Kontakt zum damals nicht betreuenden Elternteil und die meisten eine angespannte Beziehung zum betreuenden Elternteil gehabt.
- Wallerstein & Blakeslee (1989) fanden, dass noch 10 Jahre nach der Trennung viele Jugendliche Schwierigkeiten beim Übergang zum Erwachsensein gezeigt hätten (zu wenig Ehrgeiz, Abbruch von Ausbildungen).
- Studien zeigen auf, dass die akuten Reaktionen von Kindern im

zeitlichen Nahfeld der Elterntrennung keine Prognose für die langfristigen Folgen zulassen.

- Die erwachsenen Trennungskinder haben im Laufe der Zeit mehr Verständnis für Fehler der Eltern entwickelt und bereuten Parteinahmen zu Gunsten eines Elternteils. Teilweise gab es eine Abwendung von dem zuvor idealisierten Elternteil, eine Hinwendung zum anderen oder ein Rückzug von beiden Eltern.
- Während der Pubertät unternahm etwa ein Drittel der Trennungskinder einen kurzfristigen Versuch, bei dem Vater zu leben, sie kehrten jedoch meist zur vorherigen Hauptbetreuung durch die Mutter zurück.
- Die Mutter-Tochter-Beziehung war bei der Hälfte der Trennungskinder durch eine starke emotionale Abhängigkeit gekennzeichnet.
- Bei jungen Frauen konnte ein sogenannter sleeper effect (Wallenstein & Blakeslee, 1989) festgestellt werden: Junge Frauen hätten als Kinder und Jugendliche scheinbar besser die Trennung bewältigt, Jahre später dann aber bei der Aufnahme von eigenen Partnerschaften heftige Ängste vor Untreue und Verlassenwerden entwickelt (unabhängig davon, wie intensiv zuvor über Jahre der Kontakt zu dem nicht hauptbetreuenden Vater gestaltet wurde). Andere Studien hingegen konnten keine Langzeitfolgen der elterlichen Scheidung auf die Partnerschaften der jungen Erwachsenen feststellen.
- Diverse Studien gehen von einer intergenerationalen Transmission des Scheidungsrisikos aus, d. h., dass Scheidungskinder selbst dazu neigen, sich später als Erwachsene häufiger als Nichttrennungskinder von ihrem Partner zu trennen (die hierfür entwickelten Modelle werden sehr kontrovers diskutiert).
- Kostka referiert ebenfalls die Studie von Hetherington & Kelly (2003), die sich gegen den ihrer Meinung nach verbreiteten defizitorientierten Forschungsansatz hinsichtlich der Langzeitfolgen der Elterntrennung wenden: „Das meiste, was aktuell über die Scheidung geschrieben werde – in Medien wie auch der wissenschaftlichen Literatur – übertreibe die negativen Wirkungen und unterschlage die manchmal enorm positiven Folgen“ (Kostka 2004, S. 203). Hierdurch komme es fast zu einer self fulfilling prophecy, die Langzeit untersuchten Kinder würden sich als Opfer etikettieren, hingegen würden sich nur bei 25 % der befragten erwachsenen Trennungskinder im Vergleich zu 10 % aus „intakten“ Familien ernste soziale, emotionale und psychische Probleme zeigen. Ebenfalls bestehe eine Neigung bei den Betroffenen, das weit zurückliegende biographische Ereignis als „bequemes Alibi“ für zahlreiche Schwierigkeiten im Leben heranzuziehen. Kostka wiederum wendet diesbezüglich ein, dass Hetherington & Kelly die zahlreichen persönlichen Äußerungen der erwachsenen Trennungskinder pauschal als populärwissenschaftlich beeinflusst bzw. deren Erlebnis-

schilderungen als irrelevant erachten, weil sie sich angeblich durch objektive Daten nicht bestätigen lassen.

- Eine prominente Langzeitfolge, so Kostka (2004), sei die Veränderung der Eltern-Kind-Beziehung, insbesondere aber die der Vater-Kind-Beziehung durch die Trennung der Eltern. So habe die Studie von Amato (1999) gefunden, dass Erwachsene aus „intakten“ Familien das beste Verhältnis zu ihren Eltern hatten, dass die Zuneigung zu den Eltern beeinträchtigt gewesen sei in Folge einer unglücklichen Ehe der Eltern und am stärksten belastet sich gezeigt habe nach Elternscheidung. Auch in der Rostocker Längsschnittstudie (Reis & Meier-Probst, 1999) sei ein langfristiges Ergebnis gewesen, dass die Väter ihren (sodann erwachsenen) Kindern kaum geholfen hätten und auch im Gegenzug von diesen im Alltag kaum Hilfe erwarten könnten. Die Beziehung zu den Müttern habe sich langfristig eher wieder verbessert, so hätten 70 % der erwachsenen Trennungskinder gegenüber 80 % der Kinder aus intakten Familien von einem engen oder sehr engem Verhältnis zu ihrer Mutter berichtet. Ein anderes Bild habe sich jedoch für die Beziehung zum Vater ergeben: Nur ein Drittel der jungen Männer und nur ein Viertel der jungen Frauen mit einer Trennungsbio-graphie hatten ein enges Verhältnis zu ihrem Stiefvater oder dem leiblichen Vater gegenüber 70 % der Erwachsenen ohne Elterntrennung. Auch die Studie von Wallerstein et. al habe bestätigt, dass unabhängig von Häufigkeit und Ausgestaltung des Umgangs sich die Vater-Kind-Beziehung eher distanzierter als zur Vergleichsstichprobe entwickelt habe. Allerdings könne sich die Beziehung zu den Eltern bei Eintritt in die zweite oder dritte Lebensdekade noch einmal unerwartet ändern und die bisherige Einstellung überdacht werden, etwa ausgelöst durch die Geburt eines Enkelkindes.

## 2.3 Altersspezifische Trennungsreaktionen

Schmidt-Denter (1997) hat im Rahmen der Kölner Längsschnittuntersuchung die Abhängigkeit der Belastungssymptome vom Lebensalter des Kindes bestätigt, in welchem die elterliche Trennung stattfindet. So sei die stärkste Symptombelastung im Vorschul- und jüngeren Grundschulalter gefunden worden. Zwar können Kinder dieses Alters die familiären Spannungen und elterlichen Konflikte sehr genau registrieren, es würde ihnen jedoch ein angemessenes Verständnis fehlen und sie könnten aufgrund der egozentrischen Wahrnehmungsperspektive nicht zwischen der Beziehung der Eltern untereinander und der Eltern-Kind-Beziehung differenzieren, was nicht selten zum Empfinden bei den Kindern führe, selbst schuldig an dem Auseinanderfallen der Familie zu sein.

Figdor (1992; 1997) weist darauf hin, dass insbesondere jüngere Kinder vor dem Hintergrund ihrer Omnipotenzfantasien die elterliche Trennung als Versagen ihrer eigenen Bemühungen schuldhaft sich selbst zuschrei-



ben. Auch komme es zu Fantasien, dieses Ereignis sei als Strafe oder Vergeltung für verbotene Handlungen etc. verhängt worden. Gerade auch die Streitigkeiten der Eltern in Erziehungsfragen, wie dieses häufig im zeitlichen Trennungsumfeld vorkomme, aber auch Mitteilungen eines Elternteils, man bleibe nur wegen des Kindes zusammen, führen schließlich im Falle der Trennung zu der egozentrischen Wahrnehmungsverarbeitung, als Kind eben nicht gut genug gewesen zu sein.

Figdor (1997) beantwortet die Frage, in welchem Alter sich die elterliche Trennung auf ein Kind am ehesten ungünstig auswirkt, und zwar auch im Hinblick auf eine längerfristige Entwicklungsbeeinträchtigung, wie folgt: „Es sei grundsätzlich zu sagen, dass die mittel- und längerfristigen negativen Auswirkungen umso geringer zu sein scheinen, je älter die Kinder zum Zeitpunkt der Scheidung sind. Am Ungünstigsten ist die Situation von Kleinkindern unter vier Jahren, die bereits eine neurotische Entwicklung vor der Scheidung eingeschlagen hatten.“ Andererseits könne dies kein Aspekt sein, eine partnerschaftliche Trennung möglichst lange hinauszuschieben, wenn dadurch das Kind über viele Jahre in einem anhaltenden elterlichen Konfliktfeld leben müsse.

Kostka (2004) weist auf die Uneinheitlichkeit der Studienergebnisse zu altersspezifischen Reaktionen des Trennungskindes je nach Zeitpunkt des Ereignisses im Verlauf seiner Biographie hin. Auf der anderen Seite seien aus der Bindungsforschung Faktoren ableitbar, die eine solche Altersabhängigkeit stützen würden. Diesbezüglich verweist Kostka auch auf die Beiträge der Entwicklungspsychologen Erikson und Piaget. Gleichwohl müsse das Alter des Kindes zum Zeitpunkt der elterlichen Trennung als ein Faktor in einem Geflecht weiterer Einflussgrößen betrachtet werden. Ebenfalls seien aus den kurzfristigen Reaktionen der Kinder keine Vorhersagen für deren langfristige Bewältigung zu erhalten.

Im folgenden soll der Forschungsstand für einige Altersgruppen dargestellt werden.

### **2.3.1 0 bis 2 Jahre**

Säuglinge und Kleinstkinder können die Veränderungen im familiären System kognitiv noch nicht erfassen. Sie können jedoch in leiblich-seelischer Resonanz auf Konfliktspannungen und Verhaltensänderungen, die bei den Erwachsenen entstehen, reagieren. Textor (2006) benennt hier Schlaf- oder Essstörungen, die Babys würden reizbar oder ließen sich kaum beruhigen und trösten. Ergebnisse aus der Bindungsforschung (so z. B. Großmann & Großmann, 2004) weisen allerdings in die Richtung, dass Kinder in diesem Alter noch sehr stark dyadisch mit ihrer Hauptbetreuerperson verbunden sind und äußere Veränderungen kaum Effekte hinterlassen, so lange die Interaktion zur primären Bezugsperson sicher verfügbar bleibt. Ist deren Feinfühligkeit jedoch durch eigene Belastung deutlich eingeschränkt, kann sich diese auch im kindlichen Verhalten widerspiegeln.

Dettenborn & Walter (2002) verweisen darauf, dass im Alter von bis zu zwei Jahren der Verlust einer vertrauten Bindungsperson zu einer starken emotionalen Verunsicherung und dadurch bedingt zu Ängsten, Ein- und Durchschlafstörungen und vermehrten Zuwendungsforderungen in Richtung auf den verbliebenen Elternteil führen kann. Sekundär könnten Verzögerungen der Sprachentwicklung, vor allem aber ein eingeschränktes Explorations- und Spielverhalten die Folge sein.

Nach Kostka (2004) ist für Kleinstkinder die ständige Verfügbarkeit einer vertrauten Bezugsperson auch im Zuge eines elterlichen Trennungsgeschehens der wichtigste Faktor für dessen angemessene psychosoziale Entwicklung. Dabei sollte die Verlässlichkeit und Beständigkeit zumindest einer Bezugsperson gegeben sein. Gerade im Zuge einer partnerschaftlichen Trennung kann ein Elternteil auf Grund eigener Belastungen und konkreter Einschränkung der zeitlichen Ressourcen auch unbewusst sein Verhalten gegenüber einem Säugling ändern. Auf Grund der in diesem Alter vorhandenen dyadischen Verbundenheit kann das Kind seinerseits mit Schreien, nicht Schlafen oder vermehrtem Fordern von Aufmerksamkeit reagieren. Bei einem Kind um die 2 Jahre könne es zu verstärkt anklammerndem Verhalten kommen, weil es sich in seinem Bindungsvertrauen durch die elterliche Trennung verunsichert sieht. In anderen Studien werde bei Kleinstkindern als Reaktion auf elterliche Trennung von Einschlafschwierigkeiten, nächtlichem Aufwachen mit Erschrecken, Desorientierung, Hilferufe, also insgesamt einer Störung der Ess- und Schlafmuster berichtet. Über die Auswirkungen von Umgangsregelungen für Kinder dieser Altersgruppe, also auch einen möglicherweise häufigeren Wechsel zwischen Bezugspersonen und Lebensumgebungen innerhalb einer Woche, gäbe es derzeit zu wenig Studien für Babys und Kleinstkinder, um auf dieser Basis verlässliche Aussagen zu machen.

Oberndorfer (1996) betont, der Weggang eines Elternteils verändere das gerade erst im Ansatz entwickelte Bindungsgefüge des Kindes erheblich, ebenfalls verändere sich meist zumindest nonverbal bzw. vorübergehend das Verhalten des weiterhin hauptbetreuenden Elternteils. Dem Kind werde damit nicht selten die für den weiteren Bindungsaufbau sichere Basis entzogen. Es könne zu anklammerndem Verhalten, Weinerlichkeit, Irritierbarkeit und vermehrter Beachtungssuche kommen. Weiterhin können (erneut) ein übermäßiges Fremdeln und eine Beeinträchtigung der Umweltexploration auftreten. Nicht selten komme es zu einem vorübergehenden Verlust schon erworbener Fähigkeiten im Sinne einer Regression oder einer erhöhten Krankheitsanfälligkeit.

### **2.3.2 Vorschulalter**

Diese Altersphase zeichnet sich dadurch aus, dass die Kinder sich dem Geschehen in der Familie, insbesondere dem Weggehen eines Elternteils, bewusst werden können und sich bemühen, die Abläufe zu verstehen. Aus dem Bestreben der Eltern heraus, ihre Kinder vor Belastungen zu schützen, wird besonders in dieser Altersphase dem Kind oft nur unzureichend eine angemessene Information über die Trennung und deren

Konsequenzen zur Verfügung gestellt. Hierdurch kommt es zu den hier schon wiederholt genannten Folgen einer angstvollen Fantasietätigkeit und der Konstruktion einer schuldhaften Eigenbeteiligung an den vom Kind als bedrohlich wahrgenommenen Geschehnissen. Dieses wiegt umso schwerer, wie Textor (2006) erläutert, weil „Kleinkinder nicht über die Konfliktlösungsstrategien und Hilfsmöglichkeiten älterer Kinder verfügen – sie können sich beispielsweise nicht bei anderen aussprechen oder beraten lassen. Erschwerend kommt hinzu, dass sie aufgrund ihres noch nicht ausgebildeten Zeitgefühls und mangelnder Lebenserfahrung noch nicht wissen, dass es sich bei der Trennung um eine vorübergehende Krise handelt.“ Es können sich in der Folge starke Trennungsängste, anklammerndes Verhalten an die Hauptbezugsperson und eine Zunahme allgemeiner Ängstlichkeit zeigen. Mitunter kommt es auch zu regressiven Entwicklungen (Enuresis, Ess- und Schlafstörungen). „Manche Vorschulkinder sind nach der Trennung ihrer Eltern verwirrt und verstört, aggressiv, irritiert oder trotzig, traurig und depressiv. Einige ziehen sich zurück und kapseln sich ab“ (Textor 2006). Der Autor weist ebenfalls darauf hin, dass ein Trennungskind in der Peergroup und beim Spielen weniger Ausdauer und Durchhaltevermögen und weniger Kooperativität zeigen kann. In Kindergärten werde häufiger von ängstlichen, weinerlichen und unaufmerksamen oder zurückgezogenen Kindern berichtet.

Dettenborn & Walter (2002) sind ebenfalls der Meinung, dass Kinder dieser Altersgruppe aufgrund ihres kognitiven und Sozialentwicklungsstandes kaum über Fähigkeiten verfügen, emotionalen Stress zu bewältigen. Sie können im elterlichen Trennungsprozess vermehrt regressives Verhalten zeigen, etwa „Rückschritte in der Sauberkeitsentwicklung, Störungen im Schlafverhalten und einen exzessiven Gebrauch von Übergangsobjekten (Stofftiere, Puppen)“ (S. 154). Ebenfalls könnten emotionale Belastungsreaktionen wie verstärktes Weinen, trotzig-aggressive Reaktionen, allgemeine Ängstlichkeit, akute Trennungsängste und einerseits anklammerndes, andererseits wahllos Körperkontakt suchendes Verhalten entstehen.

Für die älteren Vorschulkinder weisen die Autoren auf Schuldgefühle, Selbstvorwürfe und dadurch bedingt vermindertes Selbstwertgefühl hin. „Ihr mangelnder Einfluss auf das Geschehen erzeugt Hilflosigkeit und verringert die Kontrollüberzeugung dieser Kinder“ (S. 154). Kinder dieses Alters könnten sich in positive Fantasien flüchten oder Erklärungen des hauptbetreuenden Elternteils ohne Möglichkeit zur Distanzierung vorbehaltlos übernehmen.

Kinder im Alter von 3-6 Jahren seien durch die elterliche Trennung (Kostka 2004) konflikthaft mit ihren bislang erworbenen Vorstellungen von Richtig und Falsch konfrontiert, einer Zeit, „in der die Eltern viele ihrer vormaligen Gebote selbst übertreten und die neuen Regeln der veränderten Situation angepasst werden. Zudem kann es zu gegenseitigen Anschuldigungen der Eltern kommen, so dass ein/e Erwachsene/r, der/die zuvor als Vorbild betrachtet wurde, nun als schlecht dargestellt wird. Ein Kind, dass diese plötzlichen Veränderungen nicht auf die Einflüsse der Scheidung zurückführen kann, steht nun vor den Trümmern seiner ehemals geregelt-

ten Welt und weiß nicht, was gilt und was nicht“ (S. 144). Typische Lösungsversuche der Kinder in diesem Alter seien polarisierte Bewertungen der Elternteile, so dass der eine als gut und der andere als böse konnotiert werde. Zudem könnten Kinder in diesem Alter Entwicklungen nur nach externen Variablen, also der Tatsache des „Verlassenwerdens“ interpretieren, ohne Berücksichtigung der internen, also psychischen Prozesse der Eltern, also Gründe und Motive. Kostka berichtet, in einer Studie von Hetherington (1989) hätten fast alle befragten Trennungskinder im Alter von 4 Jahren „emotionale Not, Probleme im Verhalten sowie psychischer und gesundheitlicher Art“ und Anpassungsschwierigkeiten gezeigt. Nach 2 Jahren hätte sich die Mehrheit der Kinder jedoch einigermaßen gut an die Situation angepasst, allerdings seien bei den Jungen noch einige fortgesetzte Probleme (antisoziale, oppositionelle Verhaltensweisen zu Hause und in der Schule, Probleme in der Peer-Group und mit Schulleistungen) beobachtet worden. Unter Bezugnahme auf die Studie von Wallerstein et al. führt Kostka aus, die dort untersuchten Kinder im Alter zwischen 3-5 Jahren hätten sich nach der elterlichen Trennung überwiegend sehr verängstigt, verwirrt und traurig gezeigt mit der häufigen Angst, auch vom anderen Elternteil verlassen zu werden. Täglich kleine Trennungen von der Hauptbezugsperson seien nicht selten zu furchterregenden Ereignissen geworden, auch die Nächte seien durch Angst belastet gewesen. Regression, etwa Rückkehr zu Kuschedecken oder eigentlich vergessenen Spielsachen, Rückfälle in der Sauberkeitserziehung und anklammerndes Verhalten seien häufig beobachtet worden. Kinder dieses Alters hätten ausgeprägte Fantasien, teils mit makaberem Inhalt entwickelt, um das Auseinanderfallen der Familie, meist das Weggehen des Vaters, zu erklären, nicht selten seien diese Ereignisse nicht auf die elterliche Trennung, sondern auf sich selbst bezogen worden. Häufig seien heftige Schuldgefühle zu beobachten gewesen. Andere Studien hätten jedoch, so Kostka, nicht gefunden, dass Kinder sich üblicherweise die Schuld an der Trennung geben, hier gäbe es möglicherweise einen zeitlichen Zusammenhang. Die Schuldzuweisung sei direkt nach der Trennung häufig, im weiteren Verlauf würden die Kinder dann jedoch erkennen, selbst nicht verantwortlich zu sein.

Nach Oberndorfer (1996) seien sich Kinder in dieser Entwicklungsphase ihrer existentiellen Abhängigkeit von den Eltern stärker bewusst. Die mit der Elterntrennung meist verbundene geringere Verfügbarkeit eines oder beider Elternteile werde nicht selten als Liebesentzug interpretiert. Im Rahmen der kindlichen Egozentrität könne dieses auf Seiten des Kindes zu dem subjektiven Erleben führen, sich irgendwie falsch verhalten zu haben, dass die Eltern nun böse seien und das Kind bestrafen wollten. Nicht selten reagiere ein Kind dieser Altersstufe auf die Elterntrennung mit besonderem Wohlverhalten, um auf diese Weise das Geschehen zu beeinflussen. Bei Realisierung der Hilflosigkeit könnten Kinder sich dann in Wut und aggressives Verhalten flüchten, welches nicht nur in der Familie, sondern auch gegenüber Außenkontakten gezeigt werde. Schließlich könnten auch Ängste auftreten, den noch verbleibenden hauptbetreuenden Elternteil ebenfalls zu verlieren, dieses könne zu starken Anklam-

merungstendenzen führen, sogar der Weigerung, den Kindergarten zu besuchen aus der Angst, nicht mehr abgeholt zu werden oder bei der Heimkehr eine leere Wohnung vorzufinden.

### **2.3.3 6 bis 12 Jahre**

Schulkinder verstehen eher aufgrund ihrer kognitiven Reife die Endgültigkeit der elterlichen Trennung, sie sind auch eher in der Lage, die daraus entstehenden Folgen realitätsnäher einzuschätzen. Gleichwohl kommt es häufig (Textor 2006) zu großen Besorgnissen und Ängsten über die Zukunft. Die Versöhnung der Eltern kann intensiv gewünscht werden, einhergehend mit einem Gefühl des Verlassenseins und der Hilflosigkeit. Gegenüber Gleichaltrigen kommt es häufiger zu Schamgefühlen hinsichtlich der Ereignisse in der eigenen Familie. Textor erwähnt weiterhin, dass Schulkinder eher als Kleinkinder „zu Vertrauten, Verbündeten oder Ersatzpartnern ihrer Eltern“ gemacht werden, hieraus ergeben sich mitunter erhebliche Loyalitätskonflikte. Nicht selten komme es zur Verschlechterung der Schulleistung und Störungen im Sozialverhalten. Der Autor nennt für die hier besprochene Altersgruppe eine Vielzahl von Verhaltensauffälligkeiten und psychosomatischen Symptomen wie Nervosität, Gereiztheit, Launenhaftigkeit, Konzentrationsstörungen, Trauer, Schmerz, Depressivität, Wut, Aggressivität, Abkapselung (Einsamkeit), Schuldgefühle, Loyalitätskonflikte, Schlafstörungen, Alpträume, Magenbeschwerden, Kopfschmerzen.“ Ältere Kinder seien jedoch nach Textor (2006) auch eher in der Lage, ihr Leiden und ihre Bedürfnisse zu signalisieren und sich Unterstützung zu suchen, etwa bei Lehrern oder im familiären Umfeld (Großeltern).

Dettenborn & Walter (2002) führen für Kinder dieser Altersgruppe aus, dass deren Zeitempfinden schon dem von Erwachsenen ähnele, sie könnten zukünftige Situationen wesentlich besser antizipieren. Deshalb würden die durch die elterliche Trennung ausgelösten unsicheren Zukunftsperspektiven das Sicherheitsbedürfnis massiv verletzen, hierdurch würden existenzielle Ängste ausgelöst, die durch unrealistische Fantasien (wie z. B. die gesamte Familie zu verlieren) noch verstärkt würden. In der Schule würden sich häufig Leistungsprobleme und Verhaltensauffälligkeiten zeigen, andererseits könnten in diesem Umfeld auch Unterstützungsressourcen aktiviert werden. Ebenfalls seien Schulkinder häufiger als jüngere Kinder in Loyalitätskonflikte verstrickt. Insbesondere Jungen in diesem Alter würden den abwesenden Vater aufgrund des durch die Trennung beeinträchtigten Aufbaus geschlechtsspezifischen Rollenverhaltens und Identifikationsprozessen besonders stark vermissen.

Ältere Schulkinder ab dem neunten Lebensjahr würden nach Dettenborn & Walter (2002) teilweise schon versuchen, angesichts der Trennungsergebnisse und -konflikte „gelassen und mutig zu erscheinen, obwohl Trauer, Angst, Hilflosigkeit und Einsamkeit empfunden werden“ (S. 155). Das Leugnen belastender Gefühle schränke die Möglichkeit ein, sich Unter-

stützung zu holen. Auch würden leichter als bei jüngeren Kindern Schamgefühle im Hinblick auf angenommene Bewertungen der sozialen Umwelt entwickelt. Kinder dieser Altersgruppe würden daher nicht selten psychosomatisch reagieren. Viele Kinder hätten das Gefühl, von ihren Eltern, die häufig sehr stark mit sich selbst beschäftigt seien, nicht ausreichend wahrgenommen oder geliebt zu werden. „Neu ist in dieser Altersstufe der klare, intensive und objektbezogene Zorn, der von Trauer und Hilflosigkeit entlasten kann. Die Kinder ergreifen einseitig Partei und begründen damit ihre Loyalität zu einem Elternteil“ (S. 155). Die Kinder würden sich insbesondere solidarisch mit dem Elternteil zeigen, den sie als verletzt und bedürftig ansehen würden. In dem Gefühl, gebraucht zu werden und den Elternteil unterstützen zu können, würden sie eine selbstwertfördernde größere Wichtigkeit in der Eltern-Kind-Beziehung erlangen.

Kostka berichtet bei Kindern dieses Alters sei häufig zumindest für eine begrenzte Zeitspanne ein Absinken der Schulleistungen und ein vermehrtes Auftreten von Tagträumen zu beobachten gewesen. Nicht selten gäbe es auch eine Absonderung von zuvor vertrauten Freunden, da diese nicht über ähnliche Erfahrungen verfügten bzw. das Trennungskind Scham empfinde. Allerdings könnte das Trennungskind im Vergleich zum Vorschulalter die Trennung der Eltern besser verstehen, da der kindliche Egozentrismus zu weiten Teilen überwunden sei. Nach Kostka sei in der Studie von Wallerstein & Kelly aus dem Jahr 1980 ein bedeutsamer Unterschied bei den Kindern zwischen 6-8 Jahren einerseits und 9-12 Jahren andererseits gefunden worden. In der jüngeren Altersgruppe sei das Verstehen von Ursache und Wirkungen sowie die Einbeziehung der elterlichen Bedürfnisse in Abgrenzung von eigenen Motiven noch sehr begrenzt. Die auffälligste Reaktion dieses Alters sei eine überwältigende Trauer, besonders bei Jungen würden die üblichen Verteidigungs- und Bewältigungsstrategien zusammenbrechen. Die Angst, vielleicht einmal gänzlich ohne Familie dazustehen, könne bis zu Panikattacken überwältigend sein. Vor allem Jungen dieses Alters würden ihren Vater besonders intensiv vermissen, nur selten seien aggressive Gefühle diesem gegenüber im Vordergrund. Dagegen hätten die 9-12jährigen in der Untersuchung von Wallerstein & Kelly überraschend nüchtern und gefühlskontrolliert gewirkt. Nicht selten sei als Bewältigungsstrategie eine besondere Aktivität gewählt worden, teilweise auch ausgerichtet auf eine elterliche Wiedervereinigung. Besonders häufig sei ein bewusster und intensiver Zorn gewesen, möglicherweise auch zur Bewältigung von Trauergefühlen. „Dieser Zorn war, im Unterschied zu dem der jüngeren Kinder, organisiert, klar auf ein Objekt gerichtet und wurde mit einer erstaunlichen Kapazität artikuliert – meist gegenüber dem Elternteil, der als schuldig an der Scheidung betrachtet wurde. Zum Teil war der Zorn mit Empörung darüber verbunden, dass ein Elternteil, der bisher für das Verhalten des Kindes Regeln aufstellte, nun unmoralisch und unverantwortlich handelte“ (S. 149). Die Erschütterung in dieser Phase der Moralentwicklung führte teilweise zu Stehlen und Lügen, nicht selten seien auch somatische Beschwerden wie Kopf- oder Bauchschmerzen zu beobachten gewesen.

Jedenfalls seien Kinder dieser Altersgruppe besonders anfällig für eine wütende Solidarisierung mit einem Elternteil gegen den anderen gewesen.

Kinder in dieser Altergruppe haben nach Oberndorfer (1996) die Fähigkeit zur Einnahme einer Fremdperspektive, d. h. sie können sich vorstellen, dass die eigenen Gedanken und Gefühle nicht unbedingt mit denen der Eltern oder anderen Menschen übereinstimmen. Hierdurch ist einerseits eine gewisse Eigenständigkeit schon möglich, andererseits folgt aus dieser empathischen Fähigkeit für die Kinder häufig der Versuch, den Eltern bei der Bewältigung von deren eigenen Belastungen auf irgendeine Weise zu helfen. Kinder dieser Altersgruppe sind bemüht, es allen Recht zu machen, sie geraten sehr leicht in Loyalitätskonflikte und erfahren sich häufig als hilflos in ihren Bewältigungsanstrengungen, woraus tiefe Trauer und Hoffnungslosigkeit bis hin zu einer kindlichen Depression resultieren kann. Auf der anderen Seite, so Oberndorfer, seien diese Kinder in der Lage, ihre Bedürfnisse schon recht deutlich zu artikulieren, woraus Ansprüche entstehen, in Entscheidungen hinsichtlich zukünftiger Betreuungsarrangements einbezogen zu werden. Kinder in der zweiten Hälfte dieser Entwicklungsphase, also im Alter von etwa 9-12 Jahren fühlten sich in besonderer Weise durch die bewusste Erfahrung irritiert, dass die Eltern selbst gegen Grundsätze verstoßen, welche den Kindern von eben diesen Eltern als richtig und feststehendes Gesetz vermittelt wurden. Kinder dieses Alters würden sehr stark dazu neigen, sich mit einem Elternteil zu solidarisieren, um ihre Vorstellungen von Richtig und Falsch, Gut und Böse aufrecht zu erhalten. Es komme dann zu einer negativen bzw. positiven Polarisierung der Elternteile im Erleben des Kindes. Gerade eine intensive elterliche Konfliktaustragung fördere derartige Prozesse.

### **2.3.4 Jugendliche 13 bis 18 Jahre**

Befindet sich ein Kind zum Zeitpunkt der elterlichen Trennung im jugendlichen Alter, verfügt es über mehr und adäquatere Bewältigungsstrategien als in den Entwicklungsphasen zuvor. Insbesondere sind die Möglichkeiten einer emotionalen Distanzierung vor allem in den letzten Jahren des jugendlichen Alters deutlich erhöht. Jugendliche erkennen die Trennung der Eltern von vornherein leichter als endgültig an und werden von dieser auch nicht, wie häufig jüngere Kinder, aus „heiterem Himmel“ getroffen, sondern haben diese nicht selten schon akzeptiert oder sogar gewünscht.

In der 25-Jahres-Studie von Wallerstein et al. (Wallerstein & Lewis, 1998) wird als Ergebnis benannt, dass bei Trennungskindern im jugendlichen Alter gehäuft mangelnde Widerstandsfähigkeit gegen Drogen, Alkohol und verfrühte sexuelle Aktivitäten gefunden worden seien. Auch der Übergang zum Erwachsenenleben sei durch die elterliche Scheidung belastet worden.

Textor (2006) weist darauf hin, dass viele Jugendliche nach der elterli-

chen Trennung besonders schnell erwachsen und selbstständig werden, andere hingegen das Empfinden entwickeln, ihr emotionales „Sicherheitsnetz“ verloren zu haben und nun mit den Entwicklungsaufgaben der Pubertät alleine gelassen worden zu sein. „Manche Jugendliche greifen in dieser Situation zu Alkohol und Drogen, gehen verfrüht sexuelle Beziehungen ein, werden aggressiv oder delinquent“ (Textor a. a. O.).

Jugendliche haben eher Möglichkeiten, sich in ihrer Peer-Group oder durch eigene Partnerschaften einen eigenen, von ihnen als kontrollierbar erlebten Rahmen emotionaler Sicherheit zu schaffen. Sie haben dadurch die Möglichkeit, sich gegenüber den elterlichen Konflikten zu verweigern bzw. ihre Mitgestaltungsansprüche (z. B. bei der Umgangsregelung zum nicht hauptbetreuenden Elternteil) unnachgiebig einzufordern. Textor (a. a. O.) sieht jedoch auch eine andere Entwicklungsrichtung im jugendlichen Alter: Die Kinder hätten die Möglichkeit, mit den Eltern bedeutsame Gespräche über das Trennungsgeschehen und deren Bedürfnisse zu führen und insofern diesbezüglich emotional unterstützend zu wirken. Dies könne wiederum in eine Parentifizierung einmünden.

Diese Entwicklungsphase ist generell gekennzeichnet von Anstrengungen der Ablösung und Verselbstständigung und sodann wieder regressiven Einbrüchen und dem Gefühl, auf elterliche Unterstützung und den emotional haltgebenden Rahmen der Familie angewiesen zu sein. Durch die elterliche Trennung wird dieses Bild der Familie im Erleben des Jugendlichen als Ort des emotionalen Auftankens (so Dettenborn & Walter, 2002) beschädigt. Der Jugendliche spüre deutlich, dass die Eltern mit ihren Problemen beschäftigt seien und seine eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund treten. „Dies ruft bei vielen Jugendlichen intensive Trauer und Gefühle hervor, allein im Leben stehen zu müssen, bevor die eigene Bereitschaft dazu besteht“ (S. 156). Einige würden darauf mit beschleunigter Verselbstständigung, andere mit Regression und Rückzug aus altersgemäßen sozialen Aktivitäten reagieren, mitunter würden auch schulische Schwierigkeiten auftreten. Viele Jugendliche würden sehr stark in Loyalitätskonflikte verstrickt, was zur Distanzierung von einem oder auch beiden Elternteilen führen könne.

Die Jugendzeit sei, so Kostka (2004), per se eine Zeit der Krise, der Unsicherheit und Suche nach einer neuen Identität und neuen Werten. Bei Trennung der Eltern würden diese selbst in eine Krise geraten. „Hier fehlt den Jugendlichen häufig ein Modell, gegen das sie sich abgrenzen und demgegenüber sie sich als anders und einzigartig definieren können, zum anderen fehlt die Gewissheit, dass irgendwann eine innere Einheitlichkeit und Kontinuität erreicht werden kann, da es die Erwachsenen offenbar nicht schaffen“ (S. 149f). Zwar könnten Jugendliche die Motive und Beweggründe der Eltern verstehen und reflektieren, aber ein latent noch vorhandener Egozentrismus führe nicht selten dazu, dass die Entscheidung der Eltern nicht wirklich verstanden und anerkannt werden könne, da das eigene Leben davon zu sehr betroffen sei.

Nach Kostka (a. a. O.) seien die Studien über die Auswirkung elterlicher



Trennung auf Jugendliche in den Ergebnissen uneinheitlich. Einige würden ein höheres Entwicklungsrisiko für jüngere Kinder begründen, andere für Jugendliche, weil diese sich ohnehin in einer Umbruchsituation befinden würden, „in der sie Autonomie und Verbundenheit mit der Familie neu verhandeln müssen und Geschlechterrollenidentität und intime Beziehungen zu anderen entwickeln, ihre Zukunft planen und eigene Werte entwickeln müssen“ (S. 150). In dieser sehr sensiblen Phase könne eine elterliche Trennung verstörend wirken. Auf der anderen Seite könnten Jugendliche sich auch eher von dem familiären Geschehen distanzieren, gleichwohl werde in einigen Studien ein enormer Einbruch des Selbstwertgefühls bei Kindern zwischen 10 und 14 Jahren durch die elterliche Trennung gefunden. Nicht selten werde mit Schulschwänzen, Leistungsabfall und anderen Verhaltensauffälligkeiten reagiert, so etwa Delinquenz oder akuten Depressionen. Kostka verweist aber auch auf das Ergebnis der Studie von Wallerstein & Kelly (1980), in der bei Jugendlichen durch die Elterntrennung eine schnelle Reifung und ein moralisches und intellektuelles Wachstum nachgewiesen worden sei. So habe ein Drittel der Jugendlichen schützende und helfende Rollen in der Restfamilie übernommen und sei stolz auf diese Verantwortung gewesen.

Oberndorfer (1996) weist daraufhin, dass Kinder und Jugendliche im Alter von 10-15 Jahren schon stärker in der Lage seien, eigene Sichtweisen und Bewertungen zu entwickeln und die familiären Ereignisse ansatzweise aus einer gewissen Metaperspektive zu betrachten. Allerdings könne durch die Elterntrennung der altersgemäße Ablösungsprozess und die Herausbildung einer eigenständigen Persönlichkeit bei den Kindern zeitweilig beeinträchtigt oder unterbrochen werden. Die Kinder würden zu früh gezwungen, ihre Eltern als Individuen mit eigenen Bedürfnissen zu sehen und nicht nur in ihrer Eigenschaft als Eltern, welche für die Bedürfnisse der Kinder zur Verfügung stehen. Hierdurch könne es bei Jugendlichen zu besonders heftigen Gefühlen als Reaktion auf die Elterntrennung kommen, einschließlich überstürzter Ablösungsversuche und Rückzugstendenzen. Jugendliche seien aber schneller als jüngere Kinder in der Lage, nach dem ersten Schock die Ursachen für die Elterntrennung realistisch einzuschätzen und ihre eigene, auch zukünftige Stellung innerhalb des familiären Systems zu antizipieren.

### **2.3.5 Junge Erwachsene**

Für diese Altersgruppe liegen kaum Studien vor. Es wird generell von einer ausreichenden Abgrenzungsfähigkeit der jungen Erwachsenen gegenüber einer in diesem Alter stattfindenden Elterntrennung ausgegangen. Spezifische Reaktionen sind kaum noch nachweisbar.

### **2.3.6 Tabellarische Übersicht**

Die Ergebnisse sämtlicher in 2.2 und 2.3 referierter Untersuchungen sind in

folgender Tabelle zusammen gefasst, so dass sich eine Übersicht des derzeitigen Forschungsstandes ergibt. Die Ergebnisse der hier vorgelegten Studie sollen in paralleler Weise aufbereitet werden (Kap. 9.), woraus sich die Möglichkeit eines Vergleiches der Ergebnislinien von etwa drei Jahrzehnten Trennungsforschung mit denen des hier gewählten methodischen Ansatzes ergibt.

**Tab. 1:** Kurz- und mittelfristige kindliche Reaktionen nach Elterntrennung in Abhängigkeit von der jeweiligen Altersphase

Altersphase bei elterlicher Trennung	Kurz- und mittelfristige Reaktionen	Bemerkungen
0 bis 2 Jahre	Ein- und Durchschlafstörungen; Pavor nocturnus, Essstörungen; Reizbarkeit; Weinerlichkeit; Irritierbarkeit; Ängste; vermehrte Zuwendungsforderungen; anklammerndes Verhalten; eingeschränktes Spiel- und Explorationsverhalten; Sprachentwicklungsverzögerung; Regression; erhöhte Krankheitsanfälligkeit	Enge Wechselwirkung mit verändertem Elternverhalten
2 bis 6 Jahre	angstvolle oder schuldhaftige Fantasien; eingeschränkter Selbstwert; Hilflosigkeitserleben; besonderes Wohlverhalten; starke Trennungsängste; anklammerndes Verhalten oder Distanzlosigkeit; allgemeine Ängstlichkeit; verstörtes, trauriges, aggressives, trotziges oder depressives Verhalten; sozialer Rückzug; im Kindergarten: ängstlich, weinerlich, zurückgezogen, aggressiv; konzentrationseingeschränkt; Regression in Sauberkeitsentwicklung; Schlafstörungen; exzessiver Gebrauch von Kuscheltieren o. ä.; polarisierte Bewertung der Elternteile;	Erhöhtes Risiko für Symptombildung
7 bis 8 Jahre	Schuld- und Schamgefühle; Zukunftsängste; Hilflosigkeits- und Verlassenheitsgefühle; Versuch, es allen recht zu machen; Loyalitätskonflikte; Parentifizierung; Schule: Leistungseinbrüche, Störungen im Sozialverhalten (Aggression, Rückzug); Nervosität, Gereiztheit; Launenhaftigkeit; Konzentrationsstörungen; Tagträumen; Trauer, Depressivität; Wut; Aggressivität; Rückzug; Schlafstörungen; Magen- und Kopfschmerzen;	
9 bis 12 Jahre		Leugnen belastender Gefühle; erhöhtes Risiko für psychosomatische Reaktionen; einseitig Partei ergreifen; heftiger, gerichteter Zorn meist gegen einen Elternteil; Stehlen und Lügen; altersinadäquate Verantwortungsübernahme;
13 bis 18 Jahre	verringerte Widerstandsfähigkeit gegenüber Alkohol- und Drogenkonsum sowie sehr frühen sexuellen Erfahrungen; Aggressivität; Delinquenz; Parentifizierung; Gefühle von zu früher Verselbstständigung und Einsamkeit; Regressivität; sozialer Rückzug; Selbstwertprobleme; akute Depression; Schule: Schwänzen; Leistungseinbrüche, Störungen im Sozialverhalten (Aggression, Rückzug); Distanzierung von einem oder beiden Elternteilen; überstürzte oder verzögerte Ablösung;	bessere Möglichkeiten für emotionale Distanzierung und Durchsetzung eigener Forderungen

## 2.4 Moderatorvariablen

Textor (2006) verweist in seinem Überblick über den Stand der Trennungsforschung auf folgende moderierende Faktoren hinsichtlich der Ausprägung der kindlichen Reaktion auf die Trennung: „Generell sind die Reaktionen von Kindern von ihrem Geschlecht, ihrem Alter, ihrem Verhältnis zu beiden Elternteilen, deren Verhalten, der Qualität der Beziehung zwischen den früheren Ehegatten, den Rahmenbedingungen der Trennung (ob sie z. B. plötzlich oder nach langem Streit erfolgte) und äußeren Faktoren (wie Wohnort- oder Schulwechsel, Anmeldung im Hort oder starkes Absinken des Lebensstandards) abhängig.“ Nach Dettenborn & Walter (2002) zeigen jüngere Kinder eher Belastungsreaktionen als ältere.

Walper (2005) weist darauf hin, dass die ökonomischen Ressourcen nach der Trennung, und dies betreffe häufig allein erziehende Mütter, die kindlichen Belastungen nach der elterlichen Trennung moderieren können. Finanzielle Knappheit nach elterlicher Trennung wird als zusätzlicher Belastungsfaktor wirksam und kann im Gesamt der übrigen Risikofaktoren zu einer höheren Wahrscheinlichkeit führen, dass kindliche Bewältigungsressourcen überschritten werden. Walper (a. a. O.) geht ebenfalls auf die Entwicklung der Beziehungen zu den Eltern nach der Trennung ein. Dabei gebe es verschiedene Hinweise, dass die Beziehung zur Mutter, auch wenn diese nicht Hauptbetreuungsperson ist, mit größerer Wahrscheinlichkeit aufrechterhalten bleibt als zum Vater. Die neuere Trennungsforschung habe die Ergebnisse früherer Studien in so weit differenziert, dass sich nicht mehr die reine Kontakthäufigkeit als bedeutsam für das mögliche Problemverhalten der Trennungskinder herausgestellt habe, sondern sich „die Qualität der Beziehung zum getrennt lebenden Elternteil und insbesondere dessen Erziehungsverhalten“ als Moderatorvariable zeige.

Schmidt-Denter (1997) widerspricht Ergebnissen anderer Studien, dass Jungen nach elterlicher Trennung deutlichere Störungen als Mädchen zeigen. Die Kölner Längsschnittstudie habe keine generellen geschlechtsspezifischen Unterschiede aufweisen können, in so weit seien Jungen und Mädchen im gleichen Ausmaß von elterlicher Trennung betroffen. Dabei könne in der Gewichtung der Symptome lediglich für eine Teilgruppe der Jungen im Spektrum aggressiver Reaktionen auffälliger Werte als bei den Mädchen festgestellt werden, und zwar insbesondere im Kindesalter. Bei den Jugendlichen würden dagegen eher Mädchen häufiger zu Problemen im sozialen Bereich und bei der Gestaltung eigener heterosexueller Beziehungen und partnerschaftlicher Bindungen neigen.

Schmidt-Denter (1997) beschreibt auf der Basis der Kölner Längsschnittstudie aus dem Jahr 1995 folgende Risiko- und Schutzfaktoren: Die hoch belasteten Kinder hätten eine negativ erlebte Beziehung zum getrennt lebenden Vater, der Erziehungsstil der (hauptbetreuenden) Mutter habe sich (nach der Trennung) verschlechtert und die Beziehung der Eltern sei durch anhaltende Konflikte bezüglich sorge- und umgangsrechtlicher Regelungen gekennzeichnet. Bei Kindern, die als Belastungsbewältiger

bezeichnet werden, herrschten zwar negative Gefühle gegenüber dem (nicht hauptbetreuenden) Vater vor, als Resilienzfaktor wirke jedoch eine positive Geschwisterbeziehung und eine stabile und positive Beziehung zur Mutter. Die gering belasteten Kinder hätten von einem hohen Ausmaß an positiven Gefühlen in der Beziehung zu ihren Vätern berichtet und von Rückhalt durch eine enge Geschwisterbindung, der mütterliche Erziehungsstil sei unterstützend gewesen und durch die elterliche Trennung nicht verändert worden. Die Eltern hätten ihre eigene Trennung als richtige Entscheidung akzeptiert und würden die Kontakte zum jeweils anderen Elternteil bejahen. Ein bedeutsamer Schutzfaktor sei insofern allein dadurch gegeben, dass es den Eltern gelänge, ihre Beziehung zueinander neu zu definieren und auf Konsensbildung in Bezug auf kindliche Belange auszurichten – dies gehe mit einer bedeutsamen Reduzierung kindlicher Verhaltensauffälligkeiten einher.

Figdor (1997) wiederum findet in seinen Untersuchungen die Ergebnisse anderer Studien bestätigt, dass Jungen durch Elterntrennungen mehr belastet zu sein scheinen als Mädchen. Der Autor führt dies – deutlich durch die psychoanalytische Theorie geprägt – darauf zurück, dass bei Mädchen die durch die Bindungsverunsicherung ausgelöste anklammernde Haltung weniger stark negativ sanktioniert werde als bei Jungen. Darüber hinaus gewinne die allein erziehende Mutter an Stärke, wodurch die Jungen sich als Vertreter des starken Geschlechts „besonders schwach erleben, hingegen die Mädchen sich mit einer starken Mutter gut identifizieren könnten“. Außerdem würden die Mädchen dazu neigen, die Mutter zu unterstützen, insbesondere in Haushaltsangelegenheiten, was zu deren Entlastung beitrage, während die größere Abhängigkeit der Jungen nach der Elterntrennung „meistens nur Belastung“ sei. Schließlich würden die Jungen die Mütter eher an den Vater erinnern, wodurch die Mutter-Kind-Beziehung stärker als im Falle der Mädchen belastet werden könnte.

Dettenborn & Walter (2002) diskutieren ebenfalls die Abhängigkeit kindlicher Reaktionen vom Geschlecht. Ältere Untersuchungen seien zunächst zu dem Schluss gekommen, „dass Jungen direkt auf das Trennungsgeschehen reagieren, es aber auch schneller verarbeiten. Mädchen zeigen sich zuerst weniger auffällig, haben später jedoch Anpassungsschwierigkeiten“ (S. 153). Neuere Untersuchungen hingegen hätten eine eher vergleichbare Belastungsintensität beider Geschlechter gezeigt, jedoch geschlechtsspezifisch unterschiedliche Ausdrucksformen: „Während Jungen zu externalisiertem Verhalten wie Aggressivität, Ungehorsam und Lügen neigen, zeigen Mädchen eher internalisierte Reaktionen wie Depression, Angst und Rückzug“ (ebd.).

Einen wichtigen Resilienzfaktor für das angemessene Bewältigen der Elterntrennung sieht Figdor (1997) in dem Gelingen einer Stiefelternfamilie. Diese könne dem getrennten Elternteil einen Partner geben und damit zu dessen Stabilisierung beitragen. Insbesondere in der Person eines Stiefvaters würde ein Junge ein neues Identifizierungsobjekt (für geschlechtsspezifische Modelle) bekommen und die Mädchen ein Liebesobjekt

„an welchem das Kind sich aufrichten und zu seiner sexuellen Identität finden kann“. Zudem gebe es für die Kinder nun wieder ein „drittes Objekt“, wodurch die bedeutsamen Funktionen eines (im psychoanalytischen Sinne positiven) triangulären Beziehungssystems wieder hergestellt werden könnten. Schließlich zeige es den Kindern ein Modell auf, dass es nach der Trennung einer Partnerschaft einen Neubeginn geben könne.

Kirchhoff (1996) berichtet in seinem Forschungsüberblick von folgenden wichtigen Moderatorvariablen:

Auf der Ebene des Kindes:

- Alter, Geschlecht und Temperament

Auf der Ebene des Familiensystems:

- Konfliktniveau und Kommunikationsziel der Eltern
- Erziehungsverhalten des hauptbetreuenden Elternteils
- Beziehung des Kindes zum nicht hauptbetreuenden Elternteil

Umgebungsvariablen:

- Ökonomische Situation
- Verfügbarkeit emotionaler Unterstützung im erweiterten sozialen Umfeld des Kindes

In einem ausgezeichneten Überblicksartikel gibt Fthenakis bereits 1993 einen detaillierten Überblick über die Ergebnisse zahlreicher Untersuchungen zu den kindlichen Reaktionen auf Trennung und Scheidung. Er unterscheidet in kurz- und mittelfristige Folgen im Sinne einer Nachtrennungsphase sowie langfristige Auswirkungen. Zusammenfassend kommt Fthenakis zu folgenden Ergebnissen hinsichtlich der dabei wirkenden Moderatorvariablen:

#### **Kindliche Charakteristika:**

- *Alter bei Elterntrennung:* Einige Studien haben stärkere Anpassungsstörungen bei jüngeren Kindern gefunden haben, andere wiederum konnten dieses nicht bestätigen. „Gegenwärtig ist man der Auffassung, dass Kinder unterschiedlicher Entwicklungsstufen verschiedene Bewältigungsmechanismen zur Verarbeitung des Scheidungsgeschehens einsetzen“ (s. o. 2.3. ff)
- *Geschlechtsspezifische Aspekte:* Der Autor stellt in seinem Review fest, dass Jungen vorwiegend ausagierend-aggressives Verhalten als Reaktionsform wählen, während Mädchen zu internalisierenden Verhaltensweisen neigen, nicht selten im Sinne eines überangepassten Verhaltens bis zur Pubertät. Ab dieser Entwicklungsphase zeige sich bei den Jungen eine zunehmende Stabilisierung, während die Mädchen aggressivere Verhaltensmuster zeigen, die sich nicht selten gegen den hauptbetreuenden Elternteil richten. Ein weiteres Ergebnis sei, dass Jungen offensichtlich mehr von einer Wiederheirat des hauptbetreuenden Elternteils profitieren als Mädchen, die gehäuft Verhaltensauffälligkeiten im Rahmen von Stiefelternfamilien zeigen.

- *Kindliche Verhaltensauffälligkeiten vor der Trennung:* Weiter sei als kindliche Prädiktorvariable festzuhalten, dass die schon in der Vortrennungszeit als „schwierig“ eingeschätzten Kinder deutlich mehr Probleme hätten, sich an die scheidungsbedingten Veränderungen anzupassen. „Das schwierige Kind ist mit größerer Wahrscheinlichkeit Auslöser und Ziel aversiver Reaktionen von Eltern und Stiefeltern, während es gleichzeitig schlechter mit derartigen Reaktionen umgehen kann.“

Sodann benennt Fthenakis **Faktoren des familialen Systems**, die hier nur aufgelistet genannt werden sollen:

- familiales Konfliktniveau;
- die Kompetenz des hauptbetreuenden Elternteils;
- die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung, insbesondere die Beziehung des Kindes zum nicht hauptbetreuenden Elternteil;
- die Art der gewählten Betreuungsregelung; und schließlich
- der partnerschaftliche Status der Elternteile nach deren Trennung bzw. deren Wiederheirat.

Schließlich führt der Autor **Einflüsse des „Meso-, Exo- und des Makrosystems“** an, welche die kurz- und mittelfristigen kindlichen Reaktionen auf die elterliche Trennung moderieren können:

- die Verfügbarkeit von sozialen und verwandtschaftlichen Netzen;
- die ökonomische Situation der Familie;
- die Inanspruchnahme von Interventionsansätzen und deren Qualität;
- die Qualität der Rechtsnormen, die das Scheidungsgeschehen moderieren;
- der kulturelle Hintergrund des familialen Systems;
- Faktoren des Zeitgeistes sowie herrschender Ideologien, vor deren Hintergrund sich eine Scheidung vollzieht.

In einer gemeinsamen Fachtagung des Familiennotrufs München und dem Deutschen Jugendinstitut in Zusammenarbeit mit der Universität München referiert Fichtner (2008) über Hochkonfliktfamilien als wesentlichen Risikofaktor. Darunter werden Scheidungs- und Trennungsfamilien verstanden, in denen ein so hohes Konfliktniveau vorliegt, dass Beeinträchtigungen auf der Verhaltens- oder Persönlichkeitsebene mindestens eines Elternteils entstehen, die partnerschaftliche Beziehung der Eltern untereinander und die Beziehung der Elternteile mit dem Kind belastet werden sowie institutionelle Hilfen schlecht greifen. Unter Hinweis auf die Studie von Buchanan et. al (2002) seien bei fortbestehenden Konflikten die Kinder deutlich häufiger von folgenden Belastungen betroffen:

- internalisierende Störungen
- externalisierende Störungen
- geringerer Schulerfolg
- verminderte kognitive Kompetenzen
- geringeres Selbstbewusstsein
- verminderte soziale Kompetenzen

- kritischere Einstellungen zur Ehe
- geringere Qualität der Liebesbeziehungen.

Die internalisierenden Probleme seien besonders dann sehr stark ausgeprägt, wenn ein ausgesprochen hohes Konfliktniveau vorliege, die Kinder unmittelbar mit dem Konfliktgeschehen konfrontiert und zudem Gegenstand der Konflikte seien. Während durch häufige Umgangskontakte bei wenig konfliktbelasteten Kindern ihre körperlichen Beschwerden abnehmen sowie ihr Selbstwert zunehmen würden (Fichtner nimmt hier Bezug auf Walper, 2006, und Walper & Gerhard, 2003), ergebe sich für hoch konflikthaft belastete Kinder mit hohem Koalitionsdruck ein gegenteiliger Effekt, nämlich häufiger Umgang führe zu einer Zunahme der körperlichen Beschwerden und einer Abnahme des Selbstwertes.

In ihrem umfassenden Überblick über die Trennungsfolgenforschung referiert Kostka (2004) über bislang identifizierte Risiko- bzw. Resilienzfaktoren, die auch als Vulnerabilitäts- bzw. protektive Faktoren bezeichnet werden. Sie haben also belastende bzw. in Hinblick auf schon vorhandene Stressoren verstärkende Wirkung oder aber eine schützende Funktion. In den meisten Studien werde ein kumulativer Effekt von Risikofaktoren angenommen. Kostka (2004) identifiziert in ihrer Metastudie folgende Aspekte:

#### **a. Einbeziehung und Informierung des Kindes**

Eltern sollten sich sehr gut überlegen, wie die Kinder in Abhängigkeit von ihrem Alter über die bevorstehende elterliche Trennung informiert würden, denn diese würden für immer erinnern, was gesagt bzw. nicht gesagt worden sei. In diversen Untersuchungen werde Empfehlungen gegeben, auf welche Weise mit den Kindern gesprochen werden solle (einfache Worte, langsam, am besten durch beide Eltern gemeinsam, deutliche Botschaft, dass es keine Versöhnung geben werde; Versicherung, dass die Kinder in eine liebende Familie geboren worden seien und die Eltern auch weiterhin für die Kinder da seien; klare Aussage, dass das Kind weiterhin beide Eltern lieben dürfe und keine Schuld an der Trennung habe; Gespräch mit dem Kind darüber, was es über Scheidung und Trennung wisse und was für Ängste es habe). Insbesondere sei es wichtig, dass die Eltern die Verantwortung für die Scheidung und die Schuld an den daraus entstehenden Folgen auch hinsichtlich des Leidens der Kinder übernehmen.

Einige Studien hätten laut Kostka jedoch ergeben, dass das kognitive Verstehen der Vorgänge um die elterliche Trennung herum nicht immer mit dem Empfinden des Kindes korreliere. Eine erfolgreiche intellektuelle Integration müsse nicht unbedingt eine entsprechende emotionale Verarbeitung nach sich ziehen. Auch müsse bedacht werden, dass nicht alle Eltern in der Lage seien, auf die empfohlene Weise mit ihren Kindern zu kommunizieren.

#### **b. Veränderungen im elterlichen Verhalten**

Durch die Trennung der Eltern wird deren bisheriges Leben und das der Kinder einem starken Umbruch unterzogen. Die kognitiven und emotionalen Bewältigungsmöglichkeiten vieler Mütter und Väter seien damit überfordert. Die Kinder würden das veränderte emotionale Klima spüren und sehr sensibel auf elterliche Streitigkeiten, veränderte Stimmungslage bei den Elternteilen und Verhaltensänderungen gegenüber den Kindern reagieren. Gegenseitige Schuldzuweisungen der Eltern untereinander eröffnen für die Kinder das Feld von Loyalitätskonflikten, sie können zum Gegenstand von langwierigen gerichtlichen Auseinandersetzungen um das Sorge- oder Umgangsrecht werden. Im Zuge der Aufnahme von neuen Partnerschaften eines oder beider Elternteile können die Kinder sich zurückgesetzt und nicht mehr geliebt fühlen. In dieser Gemengelage würden Veränderungen in der Eltern-Kind-Beziehung entstehen, die sich teilweise längerfristig auswirken können. Hierzu gehöre auch eine Verschiebung in der Rollenverteilung „sie werden zu Eltern ihrer eigenen Eltern“, zu Berater/innen, Helfer/innen, zum Ersatz für andere Erwachsene (Parentifizierung). Über die Rollenkonfusion kann es zu einem regelrechten Rollentausch kommen mit den jeweils dadurch ausgelösten Überforderungen in den kindlichen Bewältigungsressourcen.

Demgegenüber könne eine hohe pädagogische und insbesondere feinfühligkeitskompetente Kompetenz der Elternteile gegenüber den Kindern ein bedeutender Resilienzfaktor sein, hier spiele auch der vorherrschende Erziehungsstil eine große Rolle. Eine emotional tragende und gleichzeitig Orientierung und Struktur gebende elterliche Kompetenz könne dem Kind helfen, die Trennungsfolgen besser zu bewältigen.

### **c. Verlust eines Elternteils nach elterlicher Trennung**

Kostka (2004) gibt einen differenzierten Überblick über diverse diesbezügliche Studien, die durchaus uneinheitliche Ergebnisse aufweisen. Dabei geht es angesichts der gesellschaftlichen Realität hauptsächlich um die Einschätzung der Folgen des Vaterverlustes, da nach wie vor nach elterlicher Trennung die Mutter in der Regel die Hauptbetreuungsperson für ein Trennungskind bleibt. Während ein Kind ganz konkret nach elterlicher Trennung häufig nur noch selten oder möglicherweise gar keinen Zugang mehr zu seinem Vater hat, kann von einem „Mutterverlust“ im übertragenen Sinne gesprochen werden, wenn ein Trennungskind den Verlust liebevoller Zuwendung und gewohnter räumlicher Anwesenheit der Mutter auf Grund erforderlicher Berufstätigkeit und dadurch notwendiger Fremdbetreuung erfährt. Während für einige Autoren als Hauptfolge elterlicher Trennung der Vaterverlust zu beklagen sei, werde wiederum von anderen „der Mutterverlust angesehen als „der bedeutendste, sich bis ins Erwachsenenalter auswirkende, aber bisher in allen Überlegungen übersehende Verlust der Scheidung, der zu dem alle bisherigen rechtspolitischen Überlegungen in Frage stellt“ (S. 172).

### **d. Ökonomische Folgen der Scheidung**

Die finanzielle Situation vieler alleinerziehender Elternteile nach der Tren-



nung, hier also meist der Mutter, stellt sich als schwierig dar, welches unmittelbar auf die Gestaltung des Umfeldes für die Kinder durchschlägt.

### **e. Elterlicher Konflikt und häusliche Gewalt**

Ein elterliches Konfliktgeschehen, insbesondere wenn es mit erheblicher Aggression und Tätlichkeiten ausgetragen wird, wird in vielen Studien als bedeutsamer Vulnerabilitätsfaktor angesehen. „Es wird also angenommen, dass ein elterlicher Konflikt – ganz unabhängig von der Sorgerechtsform – einen negativen Effekt auf die Eltern-Kind-Beziehung so wie die Anpassung der Kinder hat“ (S. 175). Leider dauere dieser Konflikt häufig über die Phase des Trennungsgeschehens langfristig an, so dass er über Jahre hinweg im Erleben des Kindes einen Belastungsfaktor darstellen könne. Andererseits kann gerade die elterliche Trennung im Hinblick auf das Erleben von Angst und Belastung auslösenden Konflikten eine deutliche Entlastung für das Kind darstellen, die in verschiedenen Studien auch artikuliert worden sei. Auch Kostka verweist in diesem Zusammenhang auf Untersuchungen zu Hochkonfliktfamilien (s. o. Fichtner, 2008).

### **f. Elterliche Kooperation**

Vor diesem Hintergrund kann es nicht überraschen, dass das Ausmaß und die konkrete Ausgestaltung elterlicher Kooperation ebenfalls einen bedeutsamen Faktor für die kindliche Bewältigung der Elterntrennung darstellt.

### **g. Neue Partnerschaften der Eltern**

Ob einer der Elternteile oder beide neue Partnerschaften bzw. neue Familien gründen, mit welchem zeitlichen Abstand dies vom elterlichen Trennungsgeschehen erfolgt, auf welche Weise das Kind an den neuen Partner herangeführt wird, welche Rolle es in dem neuen Familiensystem findet, wie die Beziehung zum Stiefelternteil bzw. ggf. Stiefgeschwistern sich gestaltet, sind nur einige der Aspekte, die darüber entscheiden können, ob es sich hierbei um einen zusätzlichen Risiko- oder Schutzfaktor für die weitere kindliche Entwicklung handelt.

Zu recht ähnlichen Befunden kommen Walper & Gerhard (2003), sie diskutieren die Entwicklungsrisiken und Entwicklungschancen von Trennungskindern. In ihrem Review-Artikel werden folgende Stressoren für Trennungskinder identifiziert (so auch in einer neueren Veröffentlichung von Walper & Langmeyer, 2008):

#### **a. Qualität des Kontakts zum getrennt lebenden Elternteil:**

Die frühere Annahme, dass ein Kind per se durch den Verlust der häuslichen Gemeinschaft mit dem wegziehenden Elternteil belastet werde, habe sich in verschiedenen Studien nicht bestätigt. Insbesondere sei nicht gefunden worden, dass sehr häufiger Kontakt zum nicht hauptbetreuenden Elternteil zu einer deutlich positiveren Entwicklung der Kinder führe im Vergleich zu Kindern mit reduziertem oder eingestelltem

Kontakt. In neueren Untersuchungen habe gezeigt werden können, dass vielmehr der Erziehungsstil des getrennt lebenden Elternteils, meist des Vaters, einen günstigen Einfluss auf die kindliche Entwicklung habe, wenn er weitgehend an ein autoritatives Erziehungsverhalten angenähert sei (hohe Zuwendung und bewusste Orientierung an Regeln). Die Effektstärken für autoritatives Erziehungsverhalten bei der Prognose der kindlichen Entwicklung seien 4-5 Mal höher im Vergleich zu den Effektstärken der rein quantitativen Kontaktberücksichtigung. Insgesamt scheine sich eine gute Beziehung zum Vater und dessen regelmäßige Unterhaltszahlung positiv auf die Kinder auszuwirken.

### **b. Befindlichkeit und Erziehungsverhalten der Eltern**

Die Qualität des Erziehungsverhaltens sei in besonderer Weise für die weitere Entwicklung des Trennungskindes bedeutsam. Von dem hauptbetreuenden Elternteil müsse, neben der Bewältigung der eigenen Belastungen, eine möglichst hohe Qualität des Erziehungsverhaltens umgesetzt werden, entgegen einer seitens des Erwachsenen oft erlebten erhöhten Depressivität und Emotionalität. Die Gesamtumstände würden eher einen inkonsistenten Erziehungsstil fördern, wodurch ein wesentlicher Teil der Verhaltensauffälligkeiten von Scheidungskindern erklärt werden könne.

### **c. Elternkonflikte**

In hochkonfliktbelasteten Ehen sei die Wahrscheinlichkeit gering, dass die Streitigkeiten im Verlauf der ersten zwei Jahre nach der Scheidung beigelegt würden. Die Qualität der Elternbeziehung nehme Einfluss auf die kindliche Entwicklung nicht nur in Kern-, sondern auch in Trennungsfamilien. Besonders Elternkonflikte mit hoher Frequenz und Intensität stellten einen besonderen Belastungsfaktor für die kindliche Entwicklung dar, weil es die emotionalen Ressourcen des Kindes stark beanspruche. Eine besondere Gefährdung sei bei Einbeziehung des Kindes in das elterliche Spannungsfeld und bei Allianzenbildung zu verzeichnen. Auch würde häufig eine Situation „paralleler Elternschaft“ entstehen, wobei jeder Elternteil ohne nennenswerte Bemühungen um Koordination seine Beziehung zum Kind eigenständig gestalte. Durch divergierende Erziehungsansätze könne das Kind verunsichert werden bzw. die Elternteile gegeneinander ausspielen.

### **d. Ökonomische Faktoren**

Insbesondere Kinder mit alleinlebenden Müttern seien im verstärktem Maße von Armut bedroht, dies beeinträchtige Selbstbild und Sozialbeziehungen, schulische Leistungen und intellektuelle Kompetenzen der Kinder und fördere im Gegenzug Problemverhalten.

### **e. Entwicklung der Stieffamilie**

Der Einfluss neu entstandener Familiensysteme nach elterlicher Trennung auf die kindliche Entwicklung sei in diversen Studien kontrovers diskutiert worden. Positiv sei das Potential zur Kompensation des durch den Auszug

eines Elternteils verlorenen Rollenmodells hervorgehoben worden wie auch die Wiederaufnahme eines normalen Familienlebens mit zwei Erwachsenen und ggf. mehreren Kindern. Als Risikofaktor hingegen werde den Kindern eine erneute Anpassungsleistung abgefordert, insbesondere berge auch eine Stieffamilie die Möglichkeit von Instabilität und eines erneuten Trennungsgeschehens in sich. Wiederholte Trennungen und Scheidungen seien für die kindliche Entwicklung als besonders belastend einzuschätzen.

**Tab. 2:** Übersicht Moderatorvariablen

Ebene	Moderatorvariable
Kindliche Charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alter bei Trennung</li> <li>• Geschlecht (uneinheitliche Befunde)</li> <li>• Persönlichkeitsmerkmale (Ängstlichkeit, Selbstwert, soziale oder kognitive Kompetenzen)</li> <li>• Konflikt- und Belastungserleben sowie Verhaltensauffälligkeiten des Kindes vor der Trennung</li> <li>• Psychische oder physische Beeinträchtigungen</li> </ul>
Familiäre Beziehungsfaktoren	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Art und Ausmaß der kindlichen Information über die bevorstehende Elterntrennung</li> <li>• Beziehungsqualität zum hauptbetreuenden Elternteil sowie dessen pädagogische Kompetenz (Feinfühligkeit)</li> <li>• Beziehungsqualität zum nicht-hauptbetreuenden Elternteil sowie dessen pädagogische Kompetenz (Feinfühligkeit) (Kontakthäufigkeit eher sekundär)</li> <li>• Rollenkonfusion? Parentifizierung?</li> <li>• Psychische Befindlichkeit/Stabilität der Elternteile in eigener Krisenbewältigung</li> <li>• Ausmaß der Veränderung elterlichen Verhaltens gegenüber dem Kind</li> <li>• Art der Betreuungsregelung nach Trennung</li> <li>• Konfliktstärke in der Elternbeziehung/Trennung von Paar- und Eltern-ebene (hoher Risikofaktor)</li> <li>• Hochkonfliktfamilie? (Häusliche Gewalt ist starker Risikofaktor)</li> <li>• Ausmaß der Einbeziehung/Instrumentalisierung des Kindes im Elternkonflikt</li> <li>• Bindungstoleranz (Bejahung der kindlichen Kontakte zum anderen Elternteil)</li> <li>• Koordinierte oder divergierende Erziehungsregeln bei den Eltern</li> <li>• „Verlust“ eines Elternteils für das Kind</li> <li>• Tragfähigkeit einer Geschwisterbeziehung</li> <li>• „Gelingen“ einer Stiefelternfamilie</li> <li>• Offenheit gegenüber Hilfs- und Beratungsangeboten</li> </ul>
Äußere Bedingungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhalt oder Wechsel des sozialen Umfelds für das Kind</li> <li>• Ausmaß von Fremdbetreuung im Vergleich vor der Trennung</li> <li>• Verfügbare ökonomische Ressourcen</li> <li>• Verfügbarkeit emotionaler Unterstützung im erweiterten Umfeld</li> <li>• Verfügbarkeit von Hilfs- und Beratungsangeboten</li> <li>• Kultureller Hintergrund und „Zeitgeistfaktoren“</li> </ul>

Oberndorfer (1996) fasst den (damaligen) Stand der Forschung zu Risiko- und Schutzfaktoren zusammen und bewertet diesen als unvollständig. Kinder mit überdurchschnittlich hohen sozialen und kognitiven Kompetenzen, die überdies über tragfähige Beziehungen neben den Eltern auch noch zu anderen Personen verfügten, seien offenbar eher fähig, die Elterntrennung schneller zu bewältigen. Kinder mit physischen oder

psychischen Beeinträchtigungen hingegen seien durch dieses biographische Ereignis besonders gefährdet. Die Autorin verweist darauf, dass die unmittelbaren Reaktionen von Kindern nach Elterntrennung keine Entwicklungsstörungen, sondern kindliche Bewältigungsversuche darstellten, die gewürdigt werden müssten. Vielfach sei sogar zu beobachten, dass Kinder im Rahmen einer positiven Bewältigung des Trennungsgeschehens einen Zuwachs an Einfühlungsvermögen, Selbstständigkeit und Selbstwertgefühl erfahren würden.

Die zahlreichen, teilweise auch parallelen Ergebnisse zu den Resilienz- und Risikovariablen sollen in Tab. 2 zusammenfasst werden:

### **3. Forschungsperspektive und methodischer Ansatz**

In diesem Abschnitt soll zunächst der wissenschaftstheoretische Hintergrund beleuchtet werden, vor dem die hier vorgelegte Studie angesiedelt ist. In einem zweiten Schritt sollen sodann von anderen Autoren beschrittene methodische Wege vorgestellt und diskutiert werden. Schließlich möchte ich auf dieser Basis das von mir gewählte Forschungsdesign ableiten und begründen.

#### **3.1 Methodische Vorüberlegungen**

In erster Linie soll ein qualitativer Forschungsansatz gewählt werden. Begründung ist, dass der Forschungsgegenstand ein Ausschnitt der Biografie von Menschen ist, und zwar in ihrem individuellen So-Gestaltet-Sein. Darüber hinaus ist Biografie immer ein subjektives Konstrukt von Vergangenheit, vom Mittelpunkt des Erlebenden aus gesehen. Will man die Bewertung, den Stellenwert und die Auswirkungen bestimmter Lebensereignisse, also Erfahrungen, eines einzelnen Menschen nachvollziehen, muss man seine je eigene Konstruktion des „Gewesenen“ zum Fokus der Betrachtung machen, und zwar so weit wie möglich aus der Sicht des Betroffenen. Der Forschende nimmt dabei so weit wie möglich den Standpunkt der Person ein, um nachzuvollziehen, wie diese Wirklichkeit auf der Basis von eigenen Erfahrungen sich konstruiert (bzw. in der Rückschau rekonstruiert wird).

Gemessen an dem hier gewählten Thema gibt es offenbar keine angemessene Alternative für einen solchen Zugang. Denn wenn interessiert, wie Kinder z. B. das Verhalten ihrer Eltern früher erlebt, wie sie darauf reagiert haben und welche Strategien zur Belastungsreduktion entwickelt wurden, dann sprechen wir zunächst von innerem Verhalten (Kognitionen, Emotionen, vegetativen Zuständen), welches allein auf der Basis der subjektiven Wirklichkeitskonstruktion entsteht und sodann zu äußerlich

wahrnehmbarem Verhalten führt (z. B. Belastungsstörungen, Rückzug von einem Elternteil usw.). Weiterhin wird das Subjekt, also hier das frühere Kind, welches durch die biografische Rückschau junger Erwachsener eine Stimme erhält, im Sinne der Handlungsforschung als kompetent erlebt, seine Umwelt aktiv und vor dem Hintergrund der eigenen Bedürfnisse mitzugestalten. Hier gibt es einen Bezug zur „partizipativen Forschung“, wie sie von Kaltenborn (2004) vertreten wird. In diesem Zusammenhang soll nochmals auf den schon oben genannten Reviewartikel von Schmidt-Denter (1997) zurückgegriffen werden, der auf die „Inkonsistenz der Befunde“ verweist, die allerdings kaum überrasche „wenn man bedenkt, dass die familiäre Trennung keiner naturgesetzlichen Zwangsläufigkeit unterliegt, sondern dass sie einen vielschichtigen Prozess darstellt, der von Menschen in unterschiedlicher Weise gestaltet wird.“ Hier ergibt sich erneut die Dringlichkeit eines subjektorientierten Forschungsansatzes.

Um die hier aufgezeigten methodischen Notwendigkeiten zu erfüllen, erscheint das narrative biografische Interview (hier synonym mit „persönliches Gespräch“ verwendet) der sinnvollste Ansatz zu sein. Der narrative Aspekt stellt das Erzählen ins Zentrum, „biografisch“ betont das subjektive Erleben des Gesprächspartners. Das *persönliche Gespräch* soll hier also als Weg der psychologischen Forschung gewählt werden (Langer 2000).

Dieser Ansatz wird in der personenzentrierten Psychologie und Psychotherapie nach Carl Rogers und seiner Aufbereitung im deutschsprachigen Raum von Tausch & Tausch (1979; 1981) sowie der themenzentrierten Interaktion von Ruth Cohn (1975) verortet. Langer (2000) führt hierzu aus, dass bislang die alltäglichen Erfahrungen von Menschen in der Wissenschaft eine eher untergeordnete Rolle gespielt haben. Dabei sei aus ihren Erfahrungen zu allen wichtigen Lebensthemen „eine unermessliche Fülle an Wissen“ geschaffen worden. Anstatt das Wissen „über“ Personen anzuhäufen, vertritt Langer das Ziel, „Wissen voneinander“ zu schaffen. „Es geht dabei überhaupt nicht darum, zu wissen, was wissenschaftlich als richtig oder falsch anzusehen ist, sondern um die Vielfalt von Handlungs-, Erlebens-, Gefühls-, Bewertungs- und Gestaltungsmöglichkeiten“ (S. 15). Zu den wichtigen Lebensthemen gebe es niemals ein für alle Personen allgemein gültiges Wissen. Auch eine groß angelegte Studie mit schließlich quantifizierbaren Ergebnissen könne darüber nicht hinwegtäuschen. Hypothesengeleitetes Forschen neige dazu, das gesamte Erfahrungsspektrum von Menschen in die Vorannahmen der Forschenden zu pressen und somit von vornherein zu beschneiden. Der von Langer und auch hier vertretene Forschungsansatz will hingegen versuchen, dem Gesprächspartner „ein aufrichtiges Gegenüber“ zu sein. Der Forschende versucht, sich in die innere Welt seines Gegenübers einzufühlen, mit dieser in Resonanz zu treten, das Verstandene dem Gesprächspartner in nicht wertender Weise zum Ausdruck zu geben und diesen so zu weiterer *selbstgeleiteter* Innenschau („Selbstexploration“) anzuregen.

Werde der Mensch als Gegenüber zu einem „Objekt“ der Forschung erklärt, welches man scheinbar neutral und objektiv studieren könne, werde nach Langer (2000) eine „erhebliche zwischenmenschliche Distanz“

(S. 32) aufgebaut. Aus einer solchen Atmosphäre heraus könne eine Person gar nicht oder nur sehr erschwert in einen inneren Kontakt mit den für sie relevanten Erfahrungen, einschließlich der damit assoziierten Gefühle, eintreten oder aber sie würden zwar gespürt, wegen der bestehenden menschlichen Distanz jedoch nicht geäußert.

Hier haben wir es also mit einer Fehlerquelle in der wissenschaftlichen Forschung zu tun, die oft übersehen wird. Je objektiver und neutraler man glaubt, eine Studie anzulegen, desto mehr wächst die Wahrscheinlichkeit, dass die gewünschten Informationen nicht „zu Tage treten“. Andresky (1977) erklärt hierzu: „Ein Soziologe oder ein Psychologe, der von Systemen, Jargon und Technik eingenommen ist, gleicht einem Zimmermann, der so sehr darum besorgt ist, seine Werkzeuge sauber zu halten, dass er keine Zeit hat, Holz zu schneiden. ... Aber es ist doch sehr schade, dass wir nicht mehr Werke haben, die auf Grund sorgfältiger und verlängerter Beobachtung anschaulich die Aspekte sozialer Realität darstellen, welche den Fragenbögen und Statistiken entwischen“ (S. 116 f).

Dieses gilt gerade dann, wenn es um die Annäherung an die subjektive Wirklichkeit von einzelnen Menschen, ihrem jeweiligen Erleben, ihren damit zusammenhängenden Gefühlen und Bewertungen, ihren Bewältigungsbemühungen usw. geht. Es handelt sich hier um persönlich bedeutsame Themen, die nicht jederzeit zugänglich sind (hier bedarf es eben der schon erwähnten fördernden Atmosphäre des einführenden, nicht wertenden Verstehens, der menschlichen Achtung und der Echtheit in der Begegnung) bzw. nicht jedem gegenüber geäußert werden.

Der Forschende wie auch der oder die „Beforschte“ werden somit als gleichermaßen teilnehmende Partner eines gemeinsamen Erkenntnisprozesses angesehen. Dabei wird nicht nur notgedrungen akzeptiert, dass der Wissenschaftler selbst aktiv handelndes Subjekt in einem solchen Prozess ist (denn auch jede Wahrnehmung ist per se schon aktiv ausgestaltete Verarbeitung). Es wird sogar explizit betont, dass das Einbringen der menschlichen Qualitäten des Forschenden für den Erkenntnisgewinn unverzichtbar ist. „Man kann nicht ein Interview machen, indem man sein Opfer mit einer Ladung von Fragen bombardiert, was nur langweilig und ermüdend für beide Seiten ist. Der einzige Weg ist, ein Interview zu einem erfreulichen sozialen Akt zu machen, sowohl für den Interviewer als auch für den Antworter, zu einem zweigleisigen Verkehr, so dass sich der Antworter nicht als ‚Opfer‘ fühlt, sondern als wahrhaftiger Partner, als wahrhaftiger Gesprächsteilnehmer“ (Zweig, 1965, zit. nach Andreski, a. a. O., S. 118).

So erklärt auch Tausch (1983), es schwebt manchen Wissenschaftlern vor, „bei ihrer Tätigkeit ihr Fühlen und ihre Persönlichkeit als unbedeutend zu erachten und weitgehend so genannten Gesetzen der Wissenschaft zu folgen. ... Die persönlichen Haltungen eines Wissenschaftlers sind sehr förderlich oder sehr beeinträchtigend für seine wissenschaftliche Tätigkeit. Sie haben einen enormen, weitgehend unterschätzten Einfluss auf

Inhalte und Qualität der Forschung und, in der Lehre, auf die Studierenden. ... Unter einer so genannten sachlichen Ausdrucksweise wird verborgen, dass es eine Person ist, die urteilt, die fehlbar sein kann, und dass andere Personen zu anderen Urteilen kommen können."

Das Leben in seiner Vielgestaltigkeit betrachtet ergibt die Grundlage, Aussagen über die „Lebenskunst“ zu machen, wie sich diese entwickelt aus dem jeweils individuellen Bemühen um den eigenen Lebensweg. „Denn das, was ist, erschöpft die Möglichkeit, wie es sein kann, nicht“ – diese Äußerung eines Philosophen (Schmid, 1998, S. 53) verweist darauf, dass jedes noch so abgesicherte Ergebnis über das vorherrschende Verhalten einer bestimmten Stichprobe nichts darüber aussagt, was jenseits dessen an individuellen Verhaltenslösungen möglich ist, das jedoch in keiner Gruppe jemals „signifikant“ hervortreten würde. Und weiter: „ ... aber es muss Sorge dafür getragen werden, die Vielfalt der Lebenswirklichkeiten nicht in vorgefertigten Begriffen zu ersticken“ (ebd., S. 54).

Hieraus ergibt sich die besondere Legitimation für den hier gewählten Forschungsansatz. Will ich einen Forschungsgegenstand studieren, muss ich für diejenigen Bedingungen sorgen, in denen er sich überhaupt zeigen kann. Die Idee der objektiven Forschung in Bezug auf jeweils individuelle menschliche Wirklichkeiten, aber auch darüber hinaus, ist ohnehin kritisch zu würdigen. Nach Heinz von Foerster (2006) ist „Objektivität die Wahnvorstellung, Beobachtungen könnten ohne Beobachter gemacht werden“ (so in seinem brillanten Buch „Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners – Gespräche für Skeptiker“, gemeinsam mit Bernhard Pörksen). Auch bei sorgfältigster „Messung“, selbst in quantitativer Hinsicht, viel mehr jedoch bei der Begegnung mit subjektiven Wirklichkeiten von Menschen, handelt es sich stets um Wahrnehmungen eines Beobachters, der selbst nur Zugang hat zu wiederum seiner inneren Welt, nicht jedoch direkten Kontakt zu den von ihm wahrgenommenen Phänomenen der äußeren Realität, geschweige denn zu der subjektiven Wirklichkeit einer anderen Person.

Hier ergeben sich bedeutsame Verknüpfungen zu dem Ansatz des Konstruktivismus, wie sich dieser in den vergangenen Jahrzehnten sowohl in der Biologie, der Psychologie wie auch Soziologie einen festen Platz geschaffen hat (Watzlawick, 1990; von Glasersfeld, 1998; Zusammenfassung in Unger & Hofmann-Unger, 1999). Dieser beruht auf dem Grundsatz, dass der Mensch zu der *Welt an sich* keinerlei Zugang erhalten kann, sondern stets nur zu der Welt, wie sie sich *für ihn darstellt* (in Anlehnung an Kant), also zu dem inneren Modell der äußeren Welt, zu der von einem Menschen jeweils geschaffenen Konstruktion von Wirklichkeit. Es wäre nicht nur im alltäglichen Umgang mit Menschen, sondern auch als wissenschaftlich Handelnder ein gravierender Fehler, die jeweilige subjektive Wirklichkeit, die eine von mir selbst geschaffene ist, mit der äußeren Realität, der Wahrheit usw. zu verwechseln. Ich würde damit in den vorwissenschaftlichen Zustand des naiven Realismus zurückfallen mit dem Kategorienfehler, mein Modell von der Welt mit der Welt als solcher zu verwechseln. Oder anders ausgedrückt: Ich verwechsle die Landkarte, die ich mir

nach und nach erarbeitet habe, mit der Landschaft selbst. Natürlich kann ich mich mit dem Stadtplan von Hamburg sehr gut in dieser Stadt zurechtfinden – insofern „stimmt er und ist richtig“. Gleichwohl würde ich niemals auf den Gedanken kommen, meinem Münchner Freund den Hamburger Stadtplan zu schicken mit der Botschaft, damit habe er Hamburg gesehen, er brauche gar nicht erst anzureisen.

Zurückkommend auf unser Forschungsanliegen würde ein solcher naiver Realismus die Annahme bedeuten, aus der Ermittlung des *durchschnittlichen* Verhaltens und Erlebens eines Trennungskindes im Rahmen einer großen Stichprobe könnte ich etwas Essenzielles über die subjektive Wirklichkeit eines *speziellen Trennungskindes* erfahren. Genau hierin besteht jedoch das Anliegen dieser Studie. Aus den Möglichkeiten des Erfahrungs- und Verhaltensraumes der hier einbezogenen Teilnehmer soll ein „Wirklichkeitsraum“ entworfen werden, der mich als professionell Handelnder gegenüber Kindern für deren jeweils subjektive Wirklichkeit sensibilisiert und öffnet. In der tatsächlichen Arbeit mit einem individuellen Trennungskind hilft es mir wenig zu wissen, wie Trennungskinder im Allgemeinen erleben und handeln. Vielmehr gilt es nun, die ganz individuelle Wirklichkeit, d. h. Gedanken, Gefühle, Bewertungen des vor mir befindlichen Kindes in einer Weise zu erschließen, so dass unterstützende, Halt gebende Interventionen an seine subjektive Wirklichkeit *anschlussfähig* sind.

Diese Überlegung unterstützt auch Langer (2000). Es sei „überhaupt nicht das Ziel, allgemeine Aussagen über Personengruppen zu machen. Vielmehr geht es um die Ergiebigkeit hinsichtlich der Lebenserfahrungen der Personen“ (S. 38). Auf das hier verfolgte Thema angewendet heißt dies: Das einzelne Trennungskind verhält sich eben nicht wie eine Gruppe von Menschen, sondern wie es seiner höchst eigenen, inneren Wirklichkeit entspricht. Es bedarf also eines Forschungszugangs von sehr vielen verschiedenen Menschen, diese inneren Wirklichkeiten „zu heben“, nachvollziehbar zu machen und so die Voraussetzung zu schaffen, in einem jeweils konkreten Einzelkontakt mit einem Trennungskind vor dem Hintergrund des Spektrums möglicher Erfahrungen diesem jeweils individuell begegnen zu können. Wir versuchen, uns mit einer diesbezüglich fördernden Grundhaltung, dem „inneren Bezugsrahmen“ (Carl Rogers, zit. nach Langer, a. a. O.) anzunähern. Hier wird also derselbe Zugang sowohl im Rahmen des forschenden wie auch des interventionsgeleiteten Interesses gewählt. Mit der inneren Haltung des einfühlenden, nicht wertenden Verstehens, der Achtung und der Authentizität wende ich mich als Forscher meinem Gegenstand, nämlich der inneren Welt von Trennungskindern, zu, um für mich später in der Anwendung als Therapeut, Trennungsberater, gerichtlicher Sachverständiger usw. die Voraussetzungen zu schaffen, mich mit den selben Werthaltungen nunmehr mit einem helfenden Interesse dem Bezugsrahmen eines jeweiligen Kindes anzunähern. Das *Schaffen von Wissen* in so verstandener Weise ist daher letztlich von der Grundhaltung und dem Vorgehen des jeweils professionell Handelnden her eng verwandt mit der *Anwendung von Wissen*. Hierdurch



wird bedingt, dass häufig eine hohe Viabilität (praktischer Nutzen) der gewonnenen Forschungsergebnisse vorliegt.

Auf einen Punkt gebracht: Wir sehen den jeweiligen Menschen – unabhängig davon, ob er am Forschungsprozess für den Wissenserwerb oder aber am Interventionsprozess der Wissensanwendung beteiligt ist – seinerseits als „Wissenden“ an, der bezüglich bestimmter Erfahrungsbereiche über „Expertenschaft“ verfügt (wie Langer, 2000, S. 94, unter Bezugnahme auf Rogers feststellt). Dies führt uns direkt zu dem Bemühen von Kaltenborn (Universität Marburg) und anderen Autoren, die bislang versucht haben, einen solchen Zugang explizit im Rahmen der Trennungsforschung umzusetzen.

### **3.2 Vorliegende Studien ähnlicher methodischer Ausrichtung**

Kaltenborn tritt in diversen Beiträgen (1998; 2002; 2004) für einen veränderten Forschungsansatz ein, indem die „prävalierende Strukturorientierung“ in der Scheidungsforschung kritisiert wird (allgemeine Entscheidungskriterien für alle Kinder), während „das Handlungsvermögen und die Mitgestaltungspotenziale des Kindes oft vernachlässigt (werden)“ (2002, S. 254). Es gehe darum, den Kindern (als späteren Erwachsenen) die Möglichkeit zu geben, „ihre persönlichen Beziehungen mit dem umgangsberechtigten Elternteil sowie ihre Erfahrungen mit dem Besuchsrecht nach der Trennung oder Scheidung ihrer Eltern vortragen und ihre Sichtweise konstruieren zu lassen“ (ebd., S. 255). Obwohl die gerichtlichen Entscheidungen und elterlichen Verhaltensweisen in Kindheit und Jugend wesentliche Weichenstellungen für die langfristige Beziehungsentwicklung zum Umgangsberechtigten darstellen, wurde in der Studie diesbezüglich eine deutliche Entwicklungsdynamik und Offenheit für Neuanfänge bis ins Erwachsenenalter gefunden. Gleichwohl sei die traditionelle Scheidungsforschung (so auch der umfassende Literaturüberblick von Furstenberg & Cherlin, 1993) noch dem strukturellen Ansatz verhaftet, „da Wünsche und Perspektive, Handlungsvermögen und Mitgestaltungspotenziale des Kindes unterrepräsentiert sind bzw. weitgehend ignoriert werden...“ (ebd., S. 256). Gerade hierin sei jedoch ein wesentliches, wenn nicht das Schlüsselement für die Beziehungsqualität und –geschichte zu sehen. Hier könnten autobiografische Narrationen von Kindern und Rückerinnerungen von jungen Erwachsenen die einseitige Fremdperspektive durch Selbstperspektiven korrigieren.

Kaltenborn (2004) führt aus, dass die „Konzeptualisierung der Sorgerechtsfrage als Strukturproblem und die damit einhergehende Vernachlässigung der Perspektive des Kindes zunehmend in die Kritik (gerät).“ In eine ähnliche Richtung geht auch die Arbeit von Smart et al. (2001, S. 20): „A striking feature of the current research on children and divorce is that very little of it is based on the views of children themselves. To date, their collective views have simply not been taken into account in the a-

rea of private family law and policy. The irony of this, we quickly discovered, is that children have a lot to say if they are given the opportunity.“ Dies gilt auch für den Beitrag von Fegert und Zitelmann (2002), die darauf verweisen, dass es „bislang nur wenig systematisches Wissen über die Wahrnehmung familiengerichtlicher Entscheidungen aus der Kindperspektive und die subjektive Wahrnehmung der Eigenbeteiligung der Kinder“ gibt (S. 102).

Es geht also darum, die Wirklichkeitskonstruktionen von jungen Erwachsenen in der Rückschau auf eine Lebensphase kennenzulernen, in welcher sie selbst durch Einbindung in das elterliche Trennungs- und Konfliktgeschehen nicht oder nur eingeschränkt in der Lage waren, sich entsprechend zu erklären oder zu verhalten. Der diagnostisch tätige Psychologe ist oft auf Vermutungen angewiesen, wenn er die Frage beantworten will, aus welchen Gründen, mit welchem motivationalen Hintergrund sich ein Kind z. B. in einem Umgangsregelungskonflikt so und nicht anders verhält (z. B. den umgangsberechtigten Elternteil plötzlich ablehnt und nicht mehr sehen möchte). Das Kind selbst ist dann evtl. in einem aktuellen Loyalitätskonflikt gefangen, welchen es nicht reflektieren und verbalisieren kann. Erst in der biografischen Rückschau mit entsprechendem zeitlichen und emotionalen Abstand und den dann zur Verfügung stehenden altersentsprechenden Kompetenzen ist es dem Betroffenen ggf. möglich, über damals bestehende Belastungen und Bewältigungsversuche Auskunft zu geben.

Kaltenborn (2002, S. 277) verweist in diesem Zusammenhang auf den methodischen Ansatz der „kindlichen agency“ (nach James et al., 1998). Dabei geht es darum, neben den Strukturvariablen, welche kindliches Verhalten beeinflussen (z. B. die üblichen gutachterlichen Entscheidungskriterien emotionale Bindung, kindlicher Wille, Beziehungs- und Umfeldkontinuität, elterliche Eignung), die Individualität des Kindes **als Akteur** in einem sozialen (Problem-) System zu würdigen und zu beschreiben. „In diesem Sinne verstanden und angemessen im Forschungsdesign wissenschaftlicher Studien berücksichtigt, sollte kindliche agency als zentrales Paradigma der neueren Kindheitssoziologie auch kindorientierte Scheidungsforschung leiten“ (2002, S. 277). Nur über Fallgeschichten könne man der „Buntheit und Vielgestaltigkeit“ kindlicher Biografien gerecht werden. Anliegen des Artikels sei es „betroffenen Scheidungskindern Gehör zu verschaffen und sie selbst ihre persönlichen Beziehungen mit dem umgangsberechtigten Elternteil sowie ihrer Erfahrungen mit dem Besuchsrecht nach der Trennung oder Scheidung ihrer Eltern vortragen und ihre Sichtweise konstruieren zu lassen.“ Die inzwischen jungen Erwachsenen und damals betroffenen Trennungskinder seien eingeladen worden, „Mitproduzenten im Forschungsprozess“ zu werden.

Allerdings wählt Kaltenborn (2002) als Forschungsmethode eine schriftliche Befragung der jungen Erwachsenen (die früher als Kind Betroffene im Rahmen einer gerichtlichen Auseinandersetzung zur Umgangsregelung waren und dafür begutachtet wurden). Die schriftlich zu beantwortende Frage war: „Wie hat sich im weiteren Verlauf nach der Sorge-

rechtsbegutachtung Ihr Kontakt zum besuchsberechtigten Elternteil entwickelt? Welche Erfahrungen haben Sie mit dem Besuchsrecht?“ (S. 258). Als besonders ergiebig seien die Fälle für die Studie ausgewählt worden „in denen die Betroffenen nicht nur eine kurze Antwort gaben, sondern in ausführlicheren Niederschriften die Entwicklung ihrer Beziehung zum umgangsberechtigten Elternteil während ihrer Kindheit und zum Teil bis in ihr Erwachsenenalter hinein geschildert haben“.

In Bezug auf die hier vorliegende Studie wird der von mir gewählte Ansatz von persönlichen Gesprächen als Datenbasis mit der Erweiterung im Sinne einer freien Äußerungsmöglichkeit in Schriftform bestätigt. Auch Kaltenborn (2002) wählt in seiner Ergebnisdarstellung die Form der „Fallgeschichten“, die allerdings enorm komprimiert sind und wenig Raum lassen, das tatsächliche innere Erleben in seinen Nuancen nachzuvollziehen. Jedenfalls kommt auch Kaltenborn zu dem Ergebnis: „Die individuelle Persönlichkeit des Kindes spielt für die Ausdifferenzierung der Beziehungsqualität und die jeweilige Beziehungsgeschichte bereits in frühester Kindheit eine entscheidende Rolle ...“. Einer der Betroffenen äußert sich hinsichtlich allgemeiner Grundregeln für Lösungen in der Nachtrennungssituation, die auf alle Kinder auf der Basis großer Stichproben anwendbar sind, sehr skeptisch: „Ich halte es für unmöglich, aus Scheidungskindern wie mir irgendwelche Fälle und Auswertungen zu machen. Ich bin der Meinung, dass sich jeder individuelle Mensch anders entwickelt ...“. Insofern zieht Kaltenborn das Resümee, dass „strukturelles Wissen“ kein Handlungswissen für die Anwendung bei einem individuellen Kind bereitstelle. „Um simplifizierendes Strukturdenken zu transzendieren und der Buntheit und Vielgestaltigkeit des Willens der Kinder gerecht zu werden, so der Erkenntnisgewinn aus den Fallgeschichten, müssen sich die Forschungsbemühungen noch intensiver auf die täglichen Dramen im Leben der Kinder richten.“

Bedeutsam in dem Kontext der hier vorgelegten Untersuchung erscheinen die Äußerungen einiger Betroffener, die darauf hinweisen, dass ein Kind mitunter im Trennungsprozess selbst deutlich beeinträchtigt ist, Auskunft über seine innere Welt und seine Bedürfnisse und Wünsche zu geben. „Damit möchte ich klarstellen, dass ein verletztes Kind – und dies ist in Scheidungssituationen zweifellos der Fall – sich auch nicht mit Tests und Gesprächen einem oder mehreren wildfremden Menschen öffnen wird“ (Kaltenborn, 2002). Ebenfalls werden folgende Aspekte von den erwachsenen Kindern erwähnt: „Das Kind kann beeinflusst oder verängstigt sein und so seine Gefühle unterdrücken ... aus meiner eigenen Erfahrung heraus kann ich mir auch vorstellen, dass viele vor dem Kinder- und Jugendpsychiater von Kindern gemachte Aussagen aus Angst vor dem Erziehungsberechtigten nicht wahrheitsgetreu und somit unakzeptabel ausfielen“ (Kaltenborn a. a. O.).

Auch Kaltenborn (2004) wählt methodisch erneut den Weg einer schriftlichen Befragung: „Mit einem entsprechenden Anschreiben erhielten die Betroffenen die jeweilige fachwissenschaftliche Publikation, die aus unserer Erhebung von 1979 bis 1984 hervorgegangen war, sowie zwei Kurzfass-

sungen. Mit Bezug auf die Publikationen stellten wir insgesamt fünf Fragen. Eine der Fragen ... lautete: Wie beurteilen Sie aufgrund Ihrer eigenen Erfahrungen unsere Empfehlungen zur Sorgerechtsregelung?“ (S. 170).

Kaltenborn (2001) kommt in seiner Untersuchung „Children's and young people's experiences in various residential arrangements“ (2001) vielleicht dem Design der hier durchgeführten Studie am nächsten. Zunächst begründet er nochmals den Ansatz der Einbeziehung kindlichen Erfahrungswissens: „There is an overwhelming amount of literature concerning advantages or disadvantages of maternal, paternal or joint custody arrangements. Nevertheless, the studies show mixed results and inconsistencies and even meta analysis and review articles do not agree on the subject“ (S. 85). Kaltenborn betont, dass Kinder aktiv durch ihre Handlungskompetenzen die Nachtrennungssituation mitgestalten. „These observations can be theoretically framed by conceptualizing children as social actors, that is by adopting one of the key features of the emerging paradigm of sociology of childhood: 'Children are and must be seen as active in the construction and determination of their own social lives, the lives of those around them and of the societies in which they live. Children are not just the passive subjects of social structures and processes'“ (S. 88). In diesem Sinne wird von Kaltenborn (a. a. O.) auch Wallerstein (1991) zitiert: „The particular feelings, suffering, and experiences of the child represent the very essence of what needs to be systematically ordered, understood, and addressed at individual, family and societal levels.“

Dolto (2002) versucht in ihrem populärwissenschaftlichen Beitrag „Scheidung – wie ein Kind sie erlebt“ eine Annäherung an die kindliche Welt. Dabei wird ebenfalls die Form eines Interviews zu verschiedenen Themen gewählt. Zu Wort kommen jedoch weder die betroffenen Eltern noch die Kinder, sondern ausschließlich die Autorin selbst, die als Psychoanalytikerin Erwachsene im Rahmen einer Psychotherapie behandelt und in diesem Rahmen die Rückschau der Klienten auf ihre Erfahrungen als Trennungskind verfolgen konnte. Diese erwachsenen Trennungskinder kommen gleichsam ausschließlich über die Interpretation der Autorin zu Wort, so dass der unmittelbare Zugang zu deren Erleben leider verstellt ist.

Napp-Peters (1988) geht im deutschsprachigen Raum ebenfalls den Weg, über mehrstündige strukturierte Interviews von alleinerziehenden Elternteilen nach partnerschaftlicher Trennung Hinweise über die Auswirkung dieses biographischen Ereignisses zu erhalten. Dabei wurden zusätzlich Tagebuchaufzeichnungen über einen Zeitraum von 14 Tagen einbezogen. Die Kinder selbst kommen jedoch nicht zu Wort, die Auswirkungen des Trennungseignisses werden lediglich in der Wahrnehmung der Eltern erfasst. Der vorgelegte Forschungsbericht bekommt allerdings durch die immer wieder eingestreuten Tagebuchsequenzen im Vergleich zu vielen anderen veröffentlichten Studien eine wesentlich größere „persönliche Tiefe“.

In der obigen Darstellung von Kaltenborn (2001) wurde schon die am breitesten angelegte qualitative Studie, gleichsam die „Mutter aller Untersuchungen im Rahmen der Trennungsforschung“, erwähnt. Sie wurde von Wallerstein, Lewis & Blakeslee erstellt, über die die Autorinnen in zahlreichen Publikationen berichtet haben. Dabei wurden ab dem Jahr 1971 131 Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern aus insgesamt 60 Familien einbezogen und sowohl zum Zeitpunkt der elterlichen Trennung wie auch 18 Monate, 5 Jahre, 10 Jahre und sodann 25 Jahre danach interviewt. Ein ähnliches Design wurde mit einer Vergleichsgruppe nicht geschiedener Familien durchgeführt. Hier handelt es sich um die aufwändigste Untersuchung auf der Basis von Gesprächen, sowohl was die Anzahl der beteiligten Personen wie auch die Dauer der Längsschnittstudie angeht. Die im halb strukturierten Interview (nähere Angaben zur Gesprächsführung fehlen leider) gewonnenen Daten wurden transkribiert und abschnittsweise kategorial codiert. Die Auswertung erfolgte sodann über EDV-Programme. Das Vorgehen wird von Wallerstein et al. (2002) wie folgt beschrieben: „Die Datenmenge wurde reduziert, indem wir die Häufigkeiten aller codierten Items feststellten. Items, die unter statistischem Aspekt nicht signifikant voneinander abwichen, wurden eliminiert, so weit sie nicht von klinischem Belang waren. Die verbleibenden Items wurden auf Abhängigkeiten untersucht; so weit die Abhängigkeit mehr als 80 % betrug, wurden die Items entweder kombiniert oder fallen gelassen. Die verbleibenden Items bildeten die Datenbasis“ (S. 331). Daraus ist zu schließen, dass der methodische Ansatz eher der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (1988 bzw. 1993) entspricht. Es ist fraglich, ob hierbei die innere Wirklichkeit eines einzelnen Kindes als *individuelle, geschlossene Darstellung* noch möglich war.

Jedenfalls zeigt das gleichzeitig beispielhafte wie auch beispiellose Vorgehen der Wallerstein et al.-Studie auf, dass das Führen von Gesprächen nicht nur ein legitimer, sondern auch notwendiger Ansatz ist, um sich dem Erleben von Trennungskindern anzunähern. Diese Studie vereinigt die direkte Befragung der Kinder mit der Einbeziehung der späteren Erwachsenen durch das langfristig angelegte Follow-up-Design. Dabei stand allerdings weniger deren Rückschau auf frühere Erfahrungen als Kind sondern vielmehr deren aktuelle Lebenssituation in Bezug auf Eltern- und Partnerschaft etc. im Vordergrund. Da die Trennungskinder bis in ihr Erwachsenenleben hinein mehrfach, beginnend in ihrer Kindheit, von (möglichst) den selben Gesprächspartnern interviewt wurden, hat sich über die Jahre hinweg nicht nur eine gewisse Vertrauensbeziehung entwickeln können, sondern es konnte ein *gegenseitiger Austausch* stattfinden: „Viele wollten von uns erfahren, wie sie sich in der Vergangenheit in bestimmten Situationen verhalten hatten. Wir mussten ihnen etwas über sie und ihre Geschwister als Kinder erzählen, und es schien, als ob wir ihnen verlorene Seiten des Familienalbums zurückgeben könnten. ... Sie schienen sehr bedacht darauf, dass wir ihren Schmerz und ihre Anstrengungen gebührend beachtetem, und sie waren dankbar, wenn sie sich verstanden fühlten“ (Wallerstein & Blakeslee, 1992, S. 48).

Im englischsprachigen Raum wurde in der Scheidungsforschung der Ansatz der biografischen Retrospektive eher selten praktiziert, gemessen an der Flut der Studien im üblichen strukturorientierten Design. Beispiele sind Wallerstein & Lewis (1998), Derevensky & Deschamps (1997) sowie Fabricius & Hall (2000).

Die letztgenannten Autoren gehen den methodischen Weg der Rückschau von jungen Erwachsenen auf ihre Trennungserfahrungen in ihrem Beitrag „Young adults perspectives on divorce.“ Die Datenerhebungsebenen werden wie folgt beschrieben: „First, we examine their reports of what living arrangements they had and how those arrangements changed as time passed. Second, we examine what living arrangements they wanted and what arrangements they feel their mothers and fathers wanted. Third, we examine in some detail what living arrangement this next generation of parents believes is best.“ Hier wird als Methode ein Paper-Pencil-Fragebogen während einer Unterrichtsstunde an Psychologiestudenten im Grundstudium ausgeteilt: „Students who were present in class were given one of four randomly distributed paper-and-pencil questionnaires during a class period each semester devotes to research participation“.

In der Studie von Marquardt (2007) wurden 1500 nach dem Zufallsprinzip ausgewählte junge Erwachsene im Alter von 18-35 Jahren, davon die Hälfte Trennungskinder, insbesondere hinsichtlich ihrer „moralischen und spirituellen Entwicklung“ mit einem Fragebogen und ergänzend 71 Personen in Interviews befragt. Das Vorgehen dieser in den USA durchgeführten Untersuchung nähert dem methodischen Ansatz der hier vorgelegten Studie insofern an, als dass eingestreute wörtliche Zitate der Beteiligten einen direkten Zugang zu deren Erleben zumindest in kleinen Ausschnitten ermöglichen.

Auch eine Studie in Australien (Darlington, 2001) basiert auf der Rückschau junger Erwachsener auf ihre Erfahrungen. Der Fokus der Studie liegt darauf, den Einfluss des früheren elterlichen Trennungsgeschehens auf die spätere Beziehungsgestaltung zu den Eltern bzw. auf die Einstellungen zu eigener Partnerschaft und Elternschaft der früheren Trennungskinder herauszuarbeiten. 18 junge Erwachsene im Alter zwischen 18 und 26 wurden „in Tiefeninterviews“ zu den Themen befragt. Die durchschnittliche Gesprächsdauer betrug 45 Minuten, die erhaltenen Transkripte wurden qualitativ mit einem textanalytischen EDV-Programm ausgewertet. Die zugrunde liegende Methode wird in dem Artikel nicht näher erläutert. Auch Hoffmann & Ledford (1995) bitten junge Erwachsene, die Beziehungsqualität zu ihren Elternteilen nach dem Trennungsgeschehen sowie aktuell in einem Fragebogen zu skalieren. Hier wurden praktisch ausschließlich quantitative Daten gewonnen, aber ebenfalls die Rückschauerspektive eingesetzt. Derevensky & Deschamps (1997) befragen 224 junge Universitätsstudenten (davon hatten 40 eine Trennung ihrer Eltern in ihrer Kindheit erlebt) über ihre retrospektive Einschätzung hinsichtlich verschiedener Betreuungsarrangements nach elterlicher Trennung. Auch hier wurden Fragebögen eingesetzt.

Eine ähnlich der vorliegenden Arbeit konzipierte neue Studie von Eldar-Avidan et al. (2009) führt mit 22 jungen Erwachsenen halbstrukturierte Tiefeninterviews durch, die qualitativ-kategorial ausgewertet wurden. Danach zeigen erwachsene Trennungskinder drei unterscheidbare Profile in der Bewältigung der Elterntrennung: Resilienz (resilience) zeigten neun von 22 Teilnehmern, Überleben (survival) acht und Verletzlichkeit (vulnerability) fünf der Probanden. Überleben wird dabei definiert dahingehend, dass die Erwachsenen die Elterntrennung als komplexen Prozess erleben, der diverse Bewältigungsschritte erforderte und mit schmerzhaften Erfahrungen zusammenhängt. Die letzte Gruppe ist die der „Trennungsverlierer“, welche dieses biografische Ereignis in der Summe als belastend für alle Beteiligten bis in die Gegenwart empfinden.

Zollinger & Felder (1991) gehen ebenfalls in ihrem Forschungsdesign den Weg, das Erfahrungswissen von jungen Erwachsenen rückblickend auf die Trennung ihrer Eltern in den wissenschaftlichen Diskurs einzubeziehen. Auch hier handelte es sich um eine schriftliche Befragung an einer Gewerbeschule in Zürich auf der Basis eines Fragebogens mit recht eingeschränkten Rahmenbedingungen („The young people were given 45 minutes to complete the questionnaire.“). Hier stellt sich unmittelbar die Frage, ob die Zielsetzung des wissenschaftlichen Vorgehens (Einbeziehung der inneren Welt der Betroffenen) und die dafür geschaffenen Rahmenbedingungen nicht in einem Spannungsfeld stehen, so dass es zu kontraproduktiven Wechselwirkungen kommt. Bezug nehmend auf Tausch (1983, s. o.) kommt hier möglicherweise das von ihm beklagte Auseinanderfallen von sachlich orientiertem Wissenschaftsanspruch einerseits und mangelndem Einfühlungsvermögen in den Gegenstand der Forschung andererseits zum Tragen. Ebenfalls wählen Struss, Pfeiffer, Preuss & Felder (2001) einen parallelen Forschungsansatz (beheimatet ebenfalls an der Universität von Bern wie Zollinger & Felder).

Es erscheint fraglich, ob dem von verschiedenen deutsch- und englischsprachigen Autoren beklagten Missstand der mangelnden Einbeziehung der kindlichen Perspektive in den Forschungsprozess mit einem solchen Untersuchungsansatz abgeholfen werden kann. Gerade bei schriftlichen Befragungen bleibt eine weitgehende Distanz zu den Gefühlen der Betroffenen bestehen, während von diesen wohl eher die inzwischen mit Abstand gesehenen und kognitiv integrierten früheren Erfahrungen in den Fragebögen niedergeschrieben werden. Andererseits ist der Fragebogenzugang – sofern offene Fragen vorherrschen – eine Möglichkeit, eine größere Anzahl von Personen in die Erhebung einzubeziehen, ohne in jedem Fall ein ausführliches persönliches Gespräch zu führen.

Außerdem zeigt sich bei den oben erwähnten Studien, dass die sehr subjektiven Sichtweisen eines jeden Einzelnen, seine Belastungen als Kind, die Bewertungen des elterlichen Verhaltens, eigene Bewältigungsstrategien usw., nicht im Zentrum des Forschungsinteresses stehen. Es geht vielmehr um eine Evaluation schon bestehender Kriterien der Betreuungs- und Sorgerechtszuweisung aus der Sicht der jungen Erwachsenen. Sie haben letztlich keine Gelegenheit, ihre sich in der Rückschau

konstruierende Wirklichkeit als Kind umfassend nachvollziehbar zu machen. Genau dies soll aber Gegenstand der hier vorliegenden Untersuchung sein.

### 3.3 Fazit und eigenes Forschungsdesign

Nach dieser Übersicht wird deutlich, dass zwar einige Autoren das Erfahrungswissen der Betroffenen für sehr wertvoll erachten, es mitunter aber an geeigneten Rahmenbedingungen in der Umsetzung mangelt, den beteiligten Personen ausreichend Raum zu geben, sich intensiv ihrer inneren Wirklichkeit zuzuwenden und sich somit im Rahmen einer introspektiven Haltung zu öffnen. Zwar wird die Rückschau von jungen Erwachsenen auf ihre Erfahrungen als aussagekräftig erachtet, andererseits mit Fragebögen oder vereinzelt Telefoninterviews eine sehr distanzierte Form der Datenerhebung durchgeführt. Die einzige qualitative Studie mit persönlichen Interviews lässt in ihrer Gestaltung möglicherweise den hierfür ausschlaggebenden Hintergrund erkennen: Auch dort wurden lediglich 18 Erwachsene einbezogen, weil das Durchführen und Auswerten persönlicher Gespräche im Vergleich zur Fragebogenanalyse als extrem aufwendig angesehen werden muss.

In Abwägung dieser methodischen Eckdaten bin ich für die vorliegende Untersuchung zu folgenden Perspektiven gekommen:

- Es ist unverzichtbar, das Erfahrungswissen von Personen, die selbst in ein Trennungsgeschehen einbezogen wurden, zu verwenden.
- Die Methode des persönlichen Gespräches ist die beste Möglichkeit, sich der inneren Welt eines Menschen anzunähern bzw. ihm die Möglichkeit zu geben, sich darüber introspektiv zu äußern. Dies bringt in aller Regel den Nachteil eines großen Aufwandes und kleiner Teilnehmerzahlen mit sich.
- Zum Ausgleich dieser Nachteile soll über Fragebögen eine zweite Datenerhebungsebene realisiert werden. Dabei sollen die Rahmenbedingungen für das Ausfüllen dieser schriftlichen Datenbasis möglichst so gestaltet werden, dass die Voraussetzungen für tagebuchähnliche, introspektive Äußerungen gegeben sind. Die „Philosophie“ der Methode nach Langer (2000), also die damit verbundenen wissenschaftstheoretischen Überlegungen und inneren Haltungen, soll insofern in die Konstruktion des Fragebogens und die technischen Möglichkeiten seiner Durchführung einfließen.

In meinen methodischen Überlegungen wurde ich durch Pagels (2002) angeregt, der bei seiner Untersuchung des Bewältigungsverhaltens von Männern nach ungewollter partnerschaftlicher Trennung persönliche Gespräche ebenfalls durch eine Fragebogenerhebung ergänzte. Für die Durchführung eines solchen zweiten Moduls zur Datengewinnung über die persönlichen Gespräche hinaus erschienen mir folgende Überlegungen wesentlich:



- Es besteht die Möglichkeit, das Erfahrungswissen von mehr Personen zu „heben“, als dieses allein durch die Methode des persönlichen Gespräches gegeben wäre. Mit einem *geeigneten* Fragebogenansatz kann mit einem wesentlich geringeren zeitlichen Aufwand trotz größerer „Breite“ dennoch eine beträchtliche Tiefe an Erfahrungsraum erschlossen werden. Ein Vergleich der notwendigen Ressourcen sieht wie folgt aus: Werden sämtliche Auswertungsschritte des einzelnen Interviews über das Transkript, Verdichtungsprotokoll bis hin zu den personenzentrierten Aussagen eines Gespräches verglichen mit dem Aufwand für die Auswertung des Fragebogens, ergibt sich ein geschätztes Zeitverhältnis von ca. 10:1.
- Voraussetzung ist allerdings, dass der gesamte Prozess der Veröffentlichung des Fragebogens, aber auch seine Gestaltung bis hin zur „Benutzerfreundlichkeit“, möglichst nahe an die o. g. genannten inneren Haltungen des Forschungsansatzes der persönlichen Gesprächsführung angelehnt sind. Denn nur auf diese Weise kann ein Fragebogen zu einem wertvollen Dokument der inneren Wirklichkeit einer Person werden, nur so kann sie veranlasst werden, hierüber in völlig freiwilliger Weise zu berichten und diesbezüglich einigen Aufwand auf sich zu nehmen.

## 4. Ablauf der Studie, Stichprobenwahl, Soziografie

Die Untersuchung besteht aus zwei Modulen, die das Thema in einem jeweils eigenen methodischen Zugang beleuchten, wobei die Ergebnisse schließlich im letzten Schritt der Auswertung zusammengeführt werden und auf diese Weise zu einem *Spektrum der Lebenswirklichkeiten* von Kindern getrennter Eltern führen. Der Ablauf wurde so gestaltet, dass in einem ersten Schritt zunächst die persönlichen Gespräche durchgeführt wurden. Auf dieser Basis wurde sodann der im Internet veröffentlichte Fragebogen entwickelt. Diese zeitliche Abfolge wurde aus zwei Überlegungen heraus gewählt. Zum einen erforderten die persönlichen Gespräche für die diversen Auswertungsschritte einen wesentlich höheren Zeitaufwand. Zum anderen sollten die sich in den Gesprächen abzeichnenden Lebenswirklichkeiten Maßgabe für die Entwicklung des Fragebogens sein, der seinerseits möglichst nah an das Erleben der sodann anonymen Probanden anschließen, gleichzeitig jedoch die Offenheit für sehr unterschiedliche Erlebnisweisen bewahren sollte.

### 4.1 Persönliche Gespräche

Im Rahmen meiner gerichtspsychologischen Tätigkeit habe ich in dem Jahr vor Beginn der Studie auf der Grundlage meiner Gespräche mit

Kindern in familiengerichtlichen Verfahren Notizen über ihre jeweils unterschiedlichen Erlebnisweisen und Bewältigungsstrategien angefertigt. Es entstand hierdurch in ersten Umrissen ein Themenkatalog, den ich in den geplanten persönlichen Gesprächen im Rahmen dieser Untersuchung einbringen wollte. Gleichzeitig sollte der Gesprächsrahmen jedoch auch dem jeweils individuellen Erleben des Gesprächspartners folgen und ihm uneingeschränkt Gelegenheit geben, sich diesbezüglich zu äußern.

In der Durchführungsphase zeigte sich, dass die Gesprächspartner sehr unterschiedliche Bedürfnisse artikulierten. Einige baten darum, Stichworte oder konkrete Fragen bezüglich ihres früheren Erlebens zu bekommen. Andere wiederum fühlten sich wohler dabei, von sich aus zu beginnen und sich assoziativ in ihren Erinnerungen voranzutasten. Im konkreten Vorgehen wurde Wert darauf gelegt, jedem Gesprächspartner individuell den Rahmen anzubieten, den er als am förderlichsten empfindet, um sich in entspannter Weise seinen Erinnerungen zuzuwenden und diese zu artikulieren. Bei denjenigen Gesprächspartnern, die sich weitgehend ohne thematischen Input ihrem früheren und gegenwärtigen Erleben annähern konnten, wurden daher ggf. erst zum Ende der Sitzung nur noch sehr wenige offen gebliebene Themenpunkte von meiner Seite angesprochen mit der Bitte zu schauen, ob hierzu noch aus dem eigenen Erleben heraus berichtet werden kann. Bei anderen Gesprächsteilnehmern wiederum wurden auf deren Bitte im Gesprächsverlauf wiederholt themenbezogene Fragen gestellt, wodurch sodann im Sinne einer erlebnisaktivierenden Methode der Kontakt zu weiteren Bereichen des eigenen Erlebens erleichtert wurde.

Die Suche nach Gesprächsteilnehmern wurde über folgende Wege durchgeführt:

- Mundpropaganda im Kreis von Kollegen bzw. Doktoranden;
- Aushänge in Universität und der HAW;
- Veröffentlichungen im Stormarner Tageblatt (Auflage ca. 6.000 Expl.) mit einem halbseitigen Artikel auf der Basis eines Interviews, welches ein Redakteur mit mir geführt hatte;
- Hinweis im Hamburger Abendblatt (Auflage ca. 250.000 Expl., Rubrik „Von Mensch zu Mensch“);
- Anzeigen in diversen kleineren Hinweis- und Anzeigenblättern.

Die Kontaktaufnahme war per Telefon, Fax oder E-Mail möglich. Es meldeten sich ca. 25 Personen, letztlich wurden 14 persönliche Gespräche mit einer Zeitdauer von 1½ bis 2½ Stunden durchgeführt. Im Rahmen des Erstkontakts wurde mit den Teilnehmern der Ort des persönlichen Gespräches geklärt. 10 Personen bevorzugten, das Gespräch in ihrem eigenen häuslichen Rahmen durchzuführen, so dass ich entsprechend Hausbesuche in Hamburg bzw. den angrenzenden Kreisen durchgeführt habe. Zwei Personen wählten die Option, in meine Praxis zu kommen, um dort mit mir zu sprechen. Schließlich hätten auch zwei weitere Personen gerne diesen Rahmen gewählt, ihnen war jedoch der Weg nach Ah-

rensburg zu weit. Ihnen wurde angeboten, das Gespräch in einer zentral gelegenen Hamburger Praxis eines Kollegen durchzuführen.

Sämtlichen an der Studie beteiligten Personen – ob im persönlichen Gespräch oder im online-basierten Fragebogen – wurde zugesichert, dass sie auf Wunsch per E-Mail die wesentlichen Ergebnisse der Studie zugesandt bekommen. Die weit überwiegende Anzahl der Teilnehmer hat durch Angabe einer entsprechenden E-Mail-Adresse hiervon Gebrauch gemacht.

## 4.2 Internetfragebogen

Noch im Verlauf der Durchführungsphase für die persönlichen Gespräche, insbesondere aber nach Vorliegen der ersten Transkripte, wurden die Vorarbeiten für den Fragebogen begonnen. Erneut wurden zwei Zielrichtungen verfolgt. Zum einen sollten die Probanden angeregt werden, in möglichst offener Weise auf das Erleben im Umfeld der elterlichen Trennung und der sich daran anschließenden psychischen Prozesse zurückzublicken und hier einen breiten Raum angeboten bekommen. Zum anderen sollten jedoch einzelne Aspekte, die für das Anliegen dieser Studie wichtig erschienen, nämlich aktuell von einer Elterntrennung belastete Kinder besser unterstützen zu können, in dem Fragebogen verwirklicht werden in dem Sinne, dass die Teilnehmer angeregt wurden, hierzu auf der Basis ihrer Erfahrungen Stellung zu nehmen.

Schließlich wurden in Absprache mit dem Betreuer zwei Fragebogenversionen entwickelt. Beide enthalten durchweg offene Fragen, die Eintragungen im Sinne eines Tagebuches anregen sollen. Allerdings besteht die hier sog. „Kurzversion“ aus wenigen (sieben) Anregungsfragen, die dem Probanden ohne weitere Einengung, aber auch ohne weitere erlebnisaktivierende Begleitung, ein großes Feld möglicher Erfahrungen eröffnen, aus denen er sodann frei auswählen kann. Die „Langversion“ wiederum bietet eine größere Anzahl detaillierter Frageimpulse an, die zwar zielgerichteter, aber ggf. auch etwas einengender jeweils ein kleineres Erfahrungsfeld ansprechen.

Beide Versionen sind im Kap. 7 dieser Arbeit nachvollziehbar. Der Informatikstudent Clas Rurik hat auf der Basis meiner Textvorgaben sodann die Fragebögen programmiert. Die Oberfläche des Fragebogens wurde von ihm über das Toolkit „wxWidgets“ realisiert.

Dabei sind folgende wichtige Vorgaben berücksichtigt worden:

- Das Programm, d. h. der Fragebogen, muss für den Probanden absolut einfach und eindeutig zu installieren und zu bedienen sein.
- Das Ausfüllen des Fragebogens muss zu jeder Zeit durch einen Mausclick unterbrochen und ohne Schwierigkeiten zu einem späteren Zeitpunkt auf dem eigenen PC fortgesetzt werden können (dies erschien ganz wesentlich, weil erlebnisbezogene, gleichsam

tagebuchähnliche Eintragungen erreicht werden sollten. Gerade bei emotional besetzten oder gar belasteten Themen muss dann jedoch jede beteiligte Person die Möglichkeit haben, das Ausfüllen des „Tagebuchs“ entsprechend ihrer jeweiligen Befindlichkeit zeitlich steuern zu können, ohne an ein starres Schema gebunden zu sein).

- Aus den gleichen Überlegungen heraus sollte die Möglichkeit bestehen, gleichsam assoziativ im Fragebogen hin und her springen und damit gezielt Themen an- oder überspringen, allerdings auch schon vorher gemachte Eintragungen ergänzen zu können.
- Der Proband soll in der Lage sein, den Fragebogen – auch bei unvollständiger Bearbeitung – jederzeit per Mausklick „absenden“ zu können.

Clas Rurik gelang es mit viel Geduld während der diversen Korrektur- und Probeläufe, sämtliche Anforderungen umzusetzen. Auf dem Server meiner Praxis „Institut für gerichtspychologische Gutachten“ wurden zwei neue Seiten eingerichtet (jeweils für die Lang- bzw. Kurzversion des Fragebogens), auf denen ich mich mit Foto persönlich vorstelle und in das Anliegen der Studie einführe. Auf diesen Seiten war jeweils ein Download-Link vorhanden, durch welchen ein Interessent per Mausklick sich den Fragebogen als Programm auf den eigenen PC herunterladen konnte. Nach dem Ausfüllen musste der Button „Fragebogen absenden“ angeklickt werden. Hierdurch wurden von dem Programm die reinen Textinformationen des Fragebogens zusammengestellt und an eine Internet-Adresse von Lars Rurik gesendet. Dort wurde mit einer Prüfroutine kontrolliert, ob der betreffende Fragebogen von ein und derselben Person ggf. mehrfach abgesendet worden war. In diesem Falle wurde eine Warnnachricht eingefügt: „Achtung, dieser Fragebogen wurde vom Anwender mehrfach versandt.“ Diese Maßnahme musste nach den ersten Erfahrungen implementiert werden, da wiederholt Fragebögen halb ausgefüllt abgesendet, zu einem späteren Zeitpunkt dann jedoch vervollständigt nochmals auf den Weg gebracht wurden. Sodann wurden die Textblöcke automatisch und ohne jede weitere zeitliche Verzögerung direkt an meine E-Mail-Adresse geschickt, wo sie sodann von mir ausgewertet wurden.

Durch die hier beschriebene Prozedur konnten die Interessenten für beide Versionen des Fragebogens unkompliziert allein durch die Bekanntgabe der Internet-Adresse für das Herunterladen geworben werden. Erneut wurde diese Information im Hamburger Abendblatt veröffentlicht. Der Text lautete am 26.05.2007 im Wochenendjournal wie folgt:

Doktorarbeit: Erfahrungen als Scheidungskind. Im Rahmen einer Doktorarbeit, Fachbereich Psychologie der Uni HH, werden Erwachsene gesucht, die bereit sind, einen Fragebogen auszufüllen. Dabei geht es um Erfahrungen, die sie als Kind mit der Trennung der Eltern gemacht haben. Die Ergebnisse sollen helfen, Trennungskinder besser unterstützen zu können. Der Fragebogen kann von [www.igg-ahrensburg.de/fragebogen-elterntrennung](http://www.igg-ahrensburg.de/fragebogen-elterntrennung) herunter geladen, ausgefüllt und abgeschickt werden. Die Umfrage ist anonym.

Weiterhin wurde der Fragebogen-Link in diversen Eltern-Internetforen als Kurzmitteilung publiziert. Ebenfalls wurden die Redaktionen diverser Tageszeitungen wie Göttinger Tageblatt, TAZ oder Berliner Zeitung mit der Information versorgt. In wie weit es dort tatsächlich zu Veröffentlichungen kam, lässt sich im Nachhinein nicht mehr nachvollziehen, weil in der Regel eine Rückmeldung nicht erfolgte und es mir nicht möglich war, diese Zeitungen täglich diesbezüglich zu prüfen. Auf jeden Fall wurde aber offenbar im Göttinger Tageblatt eine Platzierung erreicht, denn einige Fragebogenteilnehmer gaben diese Quelle an.

Nach Ablauf von etwa sechs Monaten wurde deutlich, dass weitaus mehr Frauen als Männer an der Umfrage teilnahmen. Um das Ungleichgewicht etwas zu glätten, wurde nunmehr Kontakt mit dem Verein „Väteraufbruch für Kinder“ aufgenommen mit der Bitte, die Notiz mit dem Download-Link an die Mitglieder per Mail zu verbreiten. Hierdurch konnten noch einige männliche Probanden dazu gewonnen werden, in zwei Fällen allerdings mit einer doppelten Vorbelastung insofern, dass nicht nur als Kind die Trennung der eigenen Eltern, sondern auch als Vater nach partnerschaftlicher Trennung große Kontaktprobleme mit dem eigenen Kind bestanden. Hierdurch kam es teilweise zu recht polarisierten, tendenziell frauenfeindlichen oder gesellschafts- bzw. justizkritischen Beiträgen.

## 4.3 Soziografie

### 4.3.1 Persönliche Gespräche

In Tab. 3 sind die wichtigsten Daten als Übersicht dargestellt. Daraus ergibt sich, dass für die Teilnahme lediglich drei Männer (21,4 %) interessiert werden konnten. Acht Teilnehmer standen in akademischer Ausbildung oder hatten diese abgeschlossen, sechs Teilnehmer verfügten über einen nicht akademischen beruflichen Werdegang. Weiterhin hat die Auswertung der Kontaktwege ergeben, dass die Veröffentlichung im Hamburger Abendblatt und den sich daraus ergebenden zehn Gesprächsteilnehmern von ausschlaggebender Bedeutung war. Lediglich jeweils zwei weitere Gesprächspartner, also insgesamt vier, konnten auf dem Wege des Aushangs an den Hochschulen bzw. durch Mundpropaganda im erweiterten Bekanntenkreis gewonnen werden.

**Tab. 3:** Soziografie Gesprächsteilnehmer

n	n (männl.)	n (weibl.)	Altersspanne	Alter (M)	akad. Abschluss	nicht-akad. Abschluss	Alter bei Trennung (Spanne)	Alter bei Trennung (M)
14	3	11	19-37	29,2	8	6	1-16	7,4

Die Tatsache, dass es sich bei den Teilnehmern durchweg um junge Erwachsene handelt, liegt vorwiegend daran, dass eben solche in den Veröffentlichungen gesucht wurden, nämlich im Alter zwischen 19 und 35 Jahren. Hintergrund war die Überlegung, dass sich die Anzahl von Elterntrennungen bzw. die diesbezügliche soziale Konnotation in den letzten 20 bis 30 Jahren deutlich in Richtung Normalisierung bzw. Akzeptanz als quasi gesellschaftlicher Regelfall verändert hat, während in den Generationen zuvor, also vor 40 oder noch mehr Jahren, noch stärker soziale Ächtung und Ausgrenzung vorhanden waren. Eine weitere Überlegung bestand darin, dass junge Erwachsene aufgrund ihres Alters evtl. noch über einen besseren Zugang zu ihrem damaligen kindlichen Erleben verfügen.

Ich musste allerdings erkennen, dass diese Annahmen nicht grundsätzlich tragfähig waren. So haben durchaus auch noch jüngere Erwachsene nach der Trennung ihrer Eltern Schamgefühle entwickelt bzw. Ablehnung durch die Peergroup erfahren. Hier kommt es offenbar weniger auf das Geburtsjahr des Kindes, sondern eher auf die psychosozialen Umfeldbedingungen an. Insofern wurde für den Fragebogen die immer mehr als künstlich deutlich werdende Altersgrenze gelockert, so dass hier auch Probanden teilnahmen, die aus der ursprünglich engeren Zielgruppenauswahl zunächst herausgefallen wären.

### 4.3.2 Fragebogen

Die soziografischen Daten der Fragebogenteilnehmer, getrennt nach Kurz- und Langversion, sind in der Tab. 4 aufgeführt.

Für das Ausfüllen des Fragebogens in der Langform konnten 36 Personen im Vergleich zu 16 in der Kurzfassung gewonnen werden. Ob dieser Unterschied auf Zufallseffekte bei der Wirksamkeit der „Werbemaßnahmen“ zurückzuführen ist (bei der Veröffentlichung wurde gleich häufig per Zufallsprinzip auf die verschiedenen Medien verteilt entweder auf die Lang- oder auf die Kurzversion verwiesen) oder ob hier auch eine unterschiedliche inhaltliche Attraktivität der beiden Frageformen eine Wirkung zeigte, kann im Nachhinein nicht mehr ermittelt werden.

**Tab. 4:** Soziografie Fragebogenteilnehmer

	n	n männl.	n akad. Abschl.	Alter (MW)	Alter (s)	Alter bei Trenn. (MW)	Alter bei Trenn. (s)	Zeichenanzahl (MW)	Zeichenanzahl (s)
Langvers.	36	8	26	36,0	8,6	9,4	4,4	11966	9199
Kurzvers.	16	0	13	31,6	4,9	8,8	4,9	6510	6649

MW: Mittelwert; s: Standardabweichung

Allerdings zeigt die Auswertung des Umfangs der Nettobeiträge der Probanden in beiden Fragebogenversionen deutlich darauf hin, dass die Probanden in der Langform fast doppelt so umfangreiche Erlebnisberichte wie in der Kurzform abgegeben haben. Eine nähere Analyse zeigt jedoch, dass das Ergebnis in der Langform durch einen außergewöhnlich umfangreichen Beitrag einer Teilnehmerin von über 141.000 Zeichen (bei einem Mittelwert von ca. 12.000) deutlich verzerrt wird. Nimmt man diesen Sonderfall aus der deskriptiven statistischen Aufbereitung heraus, ergeben sich für die Langversion ein mittlerer Zeichenbeitrag von 8156 vs. 6510 bei der Kurzfassung, woraus sich ein deutlich reduzierter Unterschied der beiden Fragebogenversionen ergibt. Die Folgerung, dass eine der Frageformen, nämlich viele detaillierte vs. wenige breiter angelegte Fragen per se ein stärkeres oder schwächeres erinnerungs- bzw. erlebnisaktivierendes Potenzial aufweist, wird bei der großen Schwankung der Beitragslänge wohl nicht zulässig sein. Es ist allerdings anzunehmen, dass einzelne Probanden je nach Persönlichkeitsstruktur und kognitivem Stil für sich persönlich jeweils die eine oder andere Form präferieren und im Prozess des Bearbeitens als „leichter“ empfinden werden.

Von der Stichprobenszusammensetzung bleibt sowohl für die persönlichen Gespräche wie auch für die Fragebögen festzuhalten, dass wesentlich mehr Frauen als Männer wie auch deutlich mehr Menschen mit Hochschulausbildung im Vergleich zu nicht akademischen Ausbildungsgängen für die Teilnahme interessiert werden konnten. Dies ist nicht über die Aushänge an den Hochschulen allein erklärbar, denn hierüber wurden lediglich drei Gesprächsteilnehmer gewonnen.

Über die Hintergründe können nur Hypothesen gebildet werden. Hinsichtlich der Geschlechterverteilung spiegelt sich hier ein Trend wider, der in ähnlicher Weise bei vielen Untersuchungen im psychosozialen Bereich gefunden wird. Frauen scheinen mehr Interesse an sozialen bzw. psychologischen Fragestellungen zu haben als Männer, möglicherweise fühlen sie sich auch kompetenter, sich diesbezüglich zu äußern. Jedenfalls war für die Teilnahme sowohl am Gespräch wie auch am Fragebogen ein nicht unerhebliches Interesse notwendig, sich mit der eigenen Biografie und diesbezüglichen Gedanken und Gefühlen zu beschäftigen. Es bleibt festzuhalten, dass diese Voraussetzungen offenbar eher bei Frauen als bei Männern gefunden bzw. angeregt werden konnten. Möglicherweise stellt auch eine längere Zeit der Ausbildung diesbezüglich günstigere Bedingungen bereit. Es scheint eine gewisse Schulung der verbalen bzw. schriftlichen Äußerungsfähigkeit offenbar von Vorteil zu sein, um sich selbst zuzutrauen bzw. motivieren zu können, die mit einer Studienteilnahme verbundenen Anstrengungen in Kauf zu nehmen.

## 5. Datenauswertung

### 5.1 Datenebene 1: Persönliche Gespräche

#### 5.1.1 Transkription

Der Dialog mit den Gesprächspartnern wurde in einem ersten Auswertungsschritt aufgezeichnet. Hierfür wurde ein digitales Aufnahmegerät verwendet, wodurch eine Sound-Datei erzeugt wurde. Die Vorteile einer solchen elektronischen Speicherung bestehen zunächst darin, dass die wertvollen Daten beliebig häufig als Sicherungskopie in unproblematischer Weise (etwa anders als beim Kopieren einer Tonkassette) an verschiedenen Orten aufbewahrt werden können. Zum anderen stellt sich das Abhören zum Zwecke der Transkription wesentlich komfortabler dar, weil ohne zeitaufwendiges Hin- und Herspulen jede Stelle im Gesprächsverlauf direkt angesprungen, sekundengenau kodiert und damit auch im weiteren Auswertungsprozess zu Überprüfungs Zwecken schnell aufgefunden werden kann. Weiterhin entfallen bei längeren Gesprächen, wie dieses hier der Fall war, das Wenden oder Wechseln von Tonkassetten, welches eine bedeutsame Fehlerquelle darstellen kann.

Die Gespräche wurden sodann wortgetreu in die Schriftform übertragen. Dabei wurde darauf geachtet, dass die häufig im gesprochenen Wort vorkommenden Füllwörter wie „äh“, „hm“ und so weiter, aber auch grammatische Verstellungen, die die Lesbarkeit beeinträchtigen, geglättet wurden. In der vorliegenden Studie wurden die Transkripte von zwei Sekretärinnen erstellt, mit denen ich seit Jahren als gerichtlicher Sachverständiger zusammen arbeite. Sie sind mit der besonderen Sensibilität der Daten und der Wichtigkeit der wortgetreuen Übertragung vertraut. Sämtliche Textpassagen, die von ihnen nicht eindeutig zu verstehen waren, wurden entsprechend indiziert. Ich selbst habe sodann die gesamte Abschrift mit dem Originalgespräch abgeglichen, indem ich dieses nochmals abspielte und die nun vorliegende Schriftform mit dem Gesprächsinhalt vergleichen konnte. Dabei wurden so weit wie möglich die von den Sekretärinnen als nicht eindeutig verständlich markierten Gesprächsstellen ergänzt. Die Gesprächstranskripte haben einen Umfang von jeweils 40–60 Seiten bei einer Gesprächsdauer von 1 ½ bis 2 ½ Stunden.

#### 5.1.2 Verdichtungsprotokolle

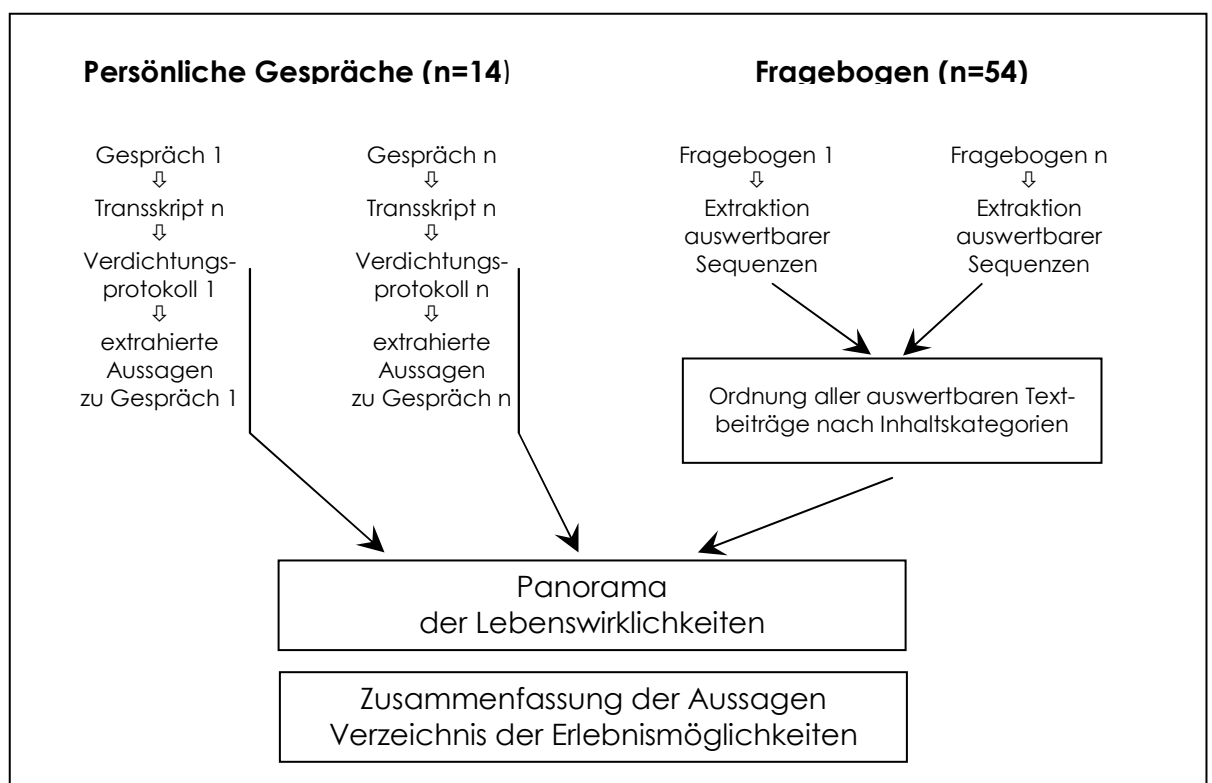
Es schließt sich nunmehr der wichtigste und zeitaufwändigste Auswertungsschritt an (für einen Überblick aller Auswertungsschritte s. Abb. 1). Das Transkript wurde in jeder Sequenz daraufhin überprüft, welche Inhaltskategorie eine mögliche passende „Überschrift“ für die dort enthaltenen Aussage(n) darstellen könnte.

Über die verschiedenen Transkripte hinweg haben sich zunächst folgende basale Ordnungspunkte herauskristallisiert:



- Zur Herkunftsfamilie
- Die Zeit vor der elterlichen Trennung
- Das Trennungsgeschehen und die Entwicklung danach
- Veränderungen in der Pubertät
- Gedanken und Gefühle zur elterlichen Trennung in der Rückschau
- Die weitere Entwicklung der Beziehung zum Vater
- Die weitere Entwicklung der Beziehung zur Mutter
- Was wäre früher für mich als Kind gut gewesen?
- Generelle Empfehlungen für Kinder nach elterlicher Trennung
- Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung
- Abschluss und Feedback

**Abb. 1:** Überblick Studiendesign und Auswertungsschritte



Hieraus gestalteten sich die Kapitelüberschriften für die nun generierten sog. Verdichtungsprotokolle. Jedes Gespräch wird in eine Form gebracht, die in nachvollziehbarer Weise die Hauptaussagen ordnet und somit die auswertbare Essenz eines jeden persönlichen Gespräches darstellt. Langer (2000) führt hierzu aus: „Die verdichtete Darstellung eines Gespräches soll eine konzentrierte, geordnete, Verständnis fördernde, gestaltete Bearbeitung des Gesprächs sein“ (S. 58). Dabei handelt es sich um eine reine Dokumentation ohne hinzugefügte Analyse oder In-

terpretation. Je nach Länge und inhaltlicher Dichte des persönlichen Gespräches haben die jeweiligen Verdichtungsprotokolle ein Volumen von 13–34 Seiten. Durch kurze Ein- bzw. Überleitungen zu einer jeweils neuen Sequenz können die Verdichtungsprotokolle auch als eine übersichtliche Zusammenfassung der jeweiligen Gespräche gelten. Auf eine separate zusätzliche Zusammenfassung wurde in dieser Studie verzichtet, weil die inhaltlichen Äußerungen und der Versuch einer Zusammenfassung des gesamten Gespräches auf ein oder zwei Seiten zu einem Verlust der inhaltlichen Tiefe des jeweiligen Gespräches geführt und schließlich die Funktion eines Inhaltsverzeichnisses gehabt hätte. Insofern wurde hier die Lösung gewählt, jedem Verdichtungsprotokoll ein jeweils eigenes Inhaltsverzeichnis voranzustellen, so dass der Leser sehr schnell zu den ihn interessierenden Inhaltspunkten springen und sich somit einen Überblick über die Inhalte verschaffen kann.

Ergänzend zu den methodischen Verfahrensregeln in Langer (2000) wurden in den Verdichtungsprotokollen die einzelnen Inhaltsabschnitte durchnummeriert, so dass auf diese Weise je Gespräch zwischen 45 und 65 differenzierbare Gesprächssequenzen identifiziert wurden. Diese Vorgehensweise wurde gewählt, um in den nachfolgenden Auswertungsschritten im Sinne eines überprüfbaren Beleges auf die jeweilige Gesprächsquelle verweisen zu können. Dies erschien mir wesentlich, um eine durchgängige Überprüfbarkeit im fortschreitenden Auswertungsprozess jeweils zurück bis auf die Ebene des Quellenmaterials sicherzustellen.

### 5.1.3 Verallgemeinernde Aussagen auf Basis der Einzelgespräche

In dem nun vorzunehmenden Auswertungsschritt werden aus den jeweiligen relevanten Gesprächssequenzen Aussagen formuliert, die sich auf das Erkenntnisinteresse dieser Studie richten, also dezidiert das Erleben, die innere Wirklichkeit eines Trennungskindes beschreibend. Dabei steht der jeweilige Gesprächspartner stellvertretend für eine auch bei anderen Trennungskindern vorkommende *Möglichkeit* des Erlebens oder Verhaltens. Zu jeder Aussage wird per Nummerierung auf die Sequenz im Verdichtungsprotokoll verwiesen, aus welcher sie gleichsam extrahiert wurde.

Beispiel: Im Gespräch berichtet Monika in der Sequenz Nr. 15:

„Obwohl im gleichen Zug wusste ich ja, dass er ihr ganz Schlechtes tut. Er hat ja immer schlecht über sie bei mir geredet. Was ich natürlich meiner Mutter weiter getragen hab, muss ich sagen. Also ich hab relativ viel weiter getragen.“ (15)

Daraus wird nunmehr die verallgemeinernde Aussage gebildet:

„Wenn der umgangsberechtigte Vater gegenüber seiner Tochter (8 – 11 Jahre) negativ über die Mutter spricht, kann ein Kind dies als Unrecht bewerten und sich in der Pflicht fühlen, diese Informatio-

nen an die Mutter weiter zu tragen.“

Oder sodann im weiteren Verlauf des Gespräches:

Monika: Und ich hab bestimmt nicht viel dazu gesagt. Ich hab bestimmt mal angefangen zu heulen. Ja, bestimmt, also da bin ich mir sehr sicher. (Kannst du dich noch erinnern, was das in dir ausgelöst hat?) Spontan fällt mir eine Sache ein: Entfremdung von dem, der das jetzt sagt, also von meinem Papa in dem Moment. ... ich wollte es ja auch, weil ich ihn dann ja nicht mochte. (15)

Verallgemeinernde Aussage:

Wenn der umgangsberechtigte Vater impulsiv im Beisein seiner Tochter (8 – 11 Jahre) negative Bewertungen über die Mutter äußert, kann dies zu Hilflosigkeitsreaktionen des Kindes (Schweigen, Weinen) und zu einer emotionalen Distanzierung von ihm führen.

In dieser Studie wurden die verallgemeinernden Aussagen besonders ausführlich mit Belegzitaten aus den Verdichtungsprotokollen „unterftert“. Dieses Vorgehen wurde gewählt, weil auch die aus einem einzelnen Gespräch abgeleiteten Aussagen mit den dazugehörigen Zitaten als eine handhabbare inhaltliche Zusammenfassung des Gespräches dienen sollten. Erneut wurde jedem zu einem Gespräch gehörigen Aussagekapitel ein eigenes Inhaltsverzeichnis vorangestellt.

Bei der Entwicklung der verallgemeinernden Aussagen wurde gleichzeitig eine Verfeinerung der im Verdichtungsprotokoll schon eingeführten Ordnungskategorien bzw. Überschriften notwendig. So wurde etwa das im Verdichtungsprotokoll verwendete Sammelkapitel „Das Erleben im zeitlichen Umfeld und im weiteren Verlauf des Trennungsgeschehens“ wie folgt (hier am Beispiel von Monikas Gespräch) in zwei Haupt- und diverse Unterkategorien differenziert:

Hauptkategorie 1: Das Erleben im zeitlichen Umfeld der Trennung

Unterkategorien:

- Atmosphärische Hinweise auf die kommende Trennung
- Unmittelbare Reaktion auf die Trennungsankndigung und -durchführung

Hauptkategorie 2: Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung

Unterkategorien:

- Gegenseitige Bewertungen und Konflikte der Elternteile
- Bewältigungsverhalten bei elterlichen Konflikten
- Weitere Verhaltensweisen der Eltern im Erleben des Kindes
- Weitere Aspekte der veränderten Welt im Erleben des Kindes
- Der Kontakt mit dem nicht hauptbetreuenden Elternteil
- Kontroll- und Bewältigungsstrategien sowie Kraftquellen des Kindes
- Spezielle Entwicklung im Verlauf von Pubertät und Adoleszenz
- Das damalige Lebensgefühl (ggf. als Bild, Gedicht, Analogie usw.)

Bei anderen Gesprächspartnern wiederum standen die berichteten Erlebnisse etwa im Zusammenhang mit einem neuen Partner eines Elternteils im Vordergrund, so dass entsprechende diesbezügliche Unterkategorien eingefügt wurden.

In diesem Auswertungsschritt wurden also wesentliche Differenzierungen vorgenommen, die sich als wegweisend für die spätere Entwicklung des Erlebnispanoramas über sämtliche Teilnehmer der Studie hinweg darstellen sollten.

### **5.1.4 Validierung**

Sowohl das Verdichtungsprotokoll wie auch die verallgemeinernden Aussagen auf der Basis eines jeden Gespräches wurden dem Gesprächspartner zur Autorisierung vorgelegt. Dieses geschah auf dem Postwege oder per E-Mail. Da diese Studie nebenberuflich durchgeführt wurde und gerade die Auswertungsschritte hinsichtlich der persönlichen Gespräche ausgesprochen zeitintensiv waren, ergaben sich teilweise Zeiträume von ein bis zwei Jahren zwischen dem Gesprächstermin und dem Vorliegen von Verdichtungsprotokoll bzw. Aussagen. Zunächst habe ich über sämtliche Gesprächsteilnehmer hinweg die Verdichtungsprotokolle erstellt und den Gesprächsteilnehmern nach und nach zur Autorisierung zugesandt. Ich habe in diesem Auswertungsschritt jeden der Teilnehmer erreicht und die Autorisierung erhalten. Eine Teilnehmerin hatte in Abstimmung mit mir ein Anliegen hinsichtlich einer weiteren Anonymisierung und damit Streichung bestimmter Gesprächspassagen. Die übrigen Teilnehmer haben lediglich marginale Änderungen vorgenommen.

Sodann erstellte ich auf dieser Basis nach und nach die verallgemeinernden Aussagen. Ich übersah zunächst, dass diese ebenfalls jedem Gesprächspartner zur Autorisierung vorzulegen sind. Ich musste daher erneut alle Teilnehmer kontaktieren, nun schon nach einem Ablauf von etwa zwei Jahren und um eine erneute Beschäftigung mit den Gesprächsinhalten und meinem Anliegen bitten. Auch hier gelang es mir schließlich, wenngleich auch teilweise erst nach mehrfachen Bitten, von sämtlichen Gesprächsteilnehmern bis auf Lena die Autorisierung zu erhalten. Lena hat in vollem Umfang das Verdichtungsprotokoll „abgenommen“. Sämtliche anderen Gesprächsteilnehmer haben die von mir erstellten Aussagen auf der Basis der Verdichtungsprotokolle praktisch ohne Korrektur autorisiert. Vor diesem Hintergrund wird es als wahrscheinlich erachtet, dass die Aussagen des Gespräches von Lena ebenfalls weitgehend ihrem Erleben entsprechen.

Insoweit hat sich der lange zeitliche Abstand zwischen Gesprächsdurchführung und Autorisierung gerade im Zusammenhang mit der Altersgruppe der „jungen Erwachsenen“ als Möglichkeit für methodische Schwierigkeiten gezeigt, da in dieser Altersgruppe noch häufige Wechsel von Wohnort und Lebensbezügen auftreten und eine spätere Kontakt-

aufnahme hierdurch beeinträchtigt sein kann.

## 5.2 Datenebene 2: Fragebögen

In einem ersten – automatisierten – Auswertungsschritt wurde aus der grafischen Benutzeroberfläche der Fragebögen der reine Text (Fragen und Antworten) extrahiert. Sodann wurden die soziografischen Daten, Umfang der Antworten nach Zeichenzahl usw. ermittelt und tabellarisch erfasst. Es wurde deutlich, dass die inhaltliche Qualität der Fragebogenantworten zum großen Teil „Tagebuchcharakter“ hatte und damit das Ziel, durch den Fragebogen die einzelnen Teilnehmer in einer Weise anzusprechen, dass hierdurch eine erlebnis- und erinnerungsaktivierende Innenschau angeregt wird, erreicht werden konnte. Weiterhin wurde deutlich, dass die Qualität der Antworten und die kategoriale Einordnung durchaus vergleichbar mit den persönlichen Gesprächen war. Dieses überrascht nicht wirklich, weil die Fragebögen eben auf der Basis des ersten Auswertungsschritts der persönlichen Gespräche konstruiert worden waren.

In einem zweiten Auswertungsschritt wurden sodann die relevanten Aussagen über alle Fragebögen hinweg in inhaltliche Ober- und Unterkategorien geordnet, und zwar wie sich diese aus den persönlichen Gesprächen ergeben haben. Auf diese Weise wurden aus den Fragebögen relevante Aussagen extrahiert, die ein Datenmaterial von 167 Seiten (einzeilig) ergaben. Auch hier wurde jede einzelne aus dem jeweiligen Fragebogen herausgenommene Äußerung mit einem Index versehen (nämlich der Codierungsnummer des jeweiligen Fragebogens), so dass auch hier die Quelle zu jedem Zeitpunkt zurück verfolgt werden konnte. Dabei kam es zu einer weiteren Ausdifferenzierung der jeweiligen Kategorien, die zu diesem Zeitpunkt zehn Haupt- und 80 Unteraspekte umfassten. Hierdurch wurde maßgeblich der nun folgende übergreifende Auswertungsschritt geprägt.

## 5.3 Das Panorama als Gesamtschau beider Ergebnisebenen

Nunmehr wird die Datenebene 1 mit der Datenebene 2 verknüpft. Sowohl die relevanten Äußerungen aus den Gesprächen wie auch die aus den Fragebögen flossen zusammen zu einer Gesamtschau der Lebenswirklichkeiten von Trennungskindern, geordnet in weitgehend ausdifferenzierte Inhaltskategorien. Diese Gesamtschau umfasste in der ersten Fassung 260 Seiten. Dabei fiel auf, dass bestimmte Inhaltskategorien zwar bezogen auf ein einzelnes persönliches Gespräch oder eine einzelne Frage im Fragebogen durchaus im Erleben des Einzelnen zunächst als voneinander getrennte Erlebnisanteile wahrgenommen werden, bei einer umfassenden inhaltlichen Sichtung sich dann jedoch weitgehende

Überschneidungen ergeben, so dass zur Reduktion von inhaltlicher Redundanz und zur Gewinnung von Übersichtlichkeit und Transparenz weitere Komprimierungsschritte erfolgten.

Beispiele:

Die zunächst getrennten Kategorien

- „Besondere Belastungen durch die Mutter“ und
- „Frühere Verhaltensweisen der Mutter noch übel nehmen“

wurden zusammengefasst zur Kategorie

- „Besonders belastende Verhaltensweisen der Mutter“.

Die Kategorien

- „Besondere positive/unterstützende mütterliche Verhaltensweisen“ sowie
- „Wünsche an die Mutter aus der Rückschau“

wurden zusammengefasst zu der Kategorie

- „Tatsächliche oder gewünschte unterstützende mütterliche Verhaltensweisen“.

Parallel wurde mit Äußerungen zu dem väterlichen Verhalten verfahren.

In einem zweiten Kompressionsschritt wurden weitere Informationen zusammengeführt, weil zusätzliche Parallelen deutlich wurden oder aber eine inhaltliche Verdichtung aus Auswertungsgründen sinnvoll erschien.

Beispiel: Die Kategorien

- „Was hätte ich damals gebraucht“,
- „Tatsächliche oder gewünschte unterstützende mütterliche Verhaltensweisen“ und
- „Tatsächliche oder gewünschte unterstützende väterliche Verhaltensweisen“

wurden zusammengefasst zu dem Kapitel

- Unterstützung des Kindes durch elterliches Verhalten.

Hierdurch wurden die Ergebnisse gestrafft und ein deutlicher Zuwachs an Übersichtlichkeit und damit Auswertbarkeit erreicht.

Gleichzeitig wurden die Kategorien über vier Ebenen ausdifferenziert – der oben beschriebenen Methode der Kompression von ähnlichen Informationen wurde also der Ansatz einer zunehmenden Verfeinerung von Ordnungsaspekten zur Seite gestellt.

Beispiel:

Ebene 1: Kap. 3: Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung.

Ebene 2: Kap. 3.2: Das Kind im Konfliktfeld der Eltern

Ebene 3: Kap. 3.2.1: Funktionalisierung des Kindes im Elternkonflikt

Ebene 4: Induzierte Ablehnung eines Elternteils

Materielle „Bestechung“

Stellvertretende Bestrafung

Ich sage dir die Wahrheit über deine Mutter/deinen Vater

Parentifizierung, Rollenkonfusion

Spitzel- und Auskunftsdienste

Kontrolle von Sprache und Gefühlen des Kindes

Schweigegebot, Geheimnisträger

Briefträger, trojanisches Pferd

Das Kind als Druck- und Kampfmittel

Das Kind als Komplize

Einsetzen zu Vermittlungsdiensten

So gestaltete sich schrittweise auf der Basis der Ergebnisse der Gespräche und der Fragebögen ein umfassendes Bild von möglichen inneren Welten von Trennungskindern unter Einbeziehung aller an der Studie beteiligter Personen. Gleichwohl ist jedes hier verwendete Zitat über den jeweiligen Index wieder zurück zu verfolgen auf die individuelle Datenebene der einzelnen Person.

## 5.4 Übergeordnete Aussagen und Strukturen

In dem letzten Auswertungsschritt ergeben sich sodann aus dem Erlebnispanorama übergeordnete Aussagen zu der inneren Wirklichkeit, den Bewältigungsstrategien, der weiteren Biografie usw. von Trennungskindern. Da diese wegen der Menge der erhobenen Daten sehr umfangreich sind, wurden sie in Form einer Übersicht dem Panorama vorangestellt, die gleichzeitig als Inhaltsverzeichnis fungiert.

Weiterführend werden die aus den Daten der vorliegenden Untersuchung gewonnenen Aussagen in Beziehung gesetzt zu dem bisherigen Forschungsstand, Gemeinsamkeiten und Abweichungen erörtert. Diese letztgenannten Schritte wurden in den Kapiteln 9 und 10 unter Einbeziehung der methodischen Diskussion umgesetzt.

## 6. Auswertung der persönlichen Gespräche: Beispiele

Hinweis: In sämtlichen Verdichtungsprotokollen wurden die bibliografischen Daten, aber auch Angaben im Gesprächsverlauf über Orte, Per-

sonennamen etc. in einer Weise geändert, dass eine Identifikation der Gesprächsteilnehmer ausgeschlossen ist.

## 6.1 Manuela

### 6.1.1 Verdichtungsprotokoll

#### Inhaltsverzeichnis:

Zur Herkunftsfamilie.....	72
Die Zeit vor der elterlichen Trennung.....	73
Das Trennungsgeschehen und die ersten Jahre danach.....	76
Veränderungen in der Pubertät .....	82
Gedanken und Gefühle in der Rückschau.....	86
Die weitere Entwicklung der Beziehung zum Vater .....	86
Die weitere Entwicklung der Beziehung zur Mutter.....	94
Was wäre früher für mich als Kind gut gewesen? .....	95
Generelle Empfehlungen für Kinder nach elterlicher Trennung .....	97
Biografische „Spuren“ durch die elterliche Trennung.....	97
Abschluss und Feedback .....	100

**Kontaktaufnahme:** Aushang Universität, HAW

**Gesprächsort und -datum:** Hausbesuch am 18.01.06

**Gesprächsdauer:** 2:15 Std.

**Zur Person:** Manuela ist 27 Jahre alt und studiert Sozialpädagogik an der HAW Hamburg. Ihr Partner hat eine eigene Wohnung, hält sich aber überwiegend in der Wohnung von Manuela auf.

**Zu den Rahmenbedingungen:** Manuela wird ausführlich mein beruflicher Hintergrund und die Entstehungsgeschichte der geplanten Forschungsarbeit erläutert. Ebenfalls wird dargestellt, wie mit der Tonaufnahme, dem Verdichtungsprotokoll und der Autorisierung verfahren werden soll (dies gilt für sämtliche Gespräche und wird bei den übrigen Teilnehmern nicht wiederholt).

#### Zur Herkunftsfamilie

Manuela ist mit zwei Schwestern (14 und 6 Jahre älter) aufgewachsen. Sie selbst war bei der Trennung ihrer Eltern 3 Jahre, die Mutter 36 Jahre und der Vater 51 Jahre alt. Der Vater (Iraker) war als Ingenieur tätig. Die Mutter (Deutsche) hat eine Ausbildung zur Reisefachfrau gemacht, war aber dann als Sekretärin tätig, seitdem Manuela ca. 3 Jahre alt ist.



## Die Zeit vor der elterlichen Trennung

(1) Hinsichtlich ihrer Erinnerungen an das Familienleben vor der Trennung führt Manuela aus, dass sie noch zwei Bilder bzw. Ereignisse vor Augen hat. Das eine ist das Aufwachen als Kleinkind und niemand ist zu Hause. Dieses Erlebnis ist in der Rückschau gefühlsmäßig nicht mehr belastet.

M: Das sind zwei Erlebnisse, die bei mir im Kopf sind. Also (...) da ist eine Geschichte gewesen, wo ich in der Nacht aufgewacht bin und alleine war und gerufen und gerufen und gerufen und keiner war da. Und da bin ich runter gelaufen und der Fernseher lief und das war relativ gruselig für mich als kleines Kind, weil keiner da war und der Fernseher lief aber. Und dann bin ich raus gelaufen zu den Nachbarn, barfuß und im Nachthemd, also es war schon recht spät abends. Und ich hab mich dann da irgendwie bei denen aufgehalten.

U: Waren deine Geschwister auch nicht zu Hause?

M: Nein, genau! Meine große Schwester war schon ausgezogen und der Grund war, warum meine Eltern nicht da waren, weil sie meine mittlere Schwester vom Bahnhof abholen mussten ganz kurzfristig. Und dann kamen sie wieder und da war Holland in Not, weil natürlich die Tür auf war. Das hat sich dann ja alles geklärt. Aber das ist so eine Erinnerung, wo sie beide zusammen, also wo wir noch alle zusammen.

U: Diese Erinnerung ist mit Angst verbunden?.

M: Ja. Angst vor dem Alleinsein.

U: Welche Gefühle hast du da gegenüber deinen Eltern? Dass sie dazu beigetragen haben, dass dir das so passieren konnte.

M: Nicht schlimm, also das ist okay.

U: Hast du verziehen?

M: Ja.

U: Weil sie hätten ja eigentlich nicht beide fahren müssen.

M: Nein, genau, also das war so ein bisschen unüberlegt, nicht?

(2) Die andere Erinnerung an das Leben der Familie vor der elterlichen Trennung ist wesentlich belasteter. Manuela berichtet von Gewalt zwischen den Eltern in ihrem Beisein:

U: Ja und das andere Ereignis?

M: Das ist richtig schrecklich. Also mein Vater hat meine Mutter oft geschlagen, also (das habe ich) oft aus Erzählungen (gehört). In der Erinnerung ist eben diese eine Geschichte: Mein Kinderzimmer war so das größte Zimmer im Haus, ich hab im Schlafzimmer gewohnt und ich weiß nur, wie ich mit meiner Mutter im Kinderzimmer war - oder war es das Schlafzimmer? - wie wir von innen die Tür zugehalten haben und sie hat tierisch geheult und gesagt: Lass mich in Ruhe! Sie hat versucht, die Tür abzuschließen und zuzuhalten und er von draußen gegen geballert hat und ich bin denn glaube ich weggelaufen ...(...) und dann ging es da heiß her. Aber ich weiß nur diese kurze Sequenz.

U: Wie deine Mutter voller Angst versucht hat ...

M: Ja, und ich hab auch versucht, die Tür zuzuhalten. Kleiner Knirps.

U: Gemeinsam mit deiner Mutter?

M: Ja.

(3) Die Mutter ist dann für einige Monate mit der mittleren Schwester

ausgezogen, Manuela ist alleine in dieser Zeit (ihr 3. Lj.) in der Betreuung des Vaters geblieben. Daran hat sie positive Erinnerungen.

M: Da (habe ich) allerdings schöne Erinnerungen.

U: Da hat er sich gut um dich gekümmert.

M: Ja, genau. Viel Ausflüge gemacht, also das haben wir danach auch immer gemacht. Also irgendwie Ausflüge ist für mich ... (strahlt)

U: Etwas Schönes?

M: Etwas Schönes, ja. Also wenn heute jemand Ratzeburger See sagt, dann weiß ich, da war ich mit meinem Vater bestimmt 1000 Mal.

(4) Die Mutter sei dann wieder mit der Schwester in die Familie zurückgekehrt. Anlass seien eine Erkrankung der Mutter und Besorgnisse gewesen, Manuela könne vom Vater außer Landes gebracht werden.

U: Wie lange war denn diese Phase, wo deine Mutter ausgezogen war?

M: Nicht lange, ein paar Monate. Weil sie dann ganz schwer krank geworden ist. Und sie wollte sich eigentlich trennen und hat Jasmin mitgenommen. (...) Die Freundin von meiner Mutter hat gesagt, dass wenn sie jetzt sich trennt und Manuela ist bei Papa und Jasmin ist bei dir, wirst du Manuela nie wiedersehen, weil sie eben halt ganz lange im Iran gelebt hat und sie die Befürchtung hatte, mein Vater würde mich dann entführen. Was ja nicht so weit hergeholt ist. Und dann ist meine Mutter krank geworden, ist zurück gekommen (zum Ehemann), aber schon immer mit diesem Gedanken: Und irgendwann bin ich hier weg. Sie hat auch Jasmin wieder mitgebracht. (...) Denn haben wir noch mal alle irgendwie ein halbes Jahr zusammen gelebt wohl. Davon weiß ich dann nichts. Das war nach diesem halben Jahr, wo ich mit meinem Vater allein war.

(5) Befragt nach ihrem Beziehungsempfinden zu den Eltern als Kind berichtet Manuela wie folgt:

M: Ich weiß zu meiner Mutter habe ich seit eh und je immer ein liebevolles Verhältnis gehabt. Also sehr, sehr viel Liebe und Fürsorge. Meine Mutter hat mich schon von Geburt an abgöttisch geliebt, mein Vater war sogar wohl bei meiner Geburt wohl dabei.

U: Das ist sehr ungewöhnlich für deinen Vater.

M: Ja. Und ich weiß, also heute weiß ich das, ich weiß nicht, ob ich das damals so empfinden konnte, aber heute weiß ich auch, obwohl ich meinen Vater eben nicht immer so verhält, dass er mich auch abgöttisch liebt, nur dass er das nicht zeigen kann. Für mich ist mein Vater immer auf Distanz gewesen. Außer in diesem einen halben Jahr.

(6) Manuela verbindet mit dem Begriff „abgöttisch lieben“ die uneingeschränkte Akzeptanz des geliebten Kindes als Person:

U: Was bedeutet „abgöttische Liebe“ für dich?

M: Ohne wenn und aber so akzeptiert zu werden, wie man ist. Natürlich haben Eltern immer an einem Kind irgendwas auszusetzen, weil sie es auch insofern erziehen. Aber nie irgendwie zu sagen, von andern Eltern kenne, wenn du das nicht machst, dann bist du doof oder so.

U: Dann habe ich dich nicht mehr lieb oder so.

M: Ja.

U: Also dieses das Grundvertrauen: Egal, was ich mach, sie liebt mich und ich bin richtig so, wie ich bin.

M: Ja.

U: Und da warst du bei deinem Vater nicht ganz so sicher wie bei deiner Mutter?

M: Nein.

(7) In Bezug auf den Vater assoziiert Manuela eine Erinnerung, die allerdings in einer späteren Lebensphase liegt, als Beispiel für die Ambivalenz in den Gefühlen zum Vater:

U: Kannst du da noch verbinden, womit das zusammenhängt? Hat er schon früher das ausgestrahlt? Hat was gemacht oder so?

M: Nein. Es hängt einmal mit einem Erlebnis zusammen, keine Ahnung wie alt ich da gewesen bin. Aber da muss ich schon irgendwie um die 10 oder 12 gewesen sein. Also das ist sehr ambivalent, das Verhältnis zu meinem Vater. Einerseits erinnere ich mich, wie er meine Haare immer gefönt hat, weil ich die immer glatt haben wollte, das dauert stundenlang. Auf dem Klodeckel sitzend. Und andererseits weiß ich, dass er irgendwann im Badezimmer war und ich nicht mehr rein durfte, wenn er da nackt war. Und das war für mich total ... also wenn ich da heute so dran denk, schüttelt mich das, also es ekelt mich richtig, weil das für mich immer natürlich ist irgendwo, seine Eltern nackt zu sehen. Und in dem Moment, wo er gesagt hat, das geht jetzt nicht mehr und ich hab das nicht verstanden, seit dem habe ich ein komisches Verhältnis dazu.

U: Hast du dich von ihm irgendwie ausgegrenzt gefühlt?

M: Nein, ich kann das gar nicht beschreiben, ich also das hört sich bescheuert an, also ich fühle mich fast vergewaltigt, weil dadurch, dass er das zu so einem Geheimnis macht, seine Nacktheit, wird es für mich ...

U: Bedeutsam?

M: Ja, bedeutsam so (...).

U: Warum hat er das nötig, dass er sich vor mir schützen muss?

M: Genau.

U: Verstehe. Ist es vielleicht auch kulturell bedingt?

M: Ja, auf jeden Fall, auf jeden Fall.

U: Aber das hilft dir nicht weiter. Das war eben so, so hast du es empfunden.

M: Und andererseits, die Iraner, die knutschen ihre Kinder ab von oben bis unten und das mochte ich auch noch nie so wirklich richtig. Aber seine zweite Frau war so eine Partyqueen, die hat immer tierisch viele Leute eingeladen, wie das bei den Iranern häufig ist, bis in die Nacht und die Kinder mussten denn da auch rum laufen. Die Kinder in die Luft werfen, dann wurde ich immer in die Luft geworfen und dieses ganz enge und ich war dann schon richtig oft genervt. Und denn immer in die Wange gekniffen ...

U: Das war dir zu heftig, ja?

M: Das war zuviel. Obwohl ich selber sehr lebendig bin. Deshalb mit meinem Vater ist das wirklich zwei Seiten.

U: Und ist es so, dass das Nähe-Gefühl nie so uneingeschränkt war wie zu deiner Mutter?

M: Ja.

## Das Trennungsgeschehen und die ersten Jahre danach

(8) An das sich anschließende Trennungsgeschehen hat Manuela keine eigenen Erinnerungen mehr.

Ja und dann halt die Zeit, dieses Erlebnis, dass sich meine Eltern dann getrennt haben, davon weiß ich nur aus Erzählungen.

(9) Es gibt jedoch noch eine Erinnerung an die richterliche Anhörung von Manuela, die damals im 4. Lj. war:

U: Was verbindest du mit dem Richter?

M: Also heute, wenn ich den wieder sehe, würde ich sagen: nicht ganz dicht. Weil ich erinnere mich daran, ich war so verzweifelt, weil er mir die Frage gestellt hat: Wo möchtest du lieber hin? Zu Papa oder zu Mama? Ich hab gedacht: Wieso fragt der mich so einen Quatsch? Was soll das? Und er wollte dann wohl irgendwie eine Antwort von mir haben, die ich ihm nicht geben konnte. Also ich weiß, ich saß bei ihm sogar auf dem Schoß, das war alles ganz nett, aber eben diese Fragestellung ...

(10) Die Eltern haben sich räumlich getrennt, als Manuela ca. drei Jahre alt war. Sie lebte sodann mit ihrer damals ca. 13-jährigen Schwester weiter bei der Mutter, die älteste Schwester ist damals schon aus dem Elternhaus ausgezogen. Die Mutter ist ca. ein dreiviertel Jahr nach der Trennung eine neue Partnerschaft eingegangen. Später kam es zur zweiten Heirat. Manuela berichtet, es habe eine Phase des gemeinsamen Familienlebens mit dem Stiefvater gegeben, dann wiederum hätten die Partner in zwei getrennten Wohnungen gelebt. Zur Beziehung zum Stiefvater wird erklärt:

U: Hat dieser Mann eine Form der Vaterrolle für dich dargestellt?

M: Ja, das ist ganz spannend, weil ich heute sagen kann, er war eher Vater als mein richtiger Vater. Aber ich habe keinen Kontakt mehr zu ihm, was ich schade finde. Er war in der Zeit immer da und hat viele Dinge gemacht, die ein Vater auch macht, abends mit ins Bett bringen und so. Tür zu oder Tür halt noch nicht ganz zu und mit spazieren gehen und Ausflüge und kochen am Wochenende.

U: Er war in deinem Leben präsent.

M: Er war richtig da, ja.

(11) Gefragt, ob auch der Vater nach der Trennung eine neue Partnerin gefunden habe, zeigt Manuela sich unsicher in ihrer Erinnerung:

M: Das weiß ich gar nicht mehr. Ich weiß nur, dass mein Vater jetzt das 3. Mal verheiratet ist. (...) Na ja, vielleicht war ich da 5, 6 ungefähr ...

U: Als die zweite Frau kam?

M: Genau. Die blieb aber nicht lange, na doch, die blieb relativ lange, ich weiß das gar nicht mehr. Also mit seiner jetzigen Frau ist er an die 11, 12 Jahre verheiratet. Ja, doch, die blieb auch ungefähr schon 7, 8, 9 Jahre, nein das muss später gewesen sein.

U: Okay.

M: Aber das ist natürlich so, beurteilen kann ich das kaum, weil mein Vater eher miteinander verheiratet worden ist, obwohl er schon sehr alt war.

Weil die Familie gesagt hat: Du kannst doch nicht ohne Frau bleiben und er auch ohne Frau gar nicht zurecht kommt.

(12) Damals hat Manuela sich eine ganz normale, heile Familie gewünscht, zwar mit ihren Eltern, aber nicht mit den vorherigen Problemen.

Also ich glaub, das wünscht sich jedes Scheidungskind, bei beiden Eltern groß zu werden und das ist eben einfach Seltenheit.

U: Hast du dir das gewünscht, ja?

M: Ja. Und wie. Aber nicht mit diesem Vater. Also irgendwie nicht.

U: Aber was hast du dir konkret gewünscht nach der Scheidung?

M: Also normal ist ja immer ein schwieriger Begriff, aber eben ganz heil in einer Familie aufzuwachsen, wo abends eben alle zusammen Abendbrot essen.

U: Also dass die sich nie getrennt hätten eigentlich.

M: Ja. Nicht, also gerne mit einem anderen Vater, also mit ihm gerne, aber eben nicht so mit diesen Schwierigkeiten, weil das sehr anstrengend war.

(13) Manuela erinnert sich an zwei sehr belastende und bedrohliche Erfahrungen, als sie unmittelbar elterliche Streitigkeiten, auch im Zusammenhang mit den neuen mütterlichen Partner, erlebt hat.

M: Das erste Erlebnis war halt so: Dieser Lebenspartner von meiner Mutter, der aufgekreuzt ist, der heißt Jo, das ist ein Schwarzer, und das war für meinen Vater absolut ein Dorn im Auge und er hat uns beschatten lassen und hat dann Geschichten erfunden, sie würde sich durch das Asylantenheim durchmmm, das war richtig böse. Also das war richtig schrecklich und ...

U: War das für deinen Vater allein dadurch schwierig, dass der Schwarzer war?

M: Einmal das, das war für ihn ganz gruselig. Und weil er selbst als Iraner super rassistisch Schwarzen gegenüber ist.

U: Er ist Schwarzen gegenüber rassistisch eingestellt?

(...)

M: Das versteh ich auch ehrlich gesagt nicht wirklich. Weil die Südperser, die sind selber sogar dunkel. Also ich weiß nicht, was die mit Afrika zu tun haben, aber ich glaub, (...) ich versteh das nicht. Vielleicht hat es auch einfach damit zu tun, weil mein Vater lässt sowieso nicht viel gelten. Also alles, was er nicht gut findet, ist sowieso generell schlecht. (...) Und er hat halt auch einen Grund gesucht: warum verlässt mich meine Frau. (...) Und das war so, dass wir abends spazieren gegangen sind, das muss im Winter gewesen sein, es war relativ früh dunkel ...

U: Da hast du mit deiner Mutter schon alleine gewohnt? Wo sind wir jetzt in welcher Zeit?

M: Das war nach der Trennung: Mama und Jasmin und Manuela und Jo ganz viel da. Weil er da noch im Asylantenheim noch war. Und wir sind spazieren gegangen, Jasmin war nicht dabei und ich weiß nur, dass eine Person mit einer Zigarette, also ich hab dieses Schwarze und dann dieses Glühen vor Augen, auf uns zu kam und dann weiß ich halt nur, dass sich da zwei gekloppt haben und das mit einem Messer irgendwas lief und das war tatsächlich mein Vater, der uns aufgelaert hat und Jo bedroht hat. Und Jo ist halt so ein 2 m Schrank und mein Vater ist nicht größer als ich. Ich glaub, meine Mutter hat mich dann einfach genommen und ist nach oben gegangen. Aber ich weiß halt dieses, na dunkel eben, schwarz abends.

U: Kannst du dich noch erinnern, wie du dich da gefühlt hast? Was da in dir vorgegangen ist?

M: Totale Panik bekommen und nicht verstanden, was das ist.

U: Es war extrem bedrohlich für dich.

M: Ja. Weil ich erst nicht erkannt hab, dass das mein Vater ist und ich hab das auch nicht verstanden, was das sollte, was er da macht. Also ich hab über dieses Erlebnis bzw. was ich gleich erzähle oder was vermischt ist, hab ich erst später mit meiner Mutter geredet, weil ich hab da zwei Jahre lang den gleichen Traum gehabt.

U: Der immer wiederkehrt?

M: Ja. In allen möglichen Variationen.

U: Aber dieses Ereignis ist damals, als du vier Jahre oder so alt warst, nicht weiter besprochen worden, was da passiert ist?

M: Also nicht, dass ich das erinnere.

U: So dass du vielleicht ein damit auch ein bisschen alleine warst, das irgendwie einzuordnen.

(14) Manuela kann zu ihren damaligen Gedanken, Gefühlen oder Handlungsimpulsen in der oder nach der beschriebenen Situation keine weiteren Angaben machen

Das zweite belastende Ereignis hat sich wie folgt zugetragen:

M: Mein Vater hatte mich abgeholt und wollte mich dann sozusagen (zu sich) nach Hause bringen und ich weiß noch, wie meine Mutter hinter ihm hergelaufen ist und plötzlich neben dem Auto stand.

U: Wo du schon drin saßt?

M: Wo ich schon drin saß. Papa hat den Knopf runter gemacht hinten und sie machte immer nur so (macht aufgeregte Handbewegungen). Ich habe sie nur angeguckt und sie war total aufgeregt gewesen und denn hab ich den Knopf hoch gemacht, denn ich bin ja angeschnallt. Papa vorne raus, sie festgehalten. Meine Mutter mich raus gezogen aus dem Auto und über den Parkplatz rüber, Treppen runter und dann kam auch schon Jo aus dem Haus raus gelaufen und mein Vater hinterher und denn haben sie (Theater gemacht) auf der Treppe. Die ganze Häuserfront, da haben die ganzen Nachbarn raus geguckt.

U: Das war laut, alle haben geschrien?

M: Ja, und dann weiß ich nicht, ich oben in meinem Kinderzimmer, hab mich eingeschlossen.

M: War dann später und mein Vater hat irgendwie an die Tür geballert.

U: An deine Kinderzimmertür?

M: Ja. Und meinte, es ist alles okay, komm wieder raus. Bis dann irgendwie Jo kam und ihn da wohl erst mal so versucht hat rauszuboxen und mein Vater ihm dann gedroht hat und dann kam irgendwann die Polizei. (Seufzt) Und das war schon ganz, ganz schlimm.

U: Hast du im nachhinein auch durch Austausch einordnen können was da geschehen ist in dieser Situation? Was war der Hintergrund für diese Eskalation?

M: Meine Mutter hat gesagt, dass sie der Meinung gewesen ist, mein Vater wollte mich sozusagen entführen.

(15) Manuela ergänzt die Schilderung noch um folgende Erinnerungen:

M: Da habe ich gedacht, wie gut, dass meine Mutter und ich ein so, sagen wir mal, gutes, annäherungsweise telepathisches Verhältnis haben. Dass ich genau wusste, was sie von mir wollte, und genau plötzlich auch gespürt hab: Ich muss jetzt hier raus aus dem Auto. Und also ich war normal Kind halt, hab mich gefreut: Jetzt geht's zu meinem Vater. Und dann habe ich nur meine Mutter gesehen, wie sie da rumfuchtelte, in ihre Augen geguckt. Ich hab gedacht: Jetzt passiert irgendwas ganz Schreckliches! Hab sofort den Knopf hoch gemacht und raus. Ich hab mich plötzlich wieder sicher gefühlt, dann in meinem Kinderzimmer zu sein. Da war ich ganz froh, dass ich dann doch dageblieben bin. Und mein Handlungsimpuls, als mein Vater an die Tür geklopft hat und mir erklärt hat, dass alles in Ordnung ist, ich soll mal wieder raus kommen, weiß ich noch, also dermaßen geschluchzt und geweint und aber fast schon hysterisch. Und hab immer gesagt, er soll jetzt da verschwinden. Ich wollte wirklich ganz alleine sein.

U: Also da war für dich das Wichtigste, dass das aufhört?

M: Ja

(16) Bis zum 12. Lj. hat Manuela mit ihrem Vater regelmäßig jedes 2. Wochenende, teils auch jedes Wochenende von Freitag bis Sonntag Abend oder Montag früh (Vater brachte sie dann in den Kindergarten) mit Übernachtung verbracht. Sie hat daran schöne Erinnerungen, aber auch einen gewissen Widerstand gespürt. Letztlich ist ihre Haltung gegenüber Kontakten mit dem Vater ambivalent gewesen:

M: Also eben immer so ambivalent. Also ich hab mich schon gefreut, meinen Vater zu besuchen, aber irgendwie war das auch immer so: Ach, muss das jetzt schon wieder sein.

U: Wodurch kam das wohl? (...)

M: Das kann ich schwer einordnen. Also aus der heutigen Sicht würde ich sagen, vielleicht hat es einfach damit zu tun gehabt, dass ich mir das selber auch viel schön geredet habe. Ich meine, es war ja im Endeffekt auch schön, aber es ist ja häufig so, dass man irgendwie keine Lust zu etwas hat, dann macht man das eben doch, z. B. zum Sport zu gehen, und hinterher freut man sich, weil es ja dann doch ganz gut war. Und meine Mutter hat mich wirklich viel, ja gedrängt, so überredet: Mach das doch, dein Vater, der liebt dich und er kann doch nichts dafür, dass du nicht bei ihm wohnst und er freut sich doch auch.

U: Also sie hat dich unterstützt darin, dass du da hin gehst.

M: Ja, unterstützt ...

U: Fast noch mehr?

M: Ja, ich glaube mit dem heutigen Wissen fast, um ihr eigenes schlechtes Gewissen wieder wett zu machen.

U: Weswegen hatte sie denn ein schlechtes Gewissen vielleicht?

M: Ja, dass sie ihn halt verlassen hat und er eben nicht die Möglichkeit hat, mit seinen Kindern zusammen zu sein.

(17) Wie schaut Manuela als Erwachsene auf dieses Verhalten der Mutter zurück?

U: Wie bewertest du dieses Verhalten deiner Mutter jetzt im Nachhinein?

M: Nicht gut - also zwei Seiten. Also einerseits kann ich sagen: Das war ganz schön bei meinem Vater und es ist auch gut, dass sie mich dazu angehalten hat und gesagt hat: Geh mal hin, besuche ihn mal. Dann kann

ich aber heute sagen: Ich denke mal, dass sie es nicht gesagt hat, weil ihr Papa wirklich leid getan hat in dem Sinne, sondern auch für sich, um das für sich zu besänftigen, damit sie auch nicht als Böse dasteht. Das kann sie auch in anderen Dingen ganz gut. Sich als ganz gut hinzustellen und ganz lieb zu einem zu sein, aber eben dann unterschwellig dann doch zu sagen: Na ja, ich bin ja so eine arme Wurst.

U: Da hast du dich so ein bisschen instrumentalisiert gefühlt.

M: Auf jeden Fall!

(18) Eine wesentliche Belastung in der Altersphase bis 12 Jahre (und auch noch danach bis in die Gegenwart – s. u.) war, dass der Vater schlecht über die Mutter gesprochen hat:

M: Also er ist fest davon überzeugt, dass meine Mutter ihm untreu gewesen sein soll.

U: Schon bevor die sich getrennt haben?

M: Ja. Und ganz am Anfang, als ich klein war, war es so: Deine Mutter hat mich verlassen und jetzt ist deine Mutter Schuld, dass wir nicht zusammen leben. Später kam denn eben dazu: Sie war untreu, hat sowieso überall herumgehurt. Und sie hätte uns in schlechte Kreise gebracht und hätte jetzt Manuela sozusagen immer allein gelassen, weil Jasmin mit 13 ja schon schwierig war, also in schwierige Kreise gekommen ist. Mein Vater hat sie dann irgendwie mal erwischt, wie sie mit irgendjemanden gekiffte hatte. Also auf jeden Fall ist an allem meine Mutter Schuld.

U: Also nicht nur, dass deine Mutter ihn betrogen hat, sondern sie ist auch keine gute Mutter zu euch.

M: Genau, also sie ist die absolute Rabenmutter. Und wären wir bei ihm aufgewachsen, wären wir total toll geworden. Noch später in der Pubertät hat er mir auch klar gemacht, dass ich auch total schlecht bin, also dass ich einen schlechten Lebenswandel hab, dass meine philosophische Einstellung zur Welt völlig verkehrt ist und dass meine Mutter nicht richtig für mich sorgen würde.

U: Aber das, was du eben davor sagtest, war auch schon bis 12 so.

M: Ja.

U: Wie hast du das verarbeitet, aufgenommen? Was hat es in der ausgelöst als Kind?

M: Wut über meinen Vater. Weil ich wusste, dass es nicht stimmt

U: Du hast das klar zurückgewiesen als Lüge?

M: Ja.

U: Du wusstest, dass deine Mutter nicht so ist. Also du hast mehr deinen Wahrnehmungen vertraut als den Äußerungen deines Vaters?

M: Genau.

(19) Wie hat Manuela sich in diesen Situationen während der Besuche beim Vater verhalten?

M: Also das ist eigentlich so gewesen, dass ich dann fast nichts gesagt, also ich hab eigentlich gar nichts gesagt, sondern zu ihm gesagt: Meinst du, bist du dir sicher?

U: Du hast ihm also deine Wut nicht ins Gesicht sagen können?

M: Nein.

U: Das stimmt doch gar nicht und Mama ist lieb?

M: Nein.



U: Was hättest du ihm gerne gesagt, was hättest du ihm gerne ausgedrückt, wenn du gekonnt hättest?

M: Also ich hätte gerne gewollt, dass er das auch so sieht, also dass er da mal von seiner Wahnvorstellung runter kommt.

U: Ja.

M: Und mir hätte das schon gereicht, wenn er mir zugehört hätte. Weil ich habe versucht zu sagen: Ich sehe das anders und ich möchte auch nicht, dass du über Mama so redest. Das habe ich schon mal versucht zu sagen. Aber eben ganz zaghaft.

U: Du hast dich nicht gehört gefühlt.

M: Nein. Und sonst bin ich ja eigentlich ja eher eine Person, die sich auf jeden Fall definitiv nicht von anderen Leuten so unterbuttern lässt. Aber genau in so einer Situation, wo es um Ungerechtigkeit geht, in diesem Fall Ungerechtigkeit meiner Mutter gegenüber und auch mir gegenüber, weil er mir versucht eine Meinung aufzudrängen, nämlich meine Mutter ist schlecht, da habe ich wirklich ...

U: Das hat dich sprachlos gemacht?

M: Das macht den Mund zu.

U: Ja. Und gleichzeitig kochte diese Wut in dir?

M: Ja.

U: Aber auch Hilflosigkeit?

M: Ja, erst dieses wütende und hinterher einfach nur noch total traurig.

U: Aber nun warst du ja bei ihm zu Besuch, ja?

M: Ja.

U: Hast du dich dann zurück gezogen, um allein zu sein oder?

M: Ich hab das verdrängt in dem Moment, wo ich denn da war. Aber das war halt einfach nicht mehr so herzlich wie früher, wenn er dann sagte: Ja, lass uns doch mal wieder nach Mölln oder nach Ratzeburg, lass uns mal einen Ausflug machen. Da habe ich gedacht: Nein, nicht schon wieder acht Stunden Papa, da habe ich keinen Bock drauf. Und habe dann immer versucht zu erzählen, ich habe da noch was vor. Ich muss mich noch hier und da treffen oder ich muss eben noch arbeiten und das mache ich sogar heute noch, dass ich einfach vermeide, mehr als drei Stunden da zu sein.

U: Also du portionierst das, ja?

M: Ja.

(20) Manuela hat mit dem Vater insgesamt zwei Urlaube verbracht, mit denen sie eher nicht so schöne Erinnerungen verbindet. Der zweite habe schon zu Beginn der Pubertät auf Gran Canaria stattgefunden. Die lange Zeit gemeinsam mit dem Vater habe die Grenze (s. o.) überschritten.

Eine Kraftquelle in Situationen der Belastung hat Manuela in der Regel im Austausch mit der Mutter gefunden, später mit ihren männlichen Partnern. An andere Methoden, als Kind Abstand zu gewinnen, sich zu entlasten oder zu sich zu finden, kann Manuela sich nicht erinnern.

(21) Manuela wird gebeten, sich für die Abbildung der damaligen Altersphase 3 bis ca. 12. Lj. ein Bild, eine Landschaft o. ä. vorzustellen. Dabei wird deutlich, dass nicht nur die schon geschilderten bedrohlichen elterlichen Konflikte für Manuela damals belastend waren, sondern auch, dass der Vater abwertend über die Mutter gesprochen hat.

M: Da es ja sehr ambivalent ist, fällt mir ganz spontan ein die Cliff of Mo-haire ein in Irland, diese Riesenklippen, wo es super weit hoch geht ...

U: Am Meer, ja?

M: Am Meer ist das ja und wo unten halt dieses tosende, brausende Meer ist, die Wellen, die da hoch klatschen. Wenn man da runter stürzt, dann ist es auf jeden Fall vorbei. Und genau eben in dieser Kombination: Diese Gefahr, so runter zu stürzen, dann ist es wirklich vorbei. Oben ist halt ganz schön, so dieses typische irische Leben da und der Wind tost und

U: Und wo stehst du in der Landschaft?

M: Also ich steh hier relativ nah an den Klippen.

U: Aber oben?

M: Ja.

U: Also du hast sozusagen auf der einen Seite den Abgrund und auf der anderen Seite eine schöne, liebliche Landschaft, so. Und das war beides präsent in deinem Leben als Kind.

M: Ja.

U: Und was war der Abgrund für dich in dieser Phase? Das Bedrohliche?

M: Das zwischen meinen Eltern, dieses Streiten.

U: Und hast du mit diesem Hintergrund gelebt, dass das jederzeit sozusagen aufbrechen kann? Dass jederzeit der Absturz, das Herausgeworfen sein aus dem Schönen passieren kann?

M: Ja, oder immer wieder irgendwie dieses Runtergezogen werden in diesen Konflikt und in solchen Situationen mit dem Autoknopf hoch machen und mit nachts überfallen zu werden und ständig eben, ja verbal auch attackiert zu werden. Ja, deine Mutter ist ja sowieso die allerletzte. Oder, ja und meine Mutter immer gesagt hat, dein Vater ist ganz lieb und er kann da nichts für, und er immer ganz böse gegen meine Mutter gewettert hat. Also da bin ich ja auch involviert immer gewesen und das sind für mich so die Wellen ...

## Veränderungen in der Pubertät

(22) Ab ca. dem 12. Geburtstag haben sich in der Kontaktgestaltung mit dem Vater wesentlich Veränderungen ergeben:

M: Dann konnte ich entscheiden, ob ich das möchte oder nicht, so oft hinzufahren. Und da hab ich mich entschieden für ein Nein.

U: Für ein überhaupt nicht?

M: Für erst mal am liebsten gar nicht. Meine Mutter hat mir mal gesagt: Nein, du musst, das ist dein Vater. Und auf Grund von Gewissensbissen hab ihn dann wohl besucht, aber halt nicht mehr so häufig (ca. einmal monatlich). Dann habe ich ihn sogar, da war ich aber vielleicht 15, ein Jahr lang gar nicht besucht, auch den Kontakt auf Grund von Streitereien abgebrochen, Dann hatten wir wieder Kontakt. Dann war ich ja auch fast in meinem eigenen Leben so drin und mit 16 habe ich ihn vielleicht ein Mal im Monat gesehen. Dann hatten wir wieder ein halbes Jahr keinen Kontakt, um den 19. Geburtstag herum und dann immer so sporadisch.

(23) In der Summe hat es Kontaktpausen für 3 Monate bis hin zu 9 Monaten ab dem 15. Geburtstag von Manuela wiederholt bis in die Gegenwart gegeben. Diese seien stets von Manuela ausgegangen – für sie sei-

en Streitigkeiten mit dem Vater der Anlass gewesen.

(24) Vom Vater ging für Manuela eine fordernde Haltung hinsichtlich der Kontakte mit der Tochter aus. Dabei spielte in Manuelas Erleben Geld als Druckmittel unterschwellig eine gewisse Rolle:

Wobei er schon immer gefordert hat also: besuch mich. Und der Satz, den er nicht ausgesprochen hat, der Nachklang war: Sonst kriegst du kein Geld.

(25) Die Mutter hat über ihre Hintergründe, warum sie sich von dem Ehemann getrennt hat, mit Manuela nicht gesprochen, als diese noch kleiner gewesen ist. Dieses hat sich aber im Alter von ab 12 Jahren und dann zunehmend geändert.

U: Können wir das mal anschauen, wie hat deine Mutter das gemacht?

M: Schön unterschwellig.

U: Okay. Also einerseits sagst du ja, sie hat dich ermutigt zu ihm hinzugehen.

M: Ja. Genau.

U: Das war so die eine Strömung - und was war die Unterströmung (bezogen auf das obige Bild)?

M: Das war nie mit bösen Worten. Die Unterströmung war: Ich hab ihn verlassen, weil er so eifersüchtig war. Ich mein, ich kann mich da (nicht erinnern), ich kann ja nur einem glauben, weil wissen tu ich nichts mehr. Also ich kann es nicht beweisen. Ich kann nicht sagen: Hat er sie wirklich die ganze Zeit geschlagen? Ich kann es nur sehen, wie er jetzt ist. Sie sagt halt, na ja, er ist schon immer sehr jähzornig, also das alles, was ich vorher auch beschrieben habe, das hat sie immer so erzählt.

U: Hast du das als Kind auch erzählt bekommen?

M: Aber sehr viel später erst. Also als ich ganz klein war, hat sie das nicht gemacht. Sondern erst als wir so auf einer anderen Ebene kommunizieren konnten, so halb erwachsen, wurde mal ein bisschen mehr erzählt.

U: Wie alt warst du da ungefähr?

M: Na ja, zwischen zwölf und vierzehn ging das schon mehr in die Tiefe. Wo sie denn auch erzählt hat: Wenn ich dem Schlachter lächelnd guten Morgen gesagt hab, dann hat es zu Hause gleich was gegeben.

U: Gab es Schläge?

M: Ja.

U: Also da begann sie mehr von sich und ihren eigenen Erfahrungen zu sprechen. Wie war das für dich? (...) Da kam so eine Komponente hinein, die du irgendwie verarbeiten musstest.

M: Ich glaube, das ist so gewesen, dass ich schon immer, egal wie groß oder klein ich war, an diesem Abgrund gestanden hab, aber das nie bewusst wahr genommen hab. Dass ich schon immer gemerkt hab: Irgendwas ist da unten, aber das vielleicht nicht gesehen hab. Und in dem Moment, wo sie mir Sachen erzählt hat, aber auch nur, weil ich sie drauf angesprochen hab, weil sie immer gesagt hat, nein darüber red ich nicht, ich will dich nicht belasten und lass mal, das ist schon okay.

U: Hat sie vorher immer gesagt.

M: Und ich irgendwann wirklich auf sie zugekommen bin und erzählt hab von diesen Träumen. Das war dann die Zeit auch ungefähr, wo wir dann angefangen haben, darüber zu reden. Da fühlte ich mich dann eher fast bestätigt, so als würde man mir so Gardinen, die ein bisschen verschleiern, aufmachen: so aha!

(26) Einen wesentlichen Grund für die Reduzierung der Kontaktzeiten mit dem Vater sieht Manuela ebenfalls in den schon oben erwähnten häufigen Versuchen des Vaters, schlecht über die Mutter zu sprechen:

U: Und was hat es eigentlich bewirkt, wenn er so schlecht über deine Mutter gesprochen hat? Welchen Einfluss hatte das zu deiner Beziehung zu deinem Vater? Du hast gesagt, du warst wütend auf ihn. Und hat das auch, ja hat das, weil er das ja wiederholt gemacht hat, es war ja schon eine Struktur irgendwie. Hatte das längerfristige Auswirkungen?

M: Ja.

U: In welcher Form?

M: Das hatte genau die Auswirkungen, dass ich ihn dann nicht mehr besuchen wollte. Wie gesagt, war ich dann ja bis zum 12. Lebensjahr da (zu Besuch). Und das wurde ja immer weniger, immer weniger. Weil mich das immer mehr belastet hat. Ich hab immer gesagt: Ich will das nicht, ich halt das nicht aus, ich hatte auch gar keinen Bock mehr drauf. Und deshalb geh ich gar nicht hin.

U: Einer der Hauptfaktoren war, dass er immer wieder so ein schlechtes Bild über deine Mutter entworfen hat.

M: Das würde ich heute sagen, ja.

(27) In diesem Alter (ab 12 Jahre) hat Manuela ihre Mutter auf sich wiederholende Angsträume angesprochen, die danach immer seltener auftraten. Bis heute macht Manuela sich Gedanken über die Hintergründe:

M: Ja, ich hab Träume gehabt, hab ihr die Träume erzählt und hab sie gefragt, ob da irgendwas gewesen ist, ein Erlebnis oder so. Womit das zusammenhängen kann.

U: Ja. Was war das für ein Traum für ein Muster, was da immer wieder kam?

M: Das fing immer an mit dem Haus in S., wo ich als kleines Kind auch groß geworden bin.

U: Bis zum 3. Lebensjahr?

M: Ja, er hatte das Haus noch behalten, ...

U: Du hast ihn dort besucht auch?

M: Genau. Ich wollte immer weg.

U: Du warst in dem Haus in dem Traum? Und du wolltest raus aus dem Haus?

M: Immer raus, immer weg, mein Vater war mal da, mal nicht da. Hat mich dann, wenn er da war, sowieso dran gehindert. Und es war denn so, - wie nennt man die Träume, wenn man etwas versucht, was nicht geht.

U: Man versucht zu laufen, tritt auf der Stelle oder so?

(...)

M: Oder man versucht, eine Tür aufzumachen, oder zuzumachen und man schließt sie ab und sie geht trotzdem wieder auf und dann war das auch so teilweise, wollte ich auch, ich war 14 oder so, hatte noch keinen Führerschein hab ich geträumt ich fahr Auto und fahr dann weg vom Haus

von meinem Vater. Und was immer in allen Träumen vorkam, war ein schwarzer Hund, der hinter mir her gelaufen ist. Und teilweise in Form, also teilweise wusste ich eben, das ist mein Vater, teilweise nicht, und teilweise waren wir zusammen, aber auf jeden Fall immer durch Häuser, verschachtelte Fenster, Türen, Gänge

U: Wie ein Labyrinth.

M: Ja.

U: Und welche Gefühlsqualität hatte dieser Traum?

M: Panik.

U: Waren also Angsträume? Alpträume, so.

M: Ja, richtig fies.

U: Bist du davon aufgewacht manchmal auch, ja.

M: Ja. Hab die dann irgendwann angefangen aufzuschreiben.

U: Hast daraufhin auch deine Mutter angesprochen ja? Und zu welcher Interpretation bist du gekommen? Hast du schon als Kind den Traum irgendwie gedeutet oder hast dem etwas zugewiesen, was der dann wohl vielleicht ausdrücken mag?

M: Habe ich immer versucht, bin ich nie hinter gekommen.

U: Später ist es dir dann gelungen?

M: Nein, nein, auch heute nicht. Ich wollte ja eigentlich eine Psychoanalyse machen und bin da auch wieder weg von. Und das ist gerade, also das ist sehr aktuell gerade, weil ich eben auch viele Interpretationsansätze dafür hab, warum das so ist ...

U: Dass das wieder so aktuell ist?

M: Ja, dass ich komische Gefühle zu meinem Vater habe.

(28) Die Mutter habe Manuela letztlich aber nicht helfen können, die Bedeutung der Träume, ihren Hintergrund befriedigend zu verstehen.

U: Hat das denn auch irgendwann aufgehört, dass du diese Träume träumst?

M: Ja. In dem Moment, wo ich mit meiner Mutter drüber geredet hab.

U: Okay.

M: Da haben sie ihre Bedeutung so verloren ...

U: Und konnte dir deine Mutter dir irgendwie helfen, mit den Träumen etwas anzufangen?

M: Nein, sie meinte so, na ja das wird ja sicher damit zu tun haben, einmal dieses ganze drum herum. Also wir sind oder sie ist dann ad hoc ausgezogen, also sie hat das vorher abgeklärt, sie hat lange vorher mit dem Pastor in Schwarzenbek Kontakt gehabt und der hat ihr eine Wohnung besorgt und dann kamen alle auf einmal und haben ...

U: Das war eine Überfallaktion so ein bisschen?

M: Und sie meinte, das könnte man irgendwie damit in Verbindung bringen, aber das glaube ich nicht. Also ich bin ja doch auch sehr analytisch eingestellt und ich denke mal, Träume sind tatsächlich nicht so ein direktes Abbild. Dass man sagen könnte, ich bin da fluchtartig weg, das hat fluchtartig ausgesehen, ich glaub es nicht.

(29) Mit Manuela wird besprochen, dass die frühen ängstigenden Erfahrungen im Zusammenhang mit Gewalt zwischen den Eltern (Überfall des Vaters im Dunkeln, ‚Befreiung‘ aus dem väterlichen Auto durch die Mutter etc.) sicherlich ausreichend sein können, um ein solches belastendes

wiederkehrendes Traummuster auszulösen. Die Annahme eines sexuellen Missbrauchs durch den Vater (s. u.) sei dafür nicht unbedingt zwingend. Manuela ringt mit der Unschärfe ihrer Erinnerungen.

M: Nein. Ich bin da auch nicht so (von überzeugt), aber es ist halt alles sehr merkwürdig. In diesem Alter kann man eben nicht ... also da ist das alles anders, als wenn die Eltern sich trennen, wenn man jetzt 15 oder so ist.

U: Klar, das ist alles sehr verschwommen.

M: Eben. Genau, und dann sind die Bedeutungen dann halt so nachher später, ja ...

U: Unschärf?

M: Ja, man versucht es miteinander in Verbindung zu bekommen.

## **Gedanken und Gefühle in der Rückschau**

(30) In der Rückschau glaubt Manuela, einerseits sei die Partnerschaft an den kulturellen Unterschieden gescheitert. Andererseits sei der Vater im Übermaß eifersüchtig, kontrollierend und jähzornig gewesen. Manuela sieht darin fast eine gewisse psychische Störung, die sie aber nicht genau einordnen kann.

M: Das hatte sehr viel zu tun einmal mit dem Kulturellen, denk ich mal, (...) warum das nicht funktioniert hat. Das zweite ist: Ich kenne mittlerweile meinen Vater auch gut und erlebe genau das, was meine Mutter erlebt hat, selber. Er hat eine komische Sicht von der Welt. Also ich würde fast mal so sagen, er hat schon eine leichte Störung so. Und ich bin mir aber nicht sicher, wie ich das einordnen soll. Er ist damals in der Ehe super eifersüchtig gewesen. Hat meine Mutter fast nie alleine aus dem Haus gelassen. Seine jetzige Frau, wenn die mal irgendwie tags zum Deutschunterricht geht, dann kriegt er schon eine Krise.

(...)

Und er war sehr jähzornig, er hat meine Mutter viel geschlagen und ich denke auch meine große Schwester hat auch ein Erlebnis, dass sie weiß, dass meine Mutter nie wirklich mit ihm schlafen wollte und dass er sie oft - nicht wirklich vergewaltigt hat - aber einfach so, dass sie das über sich ergehen lassen hat. Allein schon das Jähzornige, ich finde, das kann man nicht aushalten.

## **Die weitere Entwicklung der Beziehung zum Vater**

(31) Ausgehend von den früheren Angstträumen als Kind macht sich Manuela über die Beziehung zu ihrem Vater bis in die Gegenwart Gedanken, auch ausgelöst durch aktuelle Erlebnisse:

M: ... Ich wollte ja eigentlich eine Psycho-Analyse machen und bin da auch wieder weg von. Und das ist gerade, also das ist sehr aktuell gerade, weil ich eben auch viele Interpretationsansätze dafür hab, warum das so ist ...

U: Dass das wieder so aktuell ist?

M: Ja, dass ich komische Gefühle zu meinem Vater habe. Ich hatte ja das mit dem Badezimmer und so und heute ist es auch, geht es auch schon in die Richtung, dass ich vor 1 ½ Jahren oder so, er mich mal an den Hals geküsst hatte als Begrüßung. Und da habe ich gesagt, nein Papa, das machst du nicht, das machen Männer, aber nicht du. Da sagt er grinsend: Wieso, ich bin doch ein Mann. Da sag ich: Das ist eine erogene Zone, da küsst du mich auf gar keinen Fall nie wieder hin, sonst rappelt es in der Kiste. Also das hat mich richtig geekelt. Und denn hab ich immer versucht, weil er mich auf den Mund mit Küsschen begrüßt, ihn die Male danach so ein bisschen auf Abstand zu halten. Und irgendwann hat er es *wieder* gemacht.

U: Mit dem Hals?

M: Ja. Und das sind halt so Sachen, ... also ich versuche das heute, irgendwie für mich in eine Bahn zu bekommen. Ich habe da mit meiner Mutter vor zwei Jahren auch drüber gesprochen und hab gesagt: Wie ist denn das eigentlich, kann das z. B. sein, dass Papa mich missbraucht hat oder so. Ach Quatsch, das kann nicht sein. Also ich weiß nicht, ich denke, es hängt einfach mit diesen Kulturdingen zusammen. Wenn die Mädels zwölf werden, glaube ich, müssen die anfangen Schleier zu tragen und dann werden sie auch sexuell. Also dann werden sie sexuell für die Männer. Deshalb müssen sie auf jeden Fall Schleier tragen. So und deshalb durfte ich ihn ja auch im Badezimmer nicht sehen und vielleicht hängt es damit zusammen, ich weiß es nicht. Aber vielleicht liebt mich mein Papa auch, also vielleicht liebt er mich ja auch nicht nur als Kind. Ich weiß es nicht, also das hab ich nicht, diese Träume sind für mich bis heute noch ein Rätsel.

(32) Manuela hat das Empfinden, dass das frühere Drängen der Mutter, den Vater zu besuchen, sich in ihrer aktuellen Auseinandersetzung mit ihm immer noch wieder findet als internalisierte Rücksichtnahme auf ihn:

Ich hab gerade einen ganz heftigen Disput mit meinem Vater, wo ich auf jeden Fall den Kontakt auf Eis auch gerade gelegt habe, um meine Ruhe zu bekommen, um darüber nachzudenken, wie ich damit umgehen möchte. Und da ist mir einfach aufgefallen, weil das hat mit meiner einen Schwester auch zu tun, ... sie ist Vegetarierin und die Kinder werden auch vegetarisch erzogen und er hat Fleisch untergejubelt. Und ich war dabei und ich hab 20 Mal nachgefragt, das ist doch Fleisch, (...) nein, nein das ist Soja, das schmeckt so toll. Und hinterher sagt er mir halt, das ist doch Fleisch, aber ich möge bitte Jasmin nichts sagen. Und da bin ich dann total ausgeflippt und da habe ich dann so für mich gedacht: Jetzt bin ich genauso in einer Situation wieder, wo die eine innere Stimme sagt von mir erzogen: Du musst doch ein gutes Verhältnis zu deinem Vater haben, a) du weißt nicht mehr wie lange er lebt, er ist jetzt 74, ist super schwer krank, und auch: Na, er kann nichts dafür, er ist so erzogen und er wird auch nie eine Lüge zugeben. Er wird die Lüge eher mit noch einer Lüge irgendwie versuchen zu deckeln. Ja, das ist diese Seite und da weiß ich genau, dass ist nämlich die Seite von meiner Mutter früher, das ärgert mich tierisch.

U: Welche Seite nämlich noch mal?

M: Dieses: Sei das liebe Kind, geh zu deinem Vater.

U: Okay, die du jetzt auch in dir wieder entdeckst. In der Haltung ihm gegenüber.

M: Genau.

(33) In einem späteren Gespräch habe dann der Vater geleugnet, Fleisch verwendet zu haben und auch, dieses jemals gegenüber Manuela eingeräumt zu haben. Im Gespräch wird deutlich, dass sich in dieser Widersprüchlichkeit der Wirklichkeitsinterpretation zwischen Vater und Manuela sich auch das frühere schlechte Reden des Vaters über die Mutter abbilden lässt:

M: Wo er auch ganz fest jetzt im Nachhinein meint, er hätte da kein Fleisch rein getan und er hätte es mir auch gar nicht gesagt.

U: Hat er das früher, als du noch Kind warst oder Jugendliche, auch gemacht? Das ist ja eine extreme Verwirrtaktik. Man weiß hinterher nicht mehr, ob man selbst schräg ist oder der andere? Ob man seinen eigenen Wahrnehmungen trauen soll oder denen der anderen.

(...)

M: Ja, also so direkt habe ich das nie erlebt, aber wenn man das so abbildet auf das, was er erzählt hat über meine Mutter, ist das schon so, dass er da eben meine Realität total in Frage stellt.

(34) Bis in die jüngste Gegenwart wird vom Vater an Manuela herangebracht, dass die Mutter ihn früher betrogen habe. Dieses hat immer noch belastende und verunsichernde Auswirkungen:

M: Wobei das dann später, also weil er ja immer einen drauf gesetzt hat, je älter ich wurde. Gerade vor drei Monaten hat er mir auch noch mal schriftlich Beweise vorlegen wollen, dass meine Mutter untreu war. Ich hab gesagt, zeig doch mal.

U: Er hat dir jetzt Beweise vorgelegt, dass deine Mutter vor 20 Jahren untreu war.

M: Ja. Das war so

U: Beschäftigt ihn das immer noch?

M: Ja, auf jeden Fall. Und die Beweise konnte er gar nicht liefern. Also er war für eine dreiviertel Stunde im Keller. Und da war mir noch mal ganz bewusst, dass es auch bei mir diese Wut auslöst ihm gegenüber, dass es eine Frechheit ist, dass er sich anmaßt, überhaupt so was zu sagen über meine Mutter, weil also ich meine, alle auch Leute drum herum, die meine Mutter jetzt irgendwie nicht so super finden, sagen: niemals. Also meine Mutter würde das niemals machen, aber er hat es tatsächlich geschafft, dass ich daran gezweifelt hab und das hat mich richtig wütend gemacht.

U: Da warst du schon älter, als du gezweifelt hast?

M: Ja, viel später, also eigentlich so um die 20 rum.

U: Waren die Zweifel noch mal an dem Verhalten deiner Mutter?

M: Nein. Bisschen und jetzt vor zwei, drei Monaten kam das richtig schlimm, also richtig wo ich gesagt hab: Mensch, das kann doch nicht sein. Also ich mein, irgendwas muss doch dran sein. Und dann wusste ich echt nicht mehr. Ich hab mit meinem Freund noch mal drüber gesprochen: Das kann doch nicht sein, meine Mutter hat heute keinen Partner, (...). Die ist so was von asexuell und das glaub ich niemals. (...)

U: Aber das scheint ja für dich noch bedeutsam *jetzt* zu sein, was damals zwischen deinen Eltern vor 20, 25 Jahren vorgefallen ist. Wodurch kommt



das wohl? Was meinst du? Musst du das immer noch klar kriegen für dich?

M: Ja.

U: Wer was getan hat.

M: Ja, weil es immer wieder auftaucht, also immer wieder Nahrung bekommt.

U: Immer gibt es andere Bilder, diese gegensätzlichen Darstellungen.

M: Dieses immer noch versuchen (von dem Vater).

U: Und bisher kannst du noch nicht sagen: Das ist mir egal, was meine Mutter damals gemacht hat, ich hab ja meine Beziehung zu meiner Mutter und zu meinem Vater. Was die als Paar gemacht haben, ist mir eigentlich egal. Das kannst du nicht so sagen?

M: Nein.

U: Das ist bedeutsam.

M: Ja, weil also ich denke das hat eigentlich damit zu tun, dass (...) ich versuche, meine Mutter immer in Schutz zu nehmen. Genau diese Situation wie vor 25 Jahren, als ich mit ihr zusammen die Tür zugehalten habe und sie in Schutz genommen habe. Also ich habe immer dieses Gefühl wegen meiner Mutter: Ja, das ist meine heilige Mutter.

U: Genauso, wenn dein Vater schlecht über deine Mutter gesprochen hat? Da wolltest du nichts an sie heran kommen lassen?

M: Ja.

(35) Im Gespräch wird deutlich, dass die Struktur der früheren partnerschaftlichen Beziehung der Eltern in der Beziehung des Vaters zu seiner Tochter letztlich in Teilen fortbesteht. In einer kürzeren Sequenz wird aber auch von Manuela erwähnt, dass der Vater sich auch in unterstützender und positiver Weise seiner Tochter zuwenden kann, als diese in ihrem eigenen Leben eine Krise hatte. An anderer Stelle wird erwähnt, dass der Vater Manuela nach dem Abitur die Ausbildung zur Fitnesstrainerin bezahlt hatte, obwohl sie davor ebenfalls eine Kontaktpause zu ihm hatte. Dies habe sie ihm hoch angerechnet.

M: Das mache ich sogar heute noch, dass ich einfach vermeide, mehr als drei Stunden da zu sein.

U: Also du portionierst das, ja?

M: Ja.

U: Was geschieht denn, wenn du längere Zeit mit ihm zusammen bist und früher auch warst, was geschieht dann? Da ist auch eine Grenze?

M: Ja, und dann fangen wir an zu diskutieren.

U: Über das Thema? (Fehlverhalten der Mutter und dadurch Fehlerziehung der Töchter)

M: Nein, über andere Themen, hauptsächlich über politische Themen, was ich eigentlich immer gar nicht will. Aber er kommt immer wieder drauf.

U: Und wer provoziert das?

M: Er.

U: Also das ist wie so ein Muster. Wenn ihr etwas längere Zeit zusammen seid, mehr als drei Stunden oder so, dann verhakelt ihr euch?

M: Dann geht es in die Tiefe eher. Also ich versuche immer, an der Oberfläche zu bleiben und dieses klassische Blabla, Small-Talk und nett und die wichtigsten Dinge auszutauschen. Aber das kommt nicht nur politisch ... Also gerade, weil ich mit meinem Freund einen so schlimmen Disput

hatte, wo ich eben total down war und da war er als Vater da, fühlte sich gebraucht und war super lieb und nett.

U: Als du einen Konflikt mit deinem Freund hattest?

M: Ja. Ich weiß nicht, wie er das schafft, vielleicht entlarve ich ihn noch irgendwann, dass er immer wieder auf dieses (Thema kommt). Für ihn ist das so eins, mit jemand zusammen sein heißt eigentlich auch gleich verheiratet sein und Kinder kriegen. Und dann kommt da auch wieder hinterrum etwas über Mama, dass Mama uns schlecht erzogen hat, weil wir ja irgendwie mit unseren Männer immer so Probleme haben. Denn brauche ich nur sagen: Na, wie war euer Wochenende? Wart ihr in der Moschee? Ja, waren wir, und dann gleich der nächste Satz: Komm doch jetzt mal endlich mit und dann drückt er mir schon wieder Bücher in die Hand und versucht mich ... Und dann geht's los, und dann geht's wie in so einen Strudel rein.

U: Selbst wenn du jetzt einen Konflikt mit deinem Freund hast, kann das für deinen Vater Anlass sein, wieder auf deine Mutter sprechen zu kommen?

M: Ja.

U: Das heißt, er landet immer dort?

M: Immer wieder da.

U: Und dann landest du sozusagen auch immer mit ihm zusammen wieder dort, wo du früher als Kind schon gelandet bist.

M: Im Strudel.

U: Dass du dich distanzieren musst. Und das ist dann der Abgrund sozusagen?

M: Ja.

U: Und je länger du mit ihm zusammen bist, desto wahrscheinlicher wird es, dass ihr da landet?

M: Ja.

U: Und es ist jetzt nicht so nur, dass deine Mutter eine schlechte Mutter ist, ein schlechter Mensch sagen wir mal im weitesten Sinne, du bist dadurch ja auch in gewisser Weise nicht richtig? Du hattest angedeutet, dass deine Mutter seiner Meinung nach euch schlecht erzogen hat. Und dass du deshalb Probleme hast, weil du so bist, wie du bist?

M: Ja.

U: Das heißt, ein Teil deiner Mutter ist in dir.

M: Ja.

U: Das gibt er dir ja zu verstehen.

M: Ja.

U: Führt das dazu, dass er das, was er früher über deine Mutter negativ gesagt hat, dass er dir das jetzt auch entgegenbringt? Fühlst du dich von ihm akzeptiert?

M: Das ist ganz spannend, dass im Prinzip dadurch, dass meine Mutter uns so erzogen hat, auch einen Teil von ihr bei mir drin ist.

U: Und er sieht wahrscheinlich auch diesen Teil?

M: Ja, ja. Sieht er ja ganz, ganz fürchterlich, also er geht ja so gegen an, als wär ich der Teufel dann in dem Moment.

U: Wogegen geht er dann an?

M: Na gegen diesen Teil. Würde ich ihm z. B. also alles erzählen, was ich in meinem Leben so gemacht hab, ich glaub, er würde auf der Stelle tot umfallen.

U: Und meinst du, dass vielleicht eine spontane Reaktion dann bei ihm sein könnte: Siehst du, da kommt ganz viel von deiner Mutter?

M: Ja, das sagt er auch immer, also das sagt er ja, dass meine Mutter auf jeden Fall daran Schuld ist, dass ich mit Jan Probleme hatte. Das ist ganz spannend, so weit habe ich noch gar nicht gedacht, dass er im Prinzip den Teil in mir, den meine Mutter, was ja auch normal ist, erzogen hat, dass er da also total verbiestert gegen an gehen muss auch schon. Er muss es ja richtig.

Ü: Früher gegen dein Mutter und jetzt eben dir gegenüber.

M: Gegen mich und auch bei meiner Schwester ja auch.

U: Ja. Das heißt, ihr geht in gewisser Weise die Struktur von deren Partnerschaft ein Stück weiter in eurer Beziehung zu deinem Vater. Bildet sich da was ab, trägt der Vater was mit dir aus?

M: Soweit bin ich noch nie gekommen. Ja, das finde ich sehr passend, ich finde es sehr spannend.

U: Ja.

M: Weil es würde vieles auch erklären, so mit diesem auf den Hals Geküsse und er nennt seine Frau, seine Frau heißt ja eigentlich ganz anders, die nennt er ja Manuela.

U: Und die hat keinen zweiten Namen Manuela oder so.

M: Angeblich ist das ihr Spitzname, aber irgendwie heißt sie G. oder so ähnlich.

(36) Befragt, ob Manuela in der Lage war, auch gegenüber dem Vater ihre Bedürfnisse zu formulieren, wird dessen mangelnde Empathie, aber auch die Möglichkeit, mit finanziellen Konsequenzen zu drohen, erwähnt:

U: Also gegenüber deiner Mutter konntest du deine Bedürfnisse artikulieren. Das ist dir bei deinem Vater wenig gelungen?

M: Gar nicht, nee.

U: Was hast du befürchtet, was kommen könnte, wenn du es versucht hättest in dieser Zeit 13, 14, 15?

M: Unverständnis und der Geldhahn wird abgeschraubt.

U: Ja.

M: Und das hat er auch gemacht. Also er hat das ja ein Mal gemacht.

U: Hat das als Druckmittel so angewendet, ja?

M: Ja.

U: So dass immer ein bisschen Wohlverhalten angezeigt war?

M: Ja. Das macht er heute noch.

U: Und das hat auch immer so, sagen wir mal, die Echtheit eurer Beziehung beeinträchtigt, dass da immer noch so eine Ebene war, wo du dran denken musstest.

M: Ja.

(37) In den letzten Jahren hat sich die Beziehung zum Vater in ihrer Qualität nochmals verändert. Das Bedürfnis von Manuela, sich dem Vater in echter und ehrlicher Weise in ihren Bedürfnissen und in ihrer Kritik an seinem Verhalten mitzuteilen, ist geblieben. Doch hat sie es nach vergeblichen Versuchen nun aufgegeben, da sie glaubt, dass der Vater gegenwärtig auch aufgrund seines Alters eher noch weniger als früher in der Lage ist, solche Äußerungen zu verstehen und darauf einzugehen. Ausgangsfrage war: Was hättest du gerne deinem Vater in der Rückschau

auf Kindheitserfahrungen als Erwachsene gesagt?

M: Dass er aufhören soll, so verbockt und stur zu sein und vielleicht mal seinen Blickwinkel auf die Welt mal ein bisschen erweitert von 1 cm ...

U: Verbockt und stur in Bezug auf was?

M: Alles. Aber wirklich auf alles, egal um was. Also dass er aufhören soll, mir seine Meinung aufzupressen. Dass ich eben anders bin. Ich hab ihm das sogar noch versucht zu sagen, aber er hat dann immer gesagt: Ach du denkst falsch. (Ich sagte dann): Papa, ich kann nicht falsch denken, ich denke anders. Du kannst nicht versuchen, mir irgendwie deinen Glauben aufzuzwängen. Genau das war auch immer ganz tief in der Zeit.

U: Es ging auch um Religion?

M: Ja, an Gott glauben. Papa, was willst du mir eigentlich erzählen? In der Zeit mit der zweiten Frau warst du Atheist, meine Mutter kennt dich als Atheist, du hast den Iran, das alles verteufelt. Weiß ich selber noch von früher, dass er gesagt hat, es gibt keinen Gott, es gibt keinen Allah, die machen alle nur Quatsch. Und heute geht er in die Kirche, betet fünf mal am Tag und trinkt keinen Alkohol und was weiß ich. Und ist total gläubig geworden.

U: Was ja auch in Ordnung ist. Er erkennt aber nicht die verschiedenen Strömungen in seinem Leben? Er sagt nicht: Damals war es so und jetzt ist es so und das ist okay.

M: Nein - er war schon immer gläubig.

U: Du meinst, er blendet da was aus? Das meinst du mit verbockt und versturt.

M: Ja, auch.

U: Du wolltest aber eigentlich was sagen in Bezug auf dich.

M: Genau.

U: Du hast dir doch von ihm etwas gewünscht.

M: Dass er mir nicht versucht zu sagen, dass ich falsch bin, und versucht, sich auf mich zu projizieren.

U: Dass er dich in deinem Anderssein akzeptiert.

M: Genau. (...) Und auf jeden Fall, wenn irgendwas passiert, sind die anderen auch Schuld. Also er hat auch keine Freunde mehr. Keinen einzigen.

U: Und das hat er mit dir auch gemacht, dass er feste Vorstellungen hat, wie dein Leben aussehen muss, wie du sein sollst. Und du hättest du ihm gern gesagt: hör auf damit.

M: Ja.

U: Und konntest du es ihm sagen?

M: Nein. Ich habe schon versucht, dass ich gesagt hab: Lass mich bitte einfach so sein, wie ich bin. Ich habe meine Vorstellungen. Außerdem bin ich hier in Deutschland groß geworden und ich bin so. Er sagt dann: Ja du bist so, weil deine Mutter dich so erzogen hat. Ja, sage ich, und ich bin auch so, weil ich mich selber so entwickelt habe.

U: Ja.

M: Und das ging nicht. Also er hat es nicht verstanden, was ich von ihm wollte. Also er hat es bestimmt irgendwo versucht zu verstehen, aber ...

U: Da sind wir jetzt wieder an dem Punkt, dass das, was er an dir kritisiert, ist eigentlich (für ihn) ein Abbild des mütterlichen Einflusses.

M: Was ja auch nicht immer ganz stimmt, weil man ja auch seine eigenen Geschichten hat.

U: Genau so ist ja in dir der väterliche Einfluss.

M: Ja.

U: Aber letztendlich bruzzelst du denn dein eigenes Gericht. Und kann man sagen, dass ihr eigentlich immer noch an diesem Punkt seid? Dass du ihm das gerne sagen möchtest und dass du es gerne vor allen Dingen von ihm spüren möchtest, dass er dir das entgegen bringt.

M: Aber ich bin da sehr weit von weg. Weil ich das eben ganz, ganz oft versucht habe zu sagen.

U: Weit weg daran zu glauben, dass es jemals geschehen könnte?

M: Aber das Bedürfnis ist da, das ist ja dieses problematische Verhältnis. Dass ich einfach an dem Punkt angekommen bin, wo ich sag: Das wird er nie verstehen und deshalb lasse ich es jetzt. Weil er jetzt anfängt, auch noch dazu dement zu werden. Das heißt, das es ist ganz fiese Mischung, irgendwie stur zu sein, sowieso Wahnvorstellungen und auch noch dement zu werden. Also meines Erachtens sind das Wahnvorstellungen über bestimmte Dinge, die in der Vergangenheit gewesen sind. (...) Das ist schon sehr brenzlich und deshalb sage ich nichts mehr, jetzt habe ich ja sowieso keinen Kontakt. Ich versuche es einfach nur, irgendwie auszublenzen und das ist total beschissen, weil das geht nicht, weil ich steh dann sowieso da und wenn er anfängt, krieg ich so'n Hals.

U: Ja. Letztendlich sagst du: Diesen Vater werde ich nicht mehr ändern können.

M: Ja.

U: Alles was ich tun kann, ist für mich selbst einen Weg zu finden, damit zurecht zu kommen.

M: Also man kann da sowieso nur sich selber ändern.

U: Ja.

M: Das sind die Herausforderungen.

U: Ja, gut aber man kann ja mit jemand anders in eine Auseinandersetzung gehen und das hast du jetzt aufgegeben.

M: Ja.

U: Die Zeit ist sozusagen vorbei.

M: Ja.

U: Auf Grund seines Alters und auch weil du sagst, das hat keine Veränderung gebracht.

M: Ja. Und das macht mich ganz traurig, also das finde ich ganz schrecklich.

U: Ja. Ist ja auch ein bisschen wie ein Abschied nehmen, von etwas, was nicht mehr sein wird.

(38) Manuela hat gute Erinnerungen an die ersten Lebensjahre, Gefühle von Nähe und Vertrautheit gegenüber dem Vater, von dem sie ja auch einige Monate alleine, also ohne die Mutter, betreut wurde. Auch ihr früheres Geburtshaus, in welchem die gesamte Familie vor der elterlichen Trennung lebte, bringt Manuela mit „Kirschbaum, Schaukel, Garten, Stachelbeeren“ in Verbindung und bezeichnet es als „Haus im Sonnenlicht“. Im Gespräch wird erörtert, wodurch sich dies im weiteren Verlauf geändert haben mag.

U: Du scheinst von diesen Monaten zu zehren, die du mit deinem Vater alleine warst?

M: Ja.

U: Hätte dir das geholfen, dass du später auch mehr Alltag mit deinem Vater verlebt hättest nach der Trennung?

M: Ja.

U: Aber dann hast du es dir gar nicht mehr gewünscht?

M: Nein.

U: Da war etwas zwischen dir und deinem Vater, was gut war, daran konntet ihr später nicht mehr anknüpfen? Was ist denn da verloren gegangen?

M: Ich weiß es nicht.

U: Einfach eine Selbstverständlichkeit, sich wohl miteinander zu fühlen?

M: Ja.

(...)

U: Du hast keine Ahnung, was dir und deinem Vater da abhanden gekommen ist?

M: Also aus heutiger Sicht würde ich sagen: Vertrauen. Aber warum? Keine Ahnung.

U: Und das wäre, wie du das jetzt siehst, auch nicht herstellbar gewesen, wenn du mehr Zeit mit deinem Vater verbracht hättest? Da war irgendetwas in der Qualität auch anders zwischen euch?

M: Mehr Zeit hätte ich schon gerne mit ihm verbracht. Ich glaube ja. Ich glaube, ich kann sagen, ich hätte gerne mehr Zeit mit ihm verbracht, aber nur unter der Prämisse, dass er eben nicht immer wieder eben so negative Themen hochfährt.

U: Hat das vielleicht auch das Vertrauen zerstört?

M: Also was anderes weiß ich nicht. Das muss es gewesen sein. Das war einfach zu heftig, (...) und das eine ganz tiefe Grundlage, die man in jemanden hat, das ist ja dann schließlich der Vater und ich denke mal als Tochter eine Figur, die man verehrt.

U: Nehmen wir mal an, du hast beide verehrt und plötzlich fängt der eine an, über den anderen schlecht zu sprechen. Das fordert ja von dir als Kind irgendeine Bewältigungsstrategie.

M: Ja, da weiß ich heute auf jeden Fall, egal in welchem Alter geht bei mir bei solchen Sachen sofort der Respekt flöten.

U: Vielleicht das Vertrauen auch.

M: Denn da fällt mir jetzt spontan eine Geschichte ein. (...) Und genau in dem Moment, wo ich wusste, dass der andere lügt, dann ist mein Respekt dieser Person gegenüber minus tausend. Und ich denke mal, vielleicht hat es damit zu tun, dass ich meinen Vater einfach gar nicht mehr respektiert habe. Wie soll man jemandem vertrauen, den man nicht respektiert?

## Die weitere Entwicklung der Beziehung zur Mutter

(39) Manuela hat weiter oben dargestellt, dass die Mutter ab dem ca. 12. Geburtstag ihrer Tochter begonnen hat, dieser von den Problemen der früheren Beziehung mit dem Vater zu berichten. Erst später hat Manuela dies im Rahmen einer Therapie in Frage gestellt:

U: Da begann deine Mutter ja auch über ihre Erfahrungen früher zu sprechen.

M: Ja.

U: War das in Ordnung für dich?

M: Ja. Bis zu einem bestimmten Zeitpunkt. Bis zu dem Zeitpunkt, wo ich angefangen habe, in 2000 Therapie zu machen. Wo das eben auch ein bisschen in Frage gestellt worden ist, dieses superenge Verhältnis zu meiner Mutter, weil ich mit ihr über alles geredet habe, so wie Freundinnen. Und dann meinte mein damaliger Therapeut, oder hat es so anklingen lassen, dass das vielleicht gar nicht so unbedingt gut ist, dass man mit der Mutter eben auch über ganz intime Geschichten redet wie mit der besten Freundin. Und da fing das an, dass ich da so einige Sachen in Frage gestellt hab. Aber ich habe mir nie irgendwie was anderes gewünscht – also ich habe meiner Mutter auch, wenn ich mir was gewünscht habe, ihr das so sagen können. Z. B. ich möchte noch mehr darüber reden, ich möchte, dass du mir mehr Dinge sagst, ich möchte, dass du mir darüber Aufklärung gibst.

(40) Die Nähe zur Mutter hat Manuela bis in die Gegenwart erhalten können:

M: Also ich weiß nicht, ob das normal ist mit annähernd 30. Es gibt doch so ein Buch, das heißt: Ich schau in den Spiegel und seh meine Mutter. (...) Gerade dadurch, dass ich jetzt wieder mit meinen beiden Schwestern wahnsinnig in Kontakt bin, was nicht immer unbedingt so war, (...) können wir auch darüber reden. Dass ich sage: Na ja, spielt Mama schon wieder das Spielchen mit mir ..., finde ich nicht so schlimm. Wo ich sie dann wieder zwar in Schutz nehme ... aber ich versuche das irgendwie so auf meine Art zu lösen. Meine Mutter und ich kennen uns so gut, dass ich ihr sagen kann, Nee, ist nicht! Also dann zicken wir uns auch schon ganz doll an.

U: Also aus dieser reinen Idealisierung deiner Mutter bist du raus.

M: Ja.

U: Aber trotzdem ist Fülle übrig geblieben.

M: Ja, sehr intensiv.

## **Was wäre früher für mich als Kind gut gewesen?**

(41) Was hätte Manuela sich damals als Kind von ihrer Mutter gewünscht?

M: Hätte ich mir gewünscht, dass sie mich nicht unter Druck setzt, dass ich Papa besuchen muss.

U: Dass sie dir da mehr Mitbestimmung gibt.

M: Ja.

U: Wäre das für dich besser gewesen, wenn du das dir hättest mehr einteilen können? Wann du deinen Vater siehst und wann nicht?

M: Also wenn ich mich versuche, da so rein zu versetzen: ja, auf jeden Fall. Heute bin ich mir nicht so sicher. Aber damals wäre das gut für mich gewesen.

U: Ich überlege jetzt, ob es dir nicht an jedem Wochenende eine Entscheidung abverlangt hätte: Gehe ich hin oder gehe ich nicht hin.

M: Ich wäre nicht hingegangen.

U: Du wärst nicht hingegangen.

M: Also in der Hauptsache nicht, nein.

U: Das heißt, du hättest ihn definitiv dann weniger gesehen?

M: Ja.

U: Und in der Rückschau jetzt mit dem Blick des Erwachsenen: Wie würdest du das beurteilen?

M: Schwierig, teils, teils. Einerseits, um mich selber auch eben von diesen Schwierigkeiten da zu distanzieren, hätte ich mir gerne gewünscht, eben genau nicht in diesen Prozess mit reingezogen worden zu sein. Dass die ihren Mist da selber gemacht hätten. Es ist ja nur so, dass es mein leiblicher Vater ist und ich ihn ja irgendwie unterschwellig liebe, aber so das richtig tolle Verhältnis ist es nicht und denn hätte ich genau nicht diese Schwierigkeit, darüber nachdenken zu müssen. Das ist traurig jetzt eigentlich.

U: Du meinst, wenn du ihn weniger gesehen hättest, so nach deiner eigenen Steuerung bis 12, wärst du vielleicht nicht so hinein gezogen worden in diese Dynamik. Dass er schlecht über deine Mutter spricht und all das.

M: Ja.

U: Das wäre dann ein Schutz gewesen.

M: Ja.

U: Und die andere Seite, was sagt die?

M: Die andere Seite sagt, dass das ganz gut so ist, dass ich bei ihm war, dann hab ich also wenigstens einen Vater.

U: Hast ihn mehr erlebt als Vater.

M: Ja. Was eh schon wenig genug ist.

(42) Was hätte sich Manuela damals von ihrem Vater gewünscht? Das damalige Verhalten des Vaters ist aus ihrer Sicht gestaltend für die weitere Entwicklung ihrer Beziehung zu ihm gewesen.

U: Und was hättest du dir von deinem Vater damals gewünscht?

M: Dass er das einfach gelassen hätte mit seinen Bemerkungen über meine Mutter.

U: Was hätte dir das wohl geholfen? Was hätte das anders gemacht?

M: Das hätte das alles unbeschwerter gemacht.

U: Hättest du die Zeit mit ihm mehr genießen können.

M: Auf jeden Fall, weil er mich immer in eine Sache mit rein gezogen hat, die einen Schatten drauf gelegt hat.

U: Glaubst du, dass vielleicht auch deine weitere Entwicklung mit deinem Vater in der Beziehung zu ihm anders verlaufen wäre, wenn er das gekonnt hätte?

M: Ja.

U: In welche Richtung vielleicht eher?

M: Wäre herzlicher und enger gewesen.

U: Du hättest dich ihm vielleicht näher fühlen können.

M: Ja.

U: Und so war immer wieder so Notwendigkeit, dass du dich vor ihm schützen musstest auch. Nicht vor ihm, aber vor dem was da ausging.

M: Ja.

U: Also das siehst du schon als einen wesentlichen Faktor, der praktisch in tragischer Weise eure weitere Beziehungsgeschichte auch geprägt hat.

M: Ja.

U: Das Unvermögen von ihm in diesem Punkt. Meinst du, dass er irgendwie eine Idee hatte, eine Ahnung, was er dir antut, als er so gesprochen hat?



M: Nein.

U: Du meinst du es war schlichte Unfähigkeit von ihm, das zu erkennen, das zu spüren?

M: Ja, das kann er auch nicht, wird er auch nie können. Also er ist ja auch ganz fest davon überzeugt, dass das so ist, wie er das erzählt.

U: Ja. Deshalb braucht man es ja einem Kind nicht erzählen?

M: Nein, eben, aber das würde er nie ... Also er würde wahrscheinlich sogar sagen: Nee, hab ich nicht gemacht.

U: Okay.

M: Weil das, wenn ich es ihm sagen würde, Papa, ich hätte mir von dir gewünscht, dass du das und das nicht gemacht hättest, weil das mit mir das und das gemacht hat, dann würde er sofort erklären, ... Alarmanlage geht an und dann wie immer.

U: Er hat so eine Neigung dann, das vor sich selbst zu leugnen und vielleicht glaubt er das dann auch.

M: Ja. Das ist auch der aktuelle Konflikt den wir austragen, gerade.

## **Generelle Empfehlungen für Kinder nach elterlicher Trennung**

(43) Manuela beschreibt als Idealfall ein Wechselmodell der Betreuung. Dieses praktiziert ihre Schwester, die mit dem von ihr nun getrennten Vater zwei Kinder im Alter von 7 und 4 Jahren hat. Betreuungszeiten sind mit den Arbeitsverpflichtungen der Eltern abgestimmt, in jedem Haushalt befindet sich eine komplette Ausstattung einschließlich Kinderzimmer. Ein Austausch der Eltern über Belange der Kinder funktioniert, die eigenen Konflikte würden weitgehend heraus gelassen.

Sie selbst hätte sich früher so eine Regelung auch gewünscht, jedoch hätten dafür zwei Bedingungen erfüllt sein müssen: Anderer Umgang der Eltern mit ihren Konflikten und anderes Verhalten des Vaters gegenüber seiner Tochter nach der Trennung:

U: Hättest du dir denn so was als Kind gewünscht?

M: Ja. Das wäre toll gewesen. ...

U: Hättest du dir diese Regelung vom äußerlichen gewünscht oder hättest du dir gewünscht, dass deine Eltern so miteinander umgehen? Dass das dann möglich gewesen wäre.

M: Um das zu erreichen, hätte es so zwei Dinge gebraucht. Einmal dass meine Eltern miteinander anders umgegangen wären. Also nicht über die Kinder das ausgetragen, sondern unter sich alleine das zu lassen und überhaupt erst mal zu erkennen, dass sie das überhaupt tun. Und das andere wäre eben gewesen, dass mein Vater in dem Kontakt, in dem ich dann zu ihm gerne getreten wäre, eben hätte auch ein Stück anders sein müssen.

U: Ja. Mit dir auch anders umgegangen?

M: Dann wäre das toll. (strahlt)

## **Biografische „Spuren“ durch die elterliche Trennung**

(44) Befragt, ob Manuela das biografische Ereignis der elterlichen Trennung

nung in Zusammenhang sieht mit Besonderheiten in der eigenen Entwicklung, wird ausführlich von Trennungsangst in Partnerschaften, Bewältigungsversuchen durch eigene Trennungsversuche und panikartigen Angstzuständen in derartigen Situationen berichtet. Sie führt dies auf kindliche Erlebnisse zurück, die durch die elterliche Trennung bedingt wurden.

M: Ja, das hatte ich gerade frisch für mich raus gefunden. Frisch so ein halbes Jahr. Und das ganz extrem bei Partnerschaften, deshalb bin ich froh, dass ich es jetzt raus gefunden hab, weil ich da einen ganz tollen Mann an meiner Seite habe und ich mir wirklich damit all meine vorherigen Partnerschaften kaputt gemacht habe und diese fast auch.

U: Ja.

M: Also ich hab erst mal ganz viel Angst, Menschen zu verlieren, dass jemand gehen kann.

U: Wie bringst du das mit deiner Biographie in Verbindung, also mit der Trennung deiner Eltern?

M: Ich hab mich von allen getrennt, von allen Partner bisher. Und wenn ich merke, dass irgendwas nicht stimmt, also wenn das nicht so läuft, dass es sich gut anfühlt, dann trenn ich mich auf jeden Fall. Also vom jetzigen Freund habe ich mich bestimmt schon 20 Mal getrennt und auf jeden Fall meine Koffer gepackt und bin wieder abgedampft. Jetzt kann ich drüber schmunzeln, weil ich es erkannt hab, womit es zu tun hat. Also dass ich schon in irgendeiner Aussprache gesagt habe: Ich kann meine Sachen bitte wieder bei dir einsortieren, damit ich die mir übermorgen wieder abholen kann. Und wir haben da auch schon zusammen gewohnt, was wir seit einem Jahr auf Eis gelegt haben.

U: Das ist deine Wohnung?

M: Also eigentlich sind wir hier so 70 % so zusammen. Er hat auch eine eigene Wohnung, da sind wir auch ganz häufig, aber hier haben wir die Möglichkeit, jeder in seinen Raum zurück zu gehen. Was ziemlich schwierig ist: Ich habe ja eben Angst, dass der Partner weg sein kann, und dann trenne ich mich schnell. Dann sage ich: Du kannst mich mal. Und das ist sowieso alles Scheiße, das wird nie wieder was.

U: Wann entstehen die Ängste, dass der Partner ganz weg sein könnte? Durch welche Anlässe?

M: (...) Wenn das nicht so läuft.

U: Wenn es nicht hundertprozentig ist?

M: Genau. Wenn er mich z. B. nicht versteht und so diese typische Mann-Frau-Kommunikation. Ich sage ja, er hört nein, und ich das Gefühl habe, nicht verstanden worden zu sein, (...) mich irgendwie zwanzigtausend Mal zu wiederholen und es kommt nicht an. Dann werde ich richtig fies und dann packe ich meine Sachen.

U: Dann kommt es zum Trennungsimpuls von dir?

M: Ja, genau.

U: Dann hat es gar keinen Zweck.

M: Ja, dann lieber allein.

U: Okay. Und dieses Muster hat sich wiederholt auch in verschiedenen Partnerschaften. Womit bringst du das jetzt zusammen in deiner Biographie?

M: Ich denke, das hat damit zu tun, da bin ich mir eigentlich fast ganz sicher mittlerweile, dass ich Angst habe, verlassen zu werden. Also Angst habe, da keinen Einfluss drauf nehmen zu können. Weil ich konnte keinen Einfluss drauf nehmen, dass mein Vater geht, und ich konnte keinen Einfluss drauf nehmen, dass im Prinzip mein Ersatzvater ja auch geht, (...) die haben sich ja auch noch mal getrennt, weil er Alkoholiker war.

(...)

U: Der hatte auch eine Vaterrolle?

M: Ja, ja.

U: Ich verstehe. Du hast zweimal eine Trennungserfahrung erlebt, die als Kind über dich gekommen ist.

M: Ja.

U: Ohne jede Einflussmöglichkeit. So dass es vielleicht eine kindliche Angst ist, die dich jetzt als Erwachsene immer wieder sozusagen überwältigt?

M: Ja.

U: Durch teilweise geringfügige Auslöser steht plötzlich ganz stark vor dir: Wir könnten auseinander gehen.

M: Ja.

U: Und aber eigentlich bist du das immer, die die Initiative ergreift?

M: Ja.

U: Willst du dem zuvor kommen? Bevor du verlassen wirst ...

M: ... mach ich das. Auf jeden Fall.

U: Also das ist etwas, was du ganz stark mit diesem Teil deiner Biographie in Verbindung bringst?

(...)

M: Und ich mich im Prinzip von allen getrennt habe, nur von einem Mann nicht.

U: Ja.

M: Das ist also auch schon länger her und dass ist so die einzige Beziehung, die mich tatsächlich bis vor kurzem immer wieder eingeholt hat, weil ich bis heute nicht verstanden habe, warum er mich verlassen hat. Und dieses Verlassenwerden, das ist für mich der absolute Horror. Da zu stehen und nicht zu wissen, warum.

U: Und was löst das in dir aus? Hat das was auch mit Abgrund zu tun?

M: Also dann bin ich im Abgrund.

U: Also dann bist du im freien Fall sozusagen. Da ist nichts Haltendes mehr. Ist das mit Panik verbunden?

M: Ja. Und gerade auch letztes Jahr, wo ich meinen Disput hatte mit Jan, da habe ich das erste Mal im Leben eine Panikattacke gehabt. Weil wir so weit waren, dass wir schon auseinander waren und er ist aus der gemeinsamen Wohnung raus gezogen, hat mich mit meinen Sachen da gelassen und da bin ich nachts aufgewacht und dachte; So, ich muss sterben! Und seit dem sind so diese Wellen, die unten waren, die sind jetzt so richtig weit oben, also so richtig da, wo ich sage: Hallo Problem, jetzt habe ich deinen Namen erkannt, jetzt weiß ich, worum es geht.

U: Das heißt, die Panikattacke kommen dann ab und zu auch mal wieder?

M: Also so in der Form nicht. Also ich merke, jetzt fängt das an, und dann weiß ich, worum es geht, und dann versuche ich, dem etwas entgegen zu setzen.

U: Es ist jetzt ein bisschen bekannter geworden.

M: Ja. Das hat ein Gesicht bekommen.

U: Ja.

M: Das ist wahnsinnig anstrengend und auch ganz schrecklich in diesen Momenten, aber ich weiß irgendwie ... es beruhigt mich in den Momenten, wo ich dann entspannt bin: Ich weiß ja, worum es geht, und kann dann auch lachen und sagen okay.

U: Ja.

M: So schlimm ist es gar nicht. Es ist viel schöner jetzt mit fast 28 sagen zu können: Leute, ich arbeite an einem ganz großen Grundproblem. Und kann dann mit 50 vielleicht sagen, ich bin befreit. (lacht)

U: Ja. Das gehört einfach jetzt zu deinem Leben dazu. Und du versuchst es erst mal auch anzunehmen, dass es da ist.

M: Ja.

U: Diese Panik, dieses existentiell vernichtet werden, sag ich mal so, könnte es sein, dass das eigentlich anknüpft an etwas, was du früher empfunden hast als Kind? Diese Hilflosigkeit, dieses nicht kontrollieren können in dem Moment, wo andere von dir gegangen sind? Also die Heftigkeit deiner jetzigen Gefühle, vielleicht hängen die ja damit zusammen, dass das sozusagen auch das Kind ist, was in dir reagiert? Kannst du dich in deiner Kindheit an so ein heftiges Gefühl erinnern?

M: Nein. Aber das ist relativ deckungsgleich eben mit der Situation (...) mit dem Tür zu halten. Ich habe versucht, im Prinzip meiner Mutter zu helfen. Als ich Angst hatte, nichts machen konnte.

U: Hilflosigkeit, ausgeliefert sein.

M: Ja, ausgeliefert zu sein der Situation, nicht wissen, was passiert und das ist ja eine bestimmte Energie, die in dem Moment gar nicht raus kann. Und denn kann ich mir gut vorstellen, dass sich das schon so in den einzelnen Fällen dann festpresst und als Muster auch bleibt.

## Abschluss und Feedback

(45) Manuela erklärt, ein neuer Aspekt sei für sie durch das Gespräch wie folgt entstanden:

M: ... Der Teil in mir, der meine Mutter repräsentiert, der von meinem Vater immer so negiert wird, das war für mich ein neuer Aspekt.

(46) Gebeten um eine persönliche Rückmeldung über die Gesprächsführung und ob ggf. etwas geändert werden sollte, wird erklärt:

M: Nichts verändern. Also ich finde es superschön, also für mich war das ganz schön rund und es hat sogar noch wahnsinnig viel in mir ausgelöst. Und an einer oder anderer Stelle hatte ich auch gedacht: Guck mal, das hast du selbst in dieser Therapie, die ja nun auch zwei Jahre irgendwie ging, noch nicht mal heraus gefunden für dich. Also ich bin an einen Punkt heute im Gespräch gekommen, wo ich vielleicht mal nach 10 Sitzungen oder so gekommen bin. Das fand ich ganz schön. Natürlich habe ich die Vorerfahrung auch gehabt.

U: Du bist ein ganzes Stück weiter für dich.

M: Ja, ich bin echt gut, also es fühlt sich sehr, sehr gut an.

U: Das freut mich. Das heißt, dass du bei der Therapie wahrscheinlich ganz viele innere eigene Schritte gegangen bist, die sich einfach in diesem Gespräch noch einmal ausdrücken konnten.

## 6.1.2 Manuela: Verallgemeinernde Aussagen

### Das Erleben vor der elterlichen Trennung

- Ein Kind kann mit der Zeit vor der elterlichen Trennung (bis 3 Jahre) eine Erinnerung der gewalttätigen elterlichen Auseinandersetzung assoziieren. *Ich weiß nur, wie ich mit meiner Mutter im Kinderzimmer war - oder war es das Schlafzimmer? - wie wir von innen die Tür zugehalten haben und sie hat tierisch geheult und gesagt: Lass mich in Ruhe! Sie hat versucht, die Tür abzuschließen und zuzuhalten und er von draußen gegen geballert hat und ich bin denn glaube ich weggelaufen. (2)*
- Ein Kind kann positive Erinnerungen an das Zusammensein und Freizeitunternehmungen mit dem Vater haben, auch wenn es zuvor tätliche Auseinandersetzungen zwischen den Eltern gegeben hat. *Da (habe ich) allerdings schöne Erinnerungen. Viel Ausflüge gemacht, also das haben wir danach auch immer gemacht. Also irgendwie Ausflüge ist für mich ... etwas Schönes, ja. Also wenn heute jemand Ratzeburger See sagt, dann weiß ich, da war ich mit meinem Vater bestimmt 1000 Mal. (3)*
- Ein Kind kann sich mit dem Gefühl von Wärme und Geborgenheit an das Haus erinnern, in welchem die gesamte Familie vor der elterlichen Trennung lebte und dabei die Begriffe „Kirschbaum, Schaukel, Garten, Stachelbeeren“ und „Haus im Sonnenlicht“ verwenden. (38)

### Das Erleben im zeitlichen Umfeld des Trennungsgeschehens

#### Atmosphärische Hinweise auf die kommende Trennung

- Ein zeitlich befristeter Auszug der Mutter aus der gemeinsamen Familienwohnung kann für ein Kind ein erster Hinweis auf die später durchgeführte elterliche Trennung sein. (3)
- Ein Kind kann an das konkrete Geschehen der elterlichen Trennung (mit drei Jahren) keine Erinnerung mehr haben. *Ja und dann halt die Zeit, dieses Erlebnis, dass sich meine Eltern dann getrennt haben, davon weiß ich nur aus Erzählungen. (8)*

#### Kontakt des Kindes zu professionell beteiligten Personen

- Ein Kind (4 Jahre) kann auf den Versuch eines Familienrichters, den kindlichen Willen hinsichtlich des zukünftigen Lebensmittelpunkts zu ergründen, mit Verzweiflung und Hilflosigkeit reagieren. *Also heute, wenn ich den wieder sehe, würde ich sagen: nicht ganz dicht. Weil ich erinnere mich daran, ich war so verzweifelt, weil er mir die Frage gestellt hat: Wo*

*möchtest du lieber hin? Zu Papa oder zu Mama? Ich hab gedacht: Wieso fragt der mich so einen Quatsch? Was soll das? Und er wollte dann wohl irgendwie eine Antwort von mir haben, die ich ihm nicht geben konnte. Also ich weiß, ich saß bei ihm sogar auf dem Schoß, das war alles ganz nett, aber eben diese Fragestellung ... (9)*

## **Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung**

### **Belastungsreaktionen des Kindes**

➤ Ein Trennungskind kann über Jahre wiederkehrende Angstträume haben (früheres gemeinsam von beiden Eltern bewohntes Haus, bedrohliche Rolle des Vaters), deren inhaltliche Deutung sich bis ins Erwachsenenalter nicht erschließt, die an Häufigkeit deutlich abnehmen, nachdem das Kind 12-jährig darüber mit seiner Mutter gesprochen hat. *Das fing immer an mit dem Haus in S., wo ich als kleines Kind auch groß geworden bin. ... Ich wollte immer weg, immer raus, immer weg, mein Vater war mal da, mal nicht da. Hat mich dann, wenn er da war, sowieso dran gehindert. ... Und was immer in allen Träumen vorkam, war ein schwarzer Hund, der hinter mir her gelaufen ist. Und teilweise wusste ich eben, das ist mein Vater, teilweise nicht, und teilweise waren wir zusammen, aber auf jeden Fall immer durch Häuser, verschachtelte Fenster, Türen, Gänge ... Panik, ... richtig fies. ... Hab die dann irgendwann angefangen aufzuschreiben. (Hast du schon als Kind den Traum irgendwie gedeutet oder hast dem etwas zugewiesen, was der dann wohl vielleicht ausdrücken mag?) Habe ich immer versucht, bin ich nie hinter gekommen, ... auch heute nicht. Ich wollte ja eigentlich eine Psychoanalyse machen und bin da auch wieder weg von. (28)*

### **Gegenseitige (negative) Bewertungen und Konflikte der Elternteile**

➤ Erlebt ein Kind (4 Jahre) nach der elterlichen Trennung Gewalt zwischen dem Vater und neuen Partner der Mutter, kann dies extrem bedrohlich und Angst auslösend sein. *Ich weiß nur, dass eine Person mit einer Zigarette, also ich hab dieses Schwarze und dann dieses Glühen vor Augen, auf uns zu kam und dann weiß ich halt nur, dass sich da zwei gekloppt haben und das mit einem Messer irgendwas lief und das war tatsächlich mein Vater, der uns aufgelauert hat und Jo bedroht hat. ... Ich glaub, meine Mutter hat mich dann einfach genommen und ist nach oben gegangen. (Ich hab) totale Panik bekommen und nicht verstanden, was das ist. ... Bis dann irgendwie Jo kam und ihn da wohl erst mal so versucht hat rauszuboxen und mein Vater ihm dann gedroht hat und dann kam irgendwann die Polizei. (Seufzt) Und das war schon ganz, ganz schlimm. (13) (14)*

➤ Das Erleben von Gewalt zwischen den Eltern kann für ein Kind (4-5 Jahre) eine massive emotionale Verunsicherung und schützendes Rückzugsverhalten verursachen. *Und dann habe ich nur meine Mutter gesehen, wie sie da rumfuchtelte, in ihre Augen geguckt. Ich hab gedacht: Jetzt*

*passiert irgendwas ganz Schreckliches! ... Ich hab mich plötzlich wieder sicher gefühlt, dann in meinem Kinderzimmer zu sein. ... Und mein Handlungsimpuls, als mein Vater an die Tür geklopft hat und mir erklärt hat, dass alles in Ordnung ist, ich soll mal wieder raus kommen, weiß ich noch, also dermaßen geschluchzt und geweint und aber fast schon hysterisch. Und hab immer gesagt, er soll jetzt da verschwinden. Ich wollte wirklich ganz alleine sein. (15)*

➤ *Es ist möglich, dass ein Trennungskind (ab 4. Lebensjahr) anhaltenden negativen Bewertungen des Vaters über die hauptbetreuende Mutter ausgesetzt ist – dies kann Wut über den Vater auslösen mit dem Gefühl, er sage nicht die Wahrheit. Deine Mutter hat mich verlassen und jetzt ist deine Mutter Schuld, dass wir nicht zusammen leben. Später kam denn eben dazu: Sie war untreu, hat sowieso überall herumgehurt. Und sie hätte uns in schlechte Kreise gebracht ... also sie ist die absolute Rabenmutter. Und wären wir bei ihm aufgewachsen, wären wir total toll geworden. Noch später in der Pubertät hat er mir auch klar gemacht, dass ich auch total schlecht bin, also dass ich einen schlechten Lebenswandel hab, dass meine philosophische Einstellung zur Welt völlig verkehrt ist und dass meine Mutter nicht richtig für mich sorgen würde. (Was hat es in der ausgelöst als Kind?) Wut über meinen Vater. Weil ich wusste, dass es nicht stimmt. (18)*

➤ *Das negative Sprechen des Vaters über die hauptbetreuende Mutter in Anwesenheit des Kindes kann bei diesem zu dem Empfinden führen, in seinen Wahrnehmungen und seiner Wirklichkeit in Frage gestellt zu werden. Wenn man das so abbildet auf das, was er erzählt hat über meine Mutter, ist das schon so, dass er da eben meine Realität total in Frage stellt. (33)*

➤ *Das negative Sprechen des Vaters über die hauptbetreuende Mutter in Anwesenheit des Kindes kann bei diesem zu dem zaghaften Versuch führen, diese Bewertungen zu korrigieren, einhergehend mit Gefühlen von Wut, Hilflosigkeit und Sprachlosigkeit. Also das ist eigentlich so gewesen, dass ich dann fast nichts gesagt, also ich hab eigentlich gar nichts gesagt, sondern zu ihm gesagt: Meinst du, bist du dir sicher? ... Und mir hätte das schon gereicht, wenn er mir zugehört hätte. Weil ich habe versucht zu sagen: Ich sehe das anders und ich möchte auch nicht, dass du über Mama so redest. Das habe ich schon mal versucht zu sagen. Aber eben ganz zaghaft. ... Sonst bin ich ja eigentlich ja eher eine Person, die sich auf jeden Fall definitiv nicht von anderen Leuten so unterbuttern lässt. Aber genau in so einer Situation, wo es um Ungerechtigkeit geht, in diesem Fall Ungerechtigkeit meiner Mutter gegenüber und auch mir gegenüber, weil er mir versucht, eine Meinung aufzudrängen, nämlich meine Mutter ist schlecht ... das macht den Mund zu. ... Ja, erst dieses wütende und hinterher einfach nur noch total traurig. (19)*

➤ *Das negative Sprechen des Vaters über die hauptbetreuende Mutter in Anwesenheit des Kindes kann zu einer Beziehungsbelastung zwischen Vater und Kind durch emotionale Distanzierung des Kindes führen. Ich*

*hab das verdrängt in dem Moment, wo ich denn da war. Aber das war halt einfach nicht mehr so herzlich wie früher, wenn er dann sagte: Ja, lass uns doch mal wieder nach Mölln oder nach Ratzeburg, lass uns mal einen Ausflug machen. Da habe ich gedacht: Nein, nicht schon wieder acht Stunden Papa, da habe ich keinen Bock drauf. (19)*

➤ Das negative Sprechen des Vaters über die hauptbetreuende Mutter in Anwesenheit des Kindes kann zum Verlust von Vertrauen und Respekt auf Seiten des Kindes führen. *Ja, da weiß ich heute auf jeden Fall, egal in welchem Alter geht bei mir bei solchen Sachen sofort der Respekt flöten. ... Und genau in dem Moment, wo ich wusste, dass der andere lügt, dann ist mein Respekt dieser Person gegenüber minus tausend. Und ich denke mal, vielleicht hat es damit zu tun, dass ich meinen Vater einfach gar nicht mehr respektiert habe. Wie soll man jemandem vertrauen, den man nicht respektiert? (38)*

➤ Das negative Sprechen des Vaters über die hauptbetreuende Mutter in Anwesenheit des Kindes kann im Verlauf der Pubertät zu einer vom Kind ausgehenden einschneidenden Reduzierung der Umgangskontakte führen. *Das hatte genau die Auswirkungen, dass ich ihn dann nicht mehr besuchen wollte. Wie gesagt, war ich dann ja bis zum 12. Lebensjahr da (zu Besuch). Und das wurde ja immer weniger, immer weniger. Weil mich das immer mehr belastet hat. Ich hab immer gesagt: Ich will das nicht, ich halt das nicht aus, ich hatte auch gar keinen Bock mehr drauf. Und deshalb geh ich gar nicht hin. (26)*

### **Neue Partner des hauptbetreuenden Elternteils und Patchworkfamilie**

➤ Ein Trennungskind kann die Rolle des Stiefvaters (ab 4 Jahre) im Vergleich zum Verhalten des leiblichen Vaters als väterlicher erleben. *Ja, das ist ganz spannend, weil ich heute sagen kann, er war eher Vater als mein richtiger Vater. ... Er war in der Zeit immer da und hat viele Dinge gemacht, die ein Vater auch macht, abends mit ins Bett bringen und so. Tür zu oder Tür halt noch nicht ganz zu und mit spazieren gehen und Ausflüge und kochen am Wochenende. ... Er war richtig da, ja. (10)*

### **Weitere Aspekte der veränderten Welt im Erleben des Kindes**

➤ Ein Kind kann sich nach der elterlichen Trennung ein Leben in einer intakten Familien mit „normalen“ und „heilen“ Abläufen wünschen. *Also ich glaub, das wünscht sich jedes Scheidungskind, bei beiden Eltern groß zu werden und das ist eben einfach Seltenheit. ... Eben ganz heil in einer Familie aufzuwachsen, wo abends eben alle zusammen Abendbrot essen. (12)*

### **Der Kontakt mit dem nicht hauptbetreuenden Elternteil**

➤ Vom 4. bis 12. Lebensjahr kann ein Trennungskind 14-tägig über das Wochenende mit 2 bis 3 Übernachtungen Kontakt zum umgangsberechtigten Vater haben. (16)

➤ Ein Trennungskind kann den Besuchen bei dem Vater ambivalent ge-



gen über stehen und einerseits Freude, andererseits ein Pflichtgefühl empfinden. *Also eben immer so ambivalent. Also ich hab mich schon gefreut, meinen Vater zu besuchen, aber irgendwie war das auch immer so: Ach, muss das jetzt schon wieder sein.* (16)

➤ Ein Trennungskind kann sich von der hauptbetreuenden Mutter unterstützt, ggf. auch gedrängt fühlen, den Vater zu besuchen. *Und meine Mutter hat mich wirklich viel, ja gedrängt, so überredet: Mach das doch, dein Vater, der liebt dich und er kann doch nichts dafür, dass du nicht bei ihm wohnst und er freut sich doch auch. ... Ja, unterstützt ... ich glaube mit dem heutigen Wissen fast, um ihr eigenes schlechtes Gewissen wieder wett zu machen, ... dass sie ihn halt verlassen hat und er eben nicht die Möglichkeit hat, mit seinen Kindern zusammen zu sein.* (16)

### **Spezielle Entwicklungen im Verlauf von Pubertät und Adoleszenz**

➤ Im Verlauf der Pubertät eines Trennungskindes ist es möglich, dass die zuvor sich gegen die hauptbetreuende Mutter richtenden negativen Bewertungen des Vaters nun auch an das Kind direkt und seine eigene Person adressiert werden. *Noch später in der Pubertät hat er mir auch klar gemacht, dass ich auch total schlecht bin, also dass ich einen schlechten Lebenswandel hab, dass meine philosophische Einstellung zur Welt völlig verkehrt ist und dass meine Mutter nicht richtig für mich sorgen würde.* (18)

➤ Im Verlauf der Pubertät ist es möglich, dass die Umgangskontakte zum nicht hauptbetreuenden Vater zunehmend von dem Kind selbst in Häufigkeit und Dauer entschieden werden. *Dann konnte ich entscheiden, ob ich das möchte oder nicht, so oft hinzufahren.* (22)

➤ Wenn ein Trennungskind im Verlauf der Pubertät die Ausgestaltung der Kontakte zum umgangsberechtigten Elternteil selbst entscheiden kann, kann dies zu einer verringerten Kontaktfrequenz, ggf. auch zu einer längeren Kontaktpause (3 bis 12 Monate) führen. *Und da hab ich mich entschieden für ein Nein. ... Für erst mal am liebsten gar nicht. Meine Mutter hat mir mal gesagt: Nein, du musst, das ist dein Vater. Und auf Grund von Gewissensbissen hab ihn dann wohl besucht, aber halt nicht mehr so häufig (ca. einmal monatlich). Dann habe ich ihn sogar, da war ich aber vielleicht 15, ein Jahr lang gar nicht besucht, auch den Kontakt auf Grund von Streitereien abgebrochen, Dann hatten wir wieder Kontakt. Dann war ich ja auch fast in meinem eigenen Leben so drin und mit 16 habe ich ihn vielleicht ein Mal im Monat gesehen. Dann hatten wir wieder ein halbes Jahr keinen Kontakt, um den 19. Geburtstag herum und dann immer so sporadisch.* (22)

➤ Es ist möglich, dass ein Kind sich einer vom Vater ausgehenden fordernden Haltung in Bezug auf die Kontaktgestaltung zu ihm ausgesetzt sieht, in seinem Erleben verknüpft mit der Gewährung von finanzieller Unterstützung. *Wobei er schon immer gefordert hat also: besuch mich. Und der Satz, den er nicht ausgesprochen hat, der Nachklang war: Sonst kriegst du kein Geld.* (24)

➤ Ein Trennungskind (Tochter) kann sich im Verlauf der Pubertät nachhaltig darin beeinträchtigt fühlen, sich gegenüber dem nicht hauptbetreuenden Vater bezüglich seiner inneren Welt und Bedürfnisse zu öffnen, wenn von dessen Seite keine ausreichende Empathie ausgeht, verbunden mit einer gewissen Drohung, bei Fehlverhalten der Tochter seine finanziellen Zuwendungen zu reduzieren oder einzustellen. *(Also gegenüber deiner Mutter konntest du deine Bedürfnisse artikulieren. Das ist dir bei deinem Vater wenig gelungen?) Gar nicht, nee. (Was hast du befürchtet, was kommen könnte, wenn du es versucht hättest in dieser Zeit?) Unverständnis und der Geldhahn wird abgeschraubt. Und das hat er auch gemacht. Also er hat das ja ein Mal gemacht. (So dass immer ein bisschen Wohlverhalten angezeigt war?) Ja. Das macht er heute noch. (36)*

➤ Im Verlauf der Pubertät eines Trennungskindes ist es möglich, dass die hauptbetreuende Mutter sich mehr gegenüber ihrer Tochter öffnet und über damalige, auch belastende partnerschaftliche Erfahrungen mit dem Kindesvater berichtet. *Also als ich ganz klein war, hat sie das nicht gemacht. Sondern erst als wir so auf einer anderen Ebene kommunizieren konnten, so halb erwachsen, wurde mal ein bisschen mehr erzählt. Zwischen zwölf und vierzehn ging das schon mehr in die Tiefe. Wo sie denn auch erzählt hat: Wenn ich dem Schlachter lächelnd guten Morgen gesagt hab, dann hat es zu Hause gleich was (Schläge) gegeben. (25)*

➤ Wenn ein Kind im Verlauf der Pubertät erstmalig von der Mutter Informationen über deren frühere belastende Partnerschaftserfahrungen bekommt, kann dies weniger zu einer zu verarbeitenden Belastung führen, sondern eher zu dem Gefühl, dass nun frühere, eher dunkle Ahnungen des Kindes konkretisiert werden und Bestätigung finden. *Also da begann sie mehr von sich und ihren eigenen Erfahrungen zu sprechen. (Wie war das für dich? Da kam eine Komponente hinein, die du irgendwie verarbeiten musstest.) Ich glaube, das ist so gewesen, dass ich schon immer, egal wie groß oder klein ich war, an diesem Abgrund gestanden hab, aber das nie bewusst wahr genommen hab. Dass ich schon immer gemerkt hab: Irgendwas ist da unten ... . Und in dem Moment, wo sie mir Sachen erzählt hat, auch nur, weil ich sie drauf angesprochen hab, weil sie immer gesagt hat, nein darüber red ich nicht, ich will dich nicht belasten, ... da fühlte ich mich dann eher fast bestätigt, so als würde man mir so Gardinen, die ein bisschen verschleiern, aufmachen: so aha! (25)*

### **Das damalige Lebensgefühl**

➤ Ein Kind kann sein damaliges Lebensgefühl in den Jahren nach der elterlichen Trennung beschreiben mit tosenden Klippen am Meer, es selbst steht oben, vor sich eine liebliche Landschaft, unter sich Wellen und das tosende Meer mit der Gefahr, darin abzustürzen und unterzugehen. Das bedrohliche Element ist „das zwischen meinen Eltern, dieses Streiten, ... Ja, oder immer wieder irgendwie dieses Runtergezogen werden in diesen Konflikt ... Also da bin ich ja auch involviert immer gewesen

*und das sind für mich so die Wellen.“ (21)*

### **Die weitere Entwicklung der Beziehung zum nicht hauptbetreuenden Vater**

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (Tochter) kann gegenüber dem Vater aktuell „komische Gefühle“ und Unsicherheit darüber entwickeln, welche Gefühle der Vater von sich gegenüber seiner Tochter hat. *Und das ist gerade, also das ist sehr aktuell gerade, ... dass ich komische Gefühle zu meinem Vater habe. Vor 1 ½ Jahren oder so, (hat) er mich mal an den Hals geküsst als Begrüßung. Und da habe ich gesagt, nein Papa, das machst du nicht, das machen Männer, aber nicht du. Da sagt er grinsend: Wieso, ich bin doch ein Mann. ... Also ich versuche das heute irgendwie für mich in eine Bahn zu bekommen. Ich habe da mit meiner Mutter vor zwei Jahren auch drüber gesprochen und hab gesagt: Wie ist denn das eigentlich, kann das z. B. sein, dass Papa mich missbraucht hat oder so. Ach Quatsch, das kann nicht sein. Also ich weiß nicht, ich denke, es hängt einfach mit diesen Kulturdingen zusammen. Wenn die Mädels zwölf werden, glaube ich, müssen die anfangen Schleier zu tragen und dann werden sie auch sexuell. ... Aber vielleicht liebt mich mein Papa ... ja auch nicht nur als Kind. Ich weiß es nicht ... (31)*

➤ Wenn ein Vater früher häufig gegenüber der Tochter abwertend über die damals hauptbetreuende Mutter gesprochen hat, kann dies noch bei einem erwachsenen Trennungskind zu dem von Wut begleiteten Impuls führen, die Mutter gegen Angriffe des Vaters zu verteidigen in dem Versuch, ihr Ansehen nicht beschädigen zu lassen. *Gerade vor drei Monaten hat er mir auch noch mal schriftlich Beweise vorlegen wollen, dass meine Mutter untreu war. Ich hab gesagt, zeig doch mal. ... Und die Beweise konnte er gar nicht liefern. Also er war für eine dreiviertel Stunde im Keller. Und da war mir noch mal ganz bewusst, dass es auch bei mir diese Wut auslöst ihm gegenüber, dass es eine Frechheit ist, dass er sich anmaßt, überhaupt so was zu sagen über meine Mutter. ... Ja, also ich denke, das hat eigentlich damit zu tun, dass ... ich versuche, meine Mutter immer in Schutz zu nehmen. Genau diese Situation wie vor 25 Jahren, als ich mit ihr zusammen die Tür zugehalten habe und sie in Schutz genommen habe. Also ich habe immer dieses Gefühl wegen meiner Mutter: Ja, das ist meine heilige Mutter. (34)*

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (Tochter) kann die Erfahrung machen, dass der Vater seine frühere Abwertung gegenüber der Mutter nun auf Anteile der Persönlichkeit oder des Verhaltens der Tochter überträgt mit dem Hinweis, sie sei von der Mutter diesbezüglich ungünstig geprägt oder beeinflusst. *Das ist ganz spannend, dass im Prinzip dadurch, dass meine Mutter uns so erzogen hat, auch einen Teil von ihr bei mir drin ist. (Und er sieht wahrscheinlich auch diesen Teil?) Ja, ja. Sieht er ja ganz, ganz fürchterlich, also er geht ja so gegen an, als wär ich der Teufel dann in dem Moment. (Wogegen geht er dann an?) Na gegen diesen*

Teil. ... Ja, das sagt er auch immer, ... dass meine Mutter auf jeden Fall daran Schuld ist, dass ich mit J. (eigener Partner) Probleme hatte. Das ist ganz spannend, so weit habe ich noch gar nicht gedacht, dass er im Prinzip den Teil in mir, den meine Mutter, was ja auch normal ist, erzogen hat, dass er da also total verbiestert gegen an gehen muss auch schon. Er muss es ja richtig. (35)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (Tochter) kann im Kontakt zu seinem Vater das Erleben haben, mit diesem nach wenigen Stunden in eine Beziehungsdynamik bzw. ein Kommunikationsmuster zu kommen, welches schon früher in der Kindheit bestanden hatte und damals wie heute die Abwertung der Mutter impliziert. *Das mache ich sogar heute noch, dass ich einfach vermeide, mehr als drei Stunden da zu sein. (Was geschieht denn, wenn du längere Zeit mit ihm zusammen bist?) ... Dann geht es in die Tiefe eher. Also ich versuche immer, an der Oberfläche zu bleiben und dieses klassische Blabla, Small-Talk und nett und die wichtigsten Dinge auszutauschen. ... Und dann kommt da auch wieder hintenrum etwas über Mama, dass Mama uns schlecht erzogen hat, weil wir ja irgendwie mit unseren Männer immer so Probleme haben.* (35)

➤ Ein Trennungskind (Tochter) kann bis ins Erwachsenenalter vergeblich versuchen, von dem damals nicht hauptbetreuenden Vater Akzeptanz und Würdigung in ihrer Individualität zu erhalten, ohne dass dieser wie früher auf den negativen Einfluss der mütterlichen Erziehung verweist. *Also dass er aufhören soll, mir seine Meinung aufzupressen. Dass ich eben anders bin. Ich hab ihm das sogar noch versucht zu sagen, aber er hat dann immer gesagt: Ach du denkst falsch. (Ich sagte dann): Papa, ich kann nicht falsch denken, ich denke anders. ... (Du hast dir von ihm etwas gewünscht.) Dass er mir nicht versucht zu sagen, dass ich falsch bin, und versucht, sich auf mich zu projizieren. ... Ich habe schon versucht, dass ich gesagt hab: Lass mich bitte einfach so sein, wie ich bin. Ich habe meine Vorstellungen. Außerdem bin ich hier in Deutschland groß geworden und ich bin so. Er sagt dann: Ja du bist so, weil deine Mutter dich so erzogen hat. Ja, sage ich, und ich bin auch so, weil ich mich selber so entwickelt habe. ... Und das ging nicht. Also er hat es nicht verstanden, was ich von ihm wollte.* (37)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann aufgrund von Erfahrungen seit der Kindheit, einhergehend mit dem aktuellem Alterungsprozess des Vaters, zu der mit Traurigkeit behafteten Einsicht kommen, dass das Bedürfnis nach Wertschätzung der eigenen Person wie auch nach Unterlassung der Abwertung der Mutter nicht mehr erfüllt werden wird. *Aber das Bedürfnis (nach Anerkennung des eigenen Andersseins) ist da, das ist ja dieses problematische Verhältnis. Dass ich einfach an dem Punkt angekommen bin, wo ich sag: Das wird er nie verstehen und deshalb lasse ich es jetzt. Weil er jetzt anfängt, auch noch dazu dement zu werden. Das ist ganz fiese Mischung, irgendwie stur zu sein, sowieso Wahnvorstellungen und auch noch dement zu werden. Also meines Erachtens sind das Wahnvorstellungen über bestimmte Dinge, die in der Vergangenheit gewesen sind. ... (Letztendlich sagst du: Diesen Vater werde ich nicht*

mehr ändern können.) ... Ja. Und das macht mich ganz traurig, also das finde ich ganz schrecklich. (37)

## **Die weitere Entwicklung der Beziehung zur hauptbetreuenden Mutter**

➤ Ein Trennungskind kann zur hauptbetreuenden Mutter bis in die Gegenwart des Erwachsenseins eine emotional sehr nahe, intime und offene Beziehung unterhalten, die auch von punktuell kritischer Infragestellung früheren oder jetzigen mütterlichen Verhaltens nicht grundsätzlich irritiert wird. *Bis zu dem Zeitpunkt, wo ich angefangen habe, in 2000 Therapie zu machen. Wo das eben auch ein bisschen in Frage gestellt worden ist, dieses superenge Verhältnis zu meiner Mutter, weil ich mit ihr über alles geredet habe, so wie Freundinnen. Und dann meinte mein damaliger Therapeut, oder hat es so anklingen lassen, dass das vielleicht gar nicht so unbedingt gut ist, dass man mit der Mutter eben auch über ganz intime Geschichten redet wie mit der besten Freundin. ... Aber ich habe mir nie irgendwie was anderes gewünscht – also ich habe meiner Mutter auch, wenn ich mir was gewünscht habe, ihr das so sagen können. Z. B. ich möchte noch mehr darüber reden, ich möchte, dass du mir mehr Dinge sagst, ich möchte, dass du mir darüber Aufklärung gibst. (39) (40)*

## **Was war oder wäre früher für mich als Kind gut gewesen?**

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann sich in der Rückschau vordringlich von seinem Vater wünschen, dass dieser die häufigen Abwertungen der Mutter im Beisein der Tochter unterlassen hätte, weil dies zu einer unbeschwerteren, herzlicheren und emotional näheren Beziehung zum Vater beigetragen hätte. *Dass er das einfach gelassen hätte mit seinen Bemerkungen über meine Mutter. ... Das hätte das alles unbeschwerter gemacht. (Hättest du die Zeit mit ihm mehr genießen können.) Auf jeden Fall, weil er mich immer in eine Sache mit rein gezogen hat, die einen Schatten drauf gelegt hat. ... (Unsere Beziehung) wäre herzlicher und enger gewesen. (42)*

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann sich in der Rückschau für sich nach der damaligen Trennung der Eltern die Betreuung im Wechselmodell wünschen, allerdings nur unter Erfüllung von zwei Bedingungen, nämlich der Schutz des Kindes vor den elterlichen Konflikten und ein einfühlsamerer Umgang des Vaters mit der Tochter in den Zeiten ihres Zusammenseins. *Ja. Das wäre toll gewesen. ... Um das zu erreichen, hätte es so zwei Dinge gebraucht. Einmal dass meine Eltern miteinander anders umgegangen wären. Also nicht über die Kinder das ausgetragen, sondern unter sich alleine das zu lassen und überhaupt erst mal zu erkennen, dass sie das überhaupt tun. Und das andere wäre eben gewesen, dass mein Vater in dem Kontakt, in dem ich dann zu ihm gerne getreten wäre, eben hätte auch ein Stück anders sein müssen. (Mit dir auch anders um-*

gegangen?) Dann wäre das toll. (strahlt) (43)

## **Das Verhalten der Eltern aus der Sicht des erwachsenen Trennungskindes**

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann die damaligen, fast drängenden Versuche der Mutter, die Tochter in den Kontakten zum Vater zu unterstützen, rückblickend als deren Bemühen interpretieren, ihre Schuldgefühle nach dem Verlassen des Ehemannes zu mindern. Dies kann ein Gefühl erzeugen, damals auch im Sinne der mütterlichen psychischen Entlastung instrumentalisiert worden zu sein. *Und meine Mutter hat mich wirklich viel, ja gedrängt, so überredet: Mach das doch, dein Vater, der liebt dich und er kann doch nichts dafür, dass du nicht bei ihm wohnst und er freut sich doch auch. ... Ja, unterstützt ... ich glaube mit dem heutigen Wissen fast, um ihr eigenes schlechtes Gewissen wieder wett zu machen, ... dass sie ihn halt verlassen hat und er eben nicht die Möglichkeit hat, mit seinen Kindern zusammen zu sein. ... Ich denke mal, dass sie es nicht gesagt hat, weil ihr Papa wirklich leid getan hat in dem Sinne, sondern auch für sich, um das für sich zu besänftigen, damit sie auch nicht als Böse dasteht. (Da hast du dich so ein bisschen instrumentalisiert gefühlt?) Auf jeden Fall! (16) (17)*

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann den Eindruck haben, dass das damalige Drängen der Mutter, die Tochter solle Kontakte zum Vater halten und auf dessen Gefühle Rücksicht zu nehmen, im weiteren Verlauf zu einer mangelnden Durchsetzungsfähigkeit dem Vater gegenüber und einer zu starken Neigung geführt hat, Verhaltensschwächen und Grenzverletzungen seinerseits zu entschuldigen und „ein liebes Kind“ zu sein. *Und da bin ich dann total (über eine Grenzverletzung des Vaters) ausgeflippt und da habe ich dann so für mich gedacht: Jetzt bin ich genauso in einer Situation wieder, wo die eine innere Stimme sagt, bei mir erzogen: Du musst doch ein gutes Verhältnis zu deinem Vater haben, a) du weißt nicht mehr wie lange er lebt, er ist jetzt 74, ist super schwer krank, und auch: Na, er kann nichts dafür, er ist so erzogen und er wird auch nie eine Lüge zugeben. Er wird die Lüge eher mit noch einer Lüge irgendwie versuchen zu deckeln. Ja, das ist diese Seite und da weiß ich genau, dass ist nämlich die Seite von meiner Mutter früher, das ärgert mich tierisch. ... Dieses: Sei das liebe Kind, geh zu deinem Vater. (32)*

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann die damaligen, fast drängenden Versuche der Mutter, die Tochter in den Kontakten zum Vater zu unterstützen, rückblickend ambivalent bewerten. Zum einen hätte sich das Kind damals lieber vor dem Konfliktfeld der Eltern geschützt und sich nicht so häufig den Abwertungen des Vaters gegenüber der Mutter ausgesetzt, zum anderen konnte durch die teils gegen kindlichen Widerstand durchgeführten Kontakte eine gewisse Vertrautheit zum Vater erhalten bleiben. *Schwierig, teils, teils. Einerseits, um mich selber auch eben von diesen Schwierigkeiten da zu distanzieren, hätte ich mir gerne ge-*

wünscht, eben genau nicht in diesen Prozess mit reingezogen worden zu sein. Dass die ihren Mist da selber gemacht hätten. Es ist ja nur so, dass es mein leiblicher Vater ist und ich ihn ja irgendwie unterschwellig liebe, aber so das richtig tolle Verhältnis ist es nicht und denn hätte ich genau nicht diese Schwierigkeit, darüber nachdenken zu müssen. Das ist traurig jetzt eigentlich. (Und die andere Seite, was sagt die?) Die andere Seite sagt, dass das ganz gut so ist, dass ich bei ihm war, dann hab ich also wenigstens einen Vater. (Hast ihn mehr erlebt als Vater.) Ja. Was eh schon wenig genug ist. (41)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann rückschauend überzeugt davon sein, wäre ihm als Kind vor der Pubertät die Entscheidung über Häufigkeit und Dauer der Umgangskontakte zum Vater überlassen worden (also ohne Drängen der Mutter für die Einhaltung der Absprachen), hätte dies zu einer starken Reduzierung, ggf. auch Aussetzung der Besuche geführt. *Hätte ich mir gewünscht, dass sie mich nicht unter Druck setzt, dass ich Papa besuchen muss. (Wäre das für dich besser gewesen, wenn du das dir hättest mehr einteilen können? Wann du deinen Vater siehst und wann nicht?) Also wenn ich mich versuche, da so rein zu versetzen: ja, auf jeden Fall. Heute bin ich mir nicht so sicher. Aber damals wäre das gut für mich gewesen. ... Ich wäre nicht hingegangen. ... Also in der Hauptsache nicht, nein. (41)*

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (Tochter) kann in der Rückschau für die elterliche Trennung diverse Erklärungen haben, auch mit Verständnis für das Verhalten der Mutter. *Das hatte sehr viel zu tun einmal mit dem Kulturellen, denk ich mal, xxx warum das nicht funktioniert hat. Das zweite ist: Ich kenne mittlerweile meinen Vater auch gut und erlebe genau das, was meine Mutter erlebt hat, selber. Er hat eine komische Sicht von der Welt. Also ich würde fast mal so sagen, er hat schon eine leichte Störung so. ... Er ist damals in der Ehe super eifersüchtig gewesen. Hat meine Mutter fast nie alleine aus dem Haus gelassen. ... Und er war sehr jähzornig, er hat meine Mutter viel geschlagen und ich denke auch meine große Schwester hat auch ein Erlebnis, dass sie weiß, dass meine Mutter nie wirklich mit ihm schlafen wollte und dass er sie oft - nicht wirklich vergewaltigt hat - aber einfach so, dass sie das über sich ergehen lassen hat. Allein schon das Jähzornige, ich finde, das kann man nicht aushalten. (30)*

### **Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung?**

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (w) kann bei sich selbst wiederholt ein als destruktiv empfundenenes Verhaltensmuster beobachten, Partnerschaften schnell zu beenden, wenn es in diesen nicht vollständig zufrieden stellend läuft. Als Ursache wird eine überhöhte Angst vor dem Verlassenwerden angesehen, resultierend aus der biografischen Erfahrung, in der Kindheit existentiell bedeutsamen Trennungssituationen der Erwachsenen

ohne Einflussmöglichkeit hilflos ausgeliefert gewesen zu sein. Ja, das hatte ich gerade frisch für mich raus gefunden. ... Und das ganz extrem bei Partnerschaften, deshalb bin ich froh, dass ich es jetzt raus gefunden hab, weil ... ich mir wirklich damit all meine vorherigen Partnerschaften kaputt gemacht habe und diese fast auch. ... Und wenn ich merke, dass irgendwas nicht stimmt, also wenn das nicht so läuft, dass es sich gut anfühlt, dann trenn ich mich auf jeden Fall. ... Ich habe ja eben Angst, dass der Partner weg sein kann, und dann trenne ich mich schnell. Dann sage ich: Du kannst mich mal. Und das ist sowieso alles Scheiße, das wird nie wieder was. ... Dann werde ich richtig fies und dann packe ich meine Sachen. ... Ja, dann lieber allein. ... Ich denke, das hat damit zu tun, da bin ich mir eigentlich fast ganz sicher mittlerweile, dass ich Angst habe, verlassen zu werden. Also Angst habe, da keinen Einfluss drauf nehmen zu können. Weil ich konnte keinen Einfluss drauf nehmen, dass mein Vater geht, und ich konnte keinen Einfluss drauf nehmen, dass im Prinzip mein Ersatzvater ja auch geht, ... die haben sich ja auch noch mal getrennt, weil er Alkoholiker war. ... (Aber eigentlich bist du das immer, die die Initiative ergreift?) Ja. (Willst du dem zuvor kommen? Bevor du verlassen wirst ...) ... mach ich das. Auf jeden Fall. (44)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (w) kann bei sich eine als übersteigert empfundene Angst vor dem Verlassenwerden wahrnehmen, die sich in einer partnerschaftlichen Krise als Panikattacke und Angst vor dem Sterben zeigen kann. Und dieses Verlassenwerden, das ist für mich der absolute Horror. Da zu stehen und nicht zu wissen, warum. ... Also dann bin ich im Abgrund. ... Und gerade auch letztes Jahr, wo ich meinen Disput hatte mit J., da habe ich das erste Mal im Leben eine Panikattacke gehabt. Weil wir so weit waren, dass wir schon auseinander waren und er ist aus der gemeinsamen Wohnung raus gezogen, hat mich mit meinen Sachen da gelassen und da bin ich nachts aufgewacht und dachte; So, ich muss sterben! Und seit dem sind so diese Wellen, die unten waren, die sind jetzt so richtig weit oben, also so richtig da, wo ich sage: Hallo Problem, jetzt habe ich deinen Namen erkannt, jetzt weiß ich, worum es geht. (44)

## **Abschluss und Feedback**

➤ Für die Gesprächspartnerin wurde ein bislang weniger beachteter Aspekt deutlicher ins Bewusstsein gehoben. Der Teil in mir, der meine Mutter repräsentiert, der von meinem Vater immer so negiert wird, das war für mich ein neuer Aspekt. (45)

➤ Die Gesprächspartnerin hat den Austausch als positive Anregung erlebt, mit dem eigenen inneren Erleben in Kontakt zu kommen. Nichts verändern. Also ich finde es superschön, also für mich war das ganz schön rund und es hat sogar noch wahnsinnig viel in mir ausgelöst. Und an einer oder anderer Stelle hatte ich auch gedacht: Guck mal, das hast du selbst in dieser Therapie, die ja nun auch zwei Jahre irgendwie ging,



*noch nicht mal heraus gefunden für dich. Also ich bin an einen Punkt heute im Gespräch gekommen, wo ich vielleicht mal nach 10 Sitzungen oder so gekommen bin. Das fand ich ganz schön. Natürlich habe ich die Vorerfahrung auch gehabt. (46)*

## 6.2 Martin

### 6.2.1 Verdichtungsprotokoll

#### Inhaltsverzeichnis:

Zur Herkunftsfamilie .....	113
Die Zeit vor der elterlichen Trennung .....	114
Das Trennungsgeschehen und die ersten Jahre danach .....	114
Veränderungen in der Pubertät .....	127
Gedanken und Gefühle zum elterlichen Verhalten in der Rückschau ..	130
Die weitere Entwicklung der Beziehung zum Vater .....	138
Die weitere Entwicklung der Beziehung zur Mutter.....	140
Was wäre früher für mich als Kind gut gewesen? .....	142
Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung .....	142
Generelle Empfehlungen für Kinder nach elterlicher Trennung .....	143
Abschluss und Feedback.....	144

**Kontaktaufnahme:** Hamburger Abendblatt

**Gesprächsort und -datum:** Hausbesuch am 29.03.06

**Gesprächsdauer:** 2:02 Std.

**Zur Person:** Martin ist 33 Jahre alt und als Redakteur in einem Zeitungsverlag tätig. Er ist verheiratet und lebt mit seiner Frau und zwei gemeinsamen Kindern zusammen.

#### Zur Herkunftsfamilie

Martin war ein Jahr alt, als die Eltern sich getrennt haben. Die Mutter war damals mit der jüngeren Schwester von Martin schwanger.

Danach sind beide Geschwister bei der Mutter aufgewachsen, die nochmals geheiratet hat, als Martin ca. 8 Jahre alt gewesen ist. Die Eltern lebten ca. 150 km voneinander entfernt. Der Vater ist nach der Trennung keine neue Partnerschaft mehr eingegangen.

## Die Zeit vor der elterlichen Trennung

(1) Aufgrund des jungen Alters gibt es bei Martin an das Familienleben vor der Trennung keine Erinnerungen.

## Das Trennungsgeschehen und die ersten Jahre danach

(2) Altersbedingt hat Martin an die ersten Jahre nach der Trennung der Eltern keine Erinnerungen. Die Kontakte zum Vater seien aber seitens der Mutter äußerst restriktiv gehandhabt worden. Bis zum ca. 11. Lebensjahr seien die Besuche immer weiter reduziert und dann schließlich mit 14 Jahren ganz eingestellt worden. Parallel habe es wiederholte gerichtliche Verfahren diesbezüglich gegeben.

M: Also als wir noch quasi Säuglinge waren, sie war ja mit meiner Schwester noch schwanger, als sie sich getrennt hat, als wir noch so klein waren, dass wir quasi noch Babys waren, er lebte in B., sie dann wieder in H., hatte sie Angst, uns beide einfach abzugeben an ihn, dass er mit uns auf der Straße rumrennt. Etwas später hätte sie dann Angst gehabt, dass er uns entführt.

...

M: Dann war es, glaube ich mit vierzehn, da haben wir dann irgendwann gesagt, so wir möchten das nicht mehr.

U: Und wie war es bis dahin?

M: Bis dahin gab es immer mal wieder Besuche, die allerdings immer dünner wurden. Ich habe die Akten dann im Nachhinein mal gesehen, die hat mir meine Mutter dann auch gegeben. Weil es quasi jahrelang fast alle zwei bis sechs Monate einen neuen Gerichtsbeschluss darüber gab, wer wen wann wie lange wie oft und zu welchen Zeitpunkten besuchen durfte.

...

M: Selten, also ich müsste es nachgucken in den Akten. Also, als wir so klein waren, dass wir noch einstellige Jahreszahlen hatten, war es, glaube ich, einmal im Monat.

U: Einmal im Monat - mit schlafen oder ohne schlafen?

M: Am Anfang mit schlafen, das wurde aber dann relativ schnell per Gerichtsbeschluss unterbunden und dann nur noch tagsüber am Wochenende und auch das wurde dann also von - ich kann es nicht mehr genau sagen - aber von einmal im Monat zu einmal in zwei Monaten, einmal im halben Jahr und dann irgendwann gar nicht mehr. Es ging dann also in meiner Erinnerung relativ schnell.

U: Über welchen Zeitraum erstreckte sich diese Reduzierung dann, sagen wir mal, nur noch alle drei Monate oder einmal im halben Jahr?

M: Also, soweit ich das gut erinnern kann, war das schon sehr ausgedünnt. Also ich erinnere mich, als wir Kleinkinder waren, also im Vorschul-, im noch Grundschulalter, da war es, glaube ich noch öfter, aber das hörte dann schon relativ schnell auf. Das ist dann also gefühlt, im Nachhinein würde ich denken, so spätestens ab der fünften Klasse, das stimmt, da war ich schon auf dem Gymnasium, da kann das höchstens noch einmal alle drei Monate oder so gewesen sein.

(2) Das Sorgerecht der Mutter bzw. der dortige Lebensmittelpunkt der

Kinder sei von dem Vater allerdings nie in Frage gestellt worden.

Zu den Umgangsregelungen ist der Vater immer aus B. angereist und hat die Kinder bei der Mutter abgeholt und sie dort auch wieder hingebbracht.

M: ... Er hat danach ja auch nie wieder jemanden gehabt, also keine Frau, nie mehr geheiratet oder so, sondern er wohnt im Grunde in dem Haus, was seiner Schwester gehört, meiner Tante M., und da haben wir dann auch übernachtet. Das heißt, in diesem Dorf gibt es noch mehrere Familienmitglieder, habe ich im Nachhinein dann auch wieder alle kennen gelernt. Seine Schwester B., die hat auch einen Sohn, der da noch wohnte und da haben wir dann zum Teil übernachtet.

(3) Gefragt zu dem damaligen Lebensgefühl von Martin während der Besuche bei dem Vater, zur Atmosphäre des Miteinanders, erinnert er sich wie folgt:

M: Also, ich gebe zu, wenn Sie jetzt auf die Vorschulzeit anspielen, ist das schon relativ schwer zu trennen zwischen dem, was einem sozusagen, ich nenne es mal indoktriniert wurde von meiner Mutter und dem Stiefvater, und dem, was ich wirklich erlebt habe. Aber da das in den Nachjahren ähnlich war, gehe ich davon aus, dass mich da meine Erinnerung nicht täuscht. Also, es war immer so, dass die einzige negative Geschichte, an die ich mich erinnere, ist, dass wir mal bei der Tante B. waren und da hab ich, glaube ich, zu viele Erdnüsse gegessen, musste mich mal übergeben. So, das wurde dann auch gleich relativ negativ ausgeschlachtet. Aber ich weiß, dass es mir immer Spaß machte, da zu sein. Da waren auch viele Verwandte, die eigentlich immer nett waren, da waren andere Cousins und Cousinen. Das war auch einfach als Kind oft so, dass wir natürlich viel geschenkt bekommen haben, wenn wir da waren, und dass wir immer viel unternommen haben. Ja. Genau. Und das entsinne ich noch gut, genau, da sind wir in den Märchenwald gegangen in der Nähe von W. gibt es da einen Märchenwald ... Und da waren wir dann oft und das war immer toll, da war auch viel los, war ein Erlebnis und er war auch immer freundlich, so weit man das als Kind beurteilen und das war eigentlich immer toll.

...

M: Ja, obwohl, ich glaub gar nicht, dass wir jetzt dauernd was unternommen haben. Aber es war halt doch immer irgendwie was los und ich glaube, wir sind mit ihm auch ab und zu mit in die Kirche gegangen, weiß nicht, ob ich das nun wirklich gut fand. Aber halt auch durch die Verwandtschaft und so, das waren wirklich nette Leute ...

(4) Martin berichtet, auch emotional habe er sich bei dem Vater wohl gefühlt:

U: Sie kannten ihn ja nur von Besuchen. War das trotzdem ein Mensch, der so ganz vertraut war, dem Sie sich verbunden gefühlt haben?

M: Also ganz vertraut, glaube ich, ist jetzt ein bisschen zu viel gesagt. Aber ich weiß, dass wir ihn immer Papi genannt haben, ohne das zu müssen, weil wir ja nämlich, würde ich auch sagen, indirekt unseren Stiefvater Vati nennen mussten. Von daher würde ich schon sagen, soweit man es als Kind noch zurückerinnern kann, dass das eine relativ enge Bindung

schon war, wenn wir bei ihm waren. Das war auch nicht so, dass wir irgendwelche Hemmungen hatten oder ich kann zumindest nicht entsinnen.

U: Also Sie haben sich da behaglich, wohl gefühlt?

M: Also ich kann mich bis auf einige Dinge, die natürlich auch körperlich unangenehm waren, mit diesen vielen Erdnüssen essen, kann ich nie sagen: Als Kind habe ich schlechte Erinnerungen an die Zeit. Also es war immer eher so dieses: ach nett. Und etwas später waren wir dann ja auch mit ihm hier in Norddeutschland unterwegs, mal in L.. Und da haben wir Kassetten geschenkt bekommen und das war eigentlich immer toll.

U: Und dieses Erdnusserlebnis, das war ja etwas, wo es Ihnen richtig dreckig ging?

M: Ja, ja. Das war ...

U: Konnte der Vater damit umgehen, also war das dann auch in Ordnung? Weil daran sieht man ja manchmal, wenn es einem als Kind dreckig geht

...

M: Also, ich habe nie in Erinnerung, dass er uns jetzt irgendwie ausgeschimpft hat, geschweige denn geschlagen, also, das hat er wirklich nie gemacht. Also geschweige denn, dass er richtig sauer war. Ich glaube, wenn er irgendwas nicht wollte, hat er es schon irgendwie gesagt, aber das war nie so, dass man sagen könnte, huh, da hast du jetzt aber was ausgefressen.

U: War eigentlich eher so ein verständnisvoller Vater?

M: Ja. Also, ich habe keine wirklich negativen Erinnerungen an die Zeit.

(5) Belastungsgefühle haben sich bei Martin hingegen nach der Rückkehr in den mütterlichen Haushalt eingestellt, weil er sich dort einer Befragung ausgesetzt gefühlt hat. Dabei war für Martin die ablehnende Haltung der Mutter gegenüber dem Vater als Person und den Besuchen bei ihm deutlich wahrnehmbar.

M: ... Im Grundschulalter weiß ich es ganz genau, dass wenn wir nach Hause kamen, dann immer so eine Art Verhör gestartet wurde. Was hat er mit euch gemacht? Hat er alles richtig gemacht? Wie kann er nur das und das tun, wenn irgendwas, was wir erzählten, nicht den Vorstellungen meiner Mutter entsprach, und ...

U: Das unmittelbar im Anschluss?

M: Unmittelbar. Ja.

U: So, als wenn die Mutter fast schon unter Druck war, das jetzt zu befragen.

M: Ja, auf jeden Fall. Das ist eine der Erinnerungen, die ich noch sehr deutlich habe, jedes Mal, sobald wir nach Hause kamen, ging's los: Was hat er getan und was hat gesagt, was habt ihr gesagt und was haben die Verwandten gemacht und wie konnte er nur den Vordersitz ausbauen und euch hinten nur anschnallen im Auto ...?

U: Auch mit einer kritischen Negativhaltung dem Vater gegenüber.

M: Ja. Auf jeden Fall. Wobei die immer artikuliert wurde in dem Satz: Ihr dürft ja gern zu ihm gehen und ihr müsst nicht sagen, er ist doof, oder irgendwie so was in der Richtung. Aber alles, was unterschwellig rüberkam, war dem absolut konträr. Das war dem absolut entgegengesetzt.

U: So dass Sie spürten als Kind: Die Mutter mag den Papa nicht.

M: Auf jeden Fall. Ah, das tropfte aus jedem Wort und aus jedem Satz, der gesagt wurde.

U: Und spürten Sie auch, oder ist das jetzt zu weitgehend, die Mama findet eigentlich auch nicht gut, wenn wir da sind.

M: Ja, natürlich, das stand ihr wie auf der Stirn geschrieben.

(6) Martin erläutert, welche Auswirkungen die inkongruente Kommunikation der Mutter gegenüber den Kindern hatte, dass es auch vor den Besuchstagen bei dem Vater zu einem Belastungserleben gekommen ist.

M: Also, es war so, dass immer die Nächte, bevor er dann kam, um uns abzuholen, um uns zu besuchen, den Tag zu verbringen oder auch das Wochenende früher, waren immer grauenvoll. Also ich weiß, dass meine Schwester, würde ich fast sagen, noch mehr darunter gelitten hat. Also wir hatten damals eine relativ kleine Wohnung mit meinem Stiefvater schon zusammen, das ist dann also schon die Zeit zweite Klasse aufwärts, da haben wir zusammen in einem Doppelbett geschlafen. (Ich erinnere), dass sie auch die Nacht immer schlecht verbracht hat, dass sie sich tatsächlich, soweit ich das entsinne, öfter wäre jetzt vielleicht schon zu viel, aber ich weiß, dass sie sich bestimmt ein-, zweimal übergeben hat.

U: Die Schwester?

M: Ja, ich weiß nicht, ob sie auch geweint hat, aber das sie zumindest immer absolut unruhig war und auch, soweit ich das entsinne, die Stimmung unter meiner Mutter und meinem Stiefvater absolut schlecht war an dem Tag vorher. ... Es war irgendwie wie eine Gewitterwolke, die über der Wohnung schwebte. Morgen kommt der Vater und holt euch ab, oder holt die Kinder ab, oder wie soll man das bezeichnen?

U: Kann man das als gereizt oder bedrückt bezeichnen?

M: Bedrückt auf jeden Fall, gereizt, ja, vielleicht auch. Ich kann es an keinem Ereignis mehr festmachen.

U: Aber Sie haben das als Kind an diesem bevorstehenden Besuch festgemacht?

M: Ja. Auf jeden Fall.

U: Irgendwie war das klar, dass dieser Stimmungsumschwung ...

M: Ja, das war sehr deutlich, also, das ist ein bisschen alles verschwommen, aber ich weiß, ... es war auch immer schwierig, ob das nun geht oder nicht. Ich weiß, dass ein paar Mal an- und abgesagt wurde. Ich weiß es leider nicht mehr aus eigener Erinnerung, aber ich hab von Verwandten eine Szene erzählt bekommen und die nicht nur einmal. Ich bin mir so gut wie sicher, dass die stimmt, dass mein Vater aus B. ankam, hat im Flur uns hinten lachend spielen gehört und meine Mutter hat ihm an der Haustür, ohne sie zu öffnen, gesagt: Die Kinder sind krank, du kannst sie nicht mitholen. Und er musste wieder nach Hause fahren. Und solche Geschichten ...

U: Sie können sich selbst nicht erinnern?

M: Leider nicht, nein. Da aber die Geschichte, da bin ich ganz sicher, wahr ist, weil ich sie von mehreren gehört habe, kann ich mir so ungefähr vorstellen, was noch alles an Kinkerlitzchen da gelaufen ist.

U: So dass das Feld in dem mütterlichen Zuhause war eigentlich extrem gegen den Vater eingestellt?

M: Ja, absolut. Ist auch heute noch.

(7) Martin wird gefragt, was er damals in dem mütterlichen Umfeld mit den guten Gefühlen gegenüber dem Vater bzw. den schönen Erfahrungen anlässlich der Besuche bei diesem gemacht hat.

M: Gute Frage. Dem Papa gegenüber? Also, ich weiß, dass wir uns einfach immer unbefangen gefreut haben. Also, ich weiß, dass ich mich immer wie ein Schneekönig gefreut habe. Wir hatten relativ wenig Geld, ... meine Mutter hat nicht gearbeitet, mit zwei Kindern, und für sich hat sie, glaube ich, auch nie Unterhalt bekommen oder wollte es nicht. Aber für uns Kinder hat sie Unterhalt bekommen. Aber es war nie wirklich viel Geld, also, und das war dann doch am Wochenende schon etwas anderes. Da brauchte man nur auf was zeigen und man hat's gekriegt, ist übertrieben. Aber, mal wie gesagt, diese berühmten Kassetten, an die ich mich noch erinnern kann, einfach Leerkassetten, die ich dann zu Hause aufgenommen hab. Das war überhaupt kein Problem. Und ich weiß noch, wie ich mich immer wie ein Schneekönig gefreut habe, wenn er uns irgendwas geschenkt hat.

U: Da waren Sie ja schon mit ihm zusammen? Das war ja in seiner Gegenwart?

M: Ja.

U: Konnten Sie sich auch vorher freuen? Da waren Sie ja noch in diesem anderen Feld, wo die Stimmung sozusagen gegen ihn war? Fing die Freude erst an, wenn Sie mit ihm zusammen waren, oder vorher schon?

M: Also ich würde jetzt einfach mal so aus meiner Erinnerung heraus sagen, das war im Prinzip erst spaßig, wenn Mutter nicht mehr zu sehen war. Also, wenn das Auto wegfuhr und man war nicht mehr unter Beobachtung.

U: Und dann haben Sie das genossen mit ihm?

M: Ja.

U: Und dann kehrten Sie ja zurück mit diesem eigentlich sehr schönen Erfahrungsgefühl, nicht wahr? Und dann war das ja wieder in einem Umfeld, wo das nicht reinpasste im Grunde. Dann fing ja auch die Befragung an. Wie haben Sie sich da verhalten, haben Sie alles gesagt, mussten Sie auspacken, oder haben Sie was zurückgehalten?

M: Ich weiß nicht, ... also, die hatten mal tausend Sachen gefragt. Wir haben alles beantwortet. Es kann sein, dass wir mal das eine oder andere Geschenk verschwiegen haben oder ich meine, mich daran zu erinnern, dass ich halt nicht beschrieben habe, wie ich mich über was gefreut habe, weil ich schon wusste, dass das nicht auf auch Mitfreude stieß, sondern: Da hat er euch ja wieder mit Geschenken überhäuft - das war, glaube ich, eher der Tenor. Aber ich weiß auch nicht, ob wir uns dazu haben hinreißen lassen zu sagen: Das war nun doof, das wollte ich nicht, usw. Aber wo ich es jetzt gerade ausspreche: Es war immer schon so, dass dann da auch nachgefragt wurde: Wolltet ihr das denn überhaupt, da und da hingbracht werden? Und dass wir dann schon mal irgendwie bei der dritten Nachfrage gesagt haben: Na ja, so toll war es im Hansaland dann auch nicht, oder im Märchenwald oder so. Dann ist bestimmt auch mal so was gefallen wie: Dann hat er ja wieder was gemacht, was ihr gar nicht wolltet. Und dann kann es auch sein, dass wir ja gesagt haben oder so. Es war dann schon schwer, sich da dieser unterschwellig vorgefertigten ...

U: Es war etwas Suggestives?

M: Ja. Auf jeden Fall im Nachhinein. Also im Nachhinein ist das schon, na ja, Psychoterror ist zu viel gesagt. Aber es ist schon eine Art der Beeinflussung auf unterbewusster Ebene, der man sich, würde ich jetzt sagen,

im Kind in dem Alter überhaupt nicht entziehen kann. Also, da ist man einfach chancenlos.

(8) Martin erinnert noch ganz konkret, wie er anlässlich einer Einladung der Großeltern vtl. im Umfeld der Mutter zu einem Verhalten gebracht wurde, das nicht im Einklang mit seinem eigentlichen Erleben stand.

M: Ja, ich weiß nicht mehr genau, wie alt wir waren, aber ... meine Oma und mein Opa von meiner Vaterseite aus, haben Goldene Hochzeit gefeiert oder wollten es feiern. Ich bin immer wieder am rätseln, wie alt wir waren, aber ich war bestimmt noch nicht zehn ... Grundschulzeit muss das noch gewesen sein, und meine Schwester halt ein Jahr, anderthalb Jahre jünger. Und dann kam ein Brief von meinen Großeltern, wir laden euch zur Goldenen Hochzeit ein, wir würden uns sehr freuen, wenn ihr kommt, paar nette Worte dabei, 50,- DM, was damals richtig viel Geld war, und ich weiß noch, dass wir uns gefreut haben und natürlich über das Geld.

U: Sie und ihre Schwester?

M: Ja. Ob es für jeden 50,- DM gab oder für uns beide, weiß ich nicht mehr, ich hab mich wie ein Schneekönig gefreut und wir wären natürlich auch gerne hingefahren und so. Und das endete also darin, nachdem meine Mutter und ich nehme an, auch mein Stiefvater, auf uns eingeredet haben, dass wir eine Postkarte zurück geschrieben haben, meine Schwester und ich, da stand dann drin: Vielen Dank für euern Brief. Ihr seid gar nicht unsere Großeltern, sinngemäß, das weiß ich, dass wir das geschrieben haben. So sinngemäß, was wollt ihr eigentlich von uns. Wir schicken euch auch das Geld zurück. Viele liebe Grüße Martin und F.. Und das ist daraus geworden. Also ich weiß, dass wir diese 50,- DM auf keinen Fall jemals freiwillig zurückgeschickt hätten ...

U: Und Sie können sich noch erinnern, dass Sie irgendwie diese Karte sozusagen mit geschrieben haben?

M: Ja. Das weiß ich noch, dass das irgendwie passiert ist ...

U: Ja, das war unter Druck geschrieben?

M: Ja, natürlich.

U: Oder haben Sie das gespürt, war dieser Wandel dann auch vollzogen?

M: Nein, ich weiß auch noch, ich kann mich nicht mehr an den genauen Wortlaut erinnern, aber meine Mutter kam dann und (sagte): Pass auf, das schreibt ihr jetzt zurück. Und die 50,- DM behaltet ihr auch nicht. Das möchte ich nicht und das und das schreibt ihr zurück. Das waren nicht unsere Worte.

U: Wie als wenn diktiert wurde?

M: Doch, ich würde fast sagen, es war diktiert.

...

U: Wie haben Sie sich in dem Moment gefühlt?

M: Ja schlecht. Also, es ist auch schwer, das so detailliert da noch zu sagen, ich weiß dann einfach nur noch: ich hab mir die Krätze geärgert. Ich glaub, mehr noch fast als über diesen Brief, wo ich den Wortlaut auch gar nicht mehr so genau erinnert hab, bis ich ihn dann wieder gelesen hab - dass ich mich die Krätze geärgert hab, dass wir die 50 Mark zurückschicken ... Ich habe die Begründung null eingesehen. Ich hab mich so geärgert, das war auch so viel Geld damals. Also ich weiß nicht, ob ich es beim Schreiben dachte, es ist natürlich immer schwer zu trennen zwischen dem, was man hinterher dann erlebt hat, aber ich meine, dass ich gedacht

hab: Wie können wir das schreiben: ihr seid nicht unsere Großeltern - das ist doch totaler Quatsch,...

U: Das haben Sie eigentlich gar nicht verstanden?

M: Das glaube ich, trifft's wieder noch mehr. Also ich glaube, dass wir einfach nicht begriffen haben, was wir da geschrieben haben. Beziehungsweise ich hab's geschrieben, meine Schwester saß daneben, wenn ich das richtig entsinne. Man könnte glatt noch mal gucken, die Handschrift, aber ich glaub es war eher meine, und ... also das war auch einfach unerklärbar.

U: Ist das jetzt zu stark - aber es war doch im Grunde eine gewisse Gewalteinwirkung auf Sie?

M: Ja, absolut.

U: Sie wurden zu etwas gezwungen? Und haben sich dagegen nicht wehren können, mussten sozusagen klein begeben und etwas tun, was vollständig gegen Ihre Überzeugung, gegen Ihre Bedürfnisse war.

M: Ja, auf jeden Fall.

U: Also, da haben Sie die Mutter als jemand erlebt, die gar nicht verstehen konnte, was gut für Sie ist.

M: Ja, und das Fatale, oder das, was die Situation natürlich noch unglaublich verstärkt hat, war, dass mein Stiefvater immer voll auf ihrer Linie war.

(9) Seine Beziehung zu dem Stiefvater, den die Mutter heiratete, als Martin ca. 8 Jahre alt war, schildert er wie folgt:

U: Sie haben schon angedeutet, der war praktisch eine Verlängerung der Mutter?

M: Verstärkung, Verlängerung, wie auch immer. Also, noch mal, das hat das Ganze quasi noch mal potenziert. Das ist eine ganz schwieriges Verhältnis nach wie vor auch.

U: Zwischen Ihnen und dem Stiefvater?

M: Ja, weil es war auch von vornherein klar, meine Mutter wollte: Das ist jetzt euer Vati. Hat auch immer gesagt: Ihr müsst nicht, so nach dem Motto, aber er hätte es gerne, wenn ihr Vati sagt ... Es war genau wie die andere Geschichte. Unbewusst war völlig klar, in welche Richtung das geht, das war auch nie ein Mensch, mit dem ich in irgend einer Form klar gekommen bin, mit dem ich irgendwas anfangen konnte, der auch immer nur mit Druck gearbeitet hat. Also es ist bis auf einmal, was wirklich harmlos war, wo er mich mal so gestubst hat, nie Gewalt vorgekommen. Aber ich hatte als Kind immer latent das Gefühl, ich hatte immer den Eindruck, der muss sich beherrschen, sonst haut der dir gleich eine dermaßen runter, dass du nicht mehr weißt, wo du bist. So ungefähr.

U: Er hatte etwas Bedrohliches.

K: Ja, absolut.

U: Ohne dass es jemals zur Tat kam?

M: Ja, er hatte auch immer so - na Wutanfälle ist zuviel, der hat auch rumgeschrien. Jetzt nicht minutenlang oder so, aber es war klar, wenn eine gewisse Reizschwelle überschritten wurde, ist er ausgetickt und dann war nichts mehr zu machen. Dann war es manchmal so, dass meine Mutter mit ihm wegging. Aber man hatte immer Angst, wenn das nicht passieren würde, dann würde es schief gehen. Also, es war wirklich bedrohlich.



U: Ich habe es richtig verstanden, dass wenn er nicht sozusagen ausrastete, dann war aber seine Anstrengung spürbar, dass er sich zügeln musste.

K: Absolut. Fast körperlich spürbar.

U: So dass von ihm so eine starke Spannung ausging?

M: Auf jeden Fall.

...

Und ich kann mir vorstellen, dass dann auch irgendwie noch verstärkend gewirkt hat, dass er voll auf der Linie meiner Mutter war. Ich habe nie, nicht ein einziges Mal, ein regulatives Wort gehört in Richtung meiner Mutter von wegen: Nun übertreib's mal nicht, oder: wollen wir uns erst mal wieder beruhigen, oder: es ist ja nicht alles schlecht, was von da kommt - also nichts ...

U: Sie meinen, er hätte eigentlich so eine etwas balancierende Position einnehmen können.

M: Natürlich. Also in dem Sinne war er, würde ich im Nachhinein sagen, nicht so mit uns verbunden, dass er nun sagen muss: ich muss Angst um die haben. Er hatte ja nie Erlebnisse mit ihm. Woher will er wissen, wie er ist?

U: Er ist voll in die Identifikation gegangen mit dem, was die Mutter dargestellt hat?

M: Ja. Es war 1:1.

U: Hat Ihnen das auch erschwert, eine Vertrauensbeziehung zu ihm aufzubauen?

M: Schwer zu sagen im Nachhinein. ... Ich glaube auch, völlig ohne diese Problematik würde ich mit diesem Menschen nie klargekommen sein. Ich habe auch immer später zu meinen Freunden gesagt: Wäre ich dem im Alltag mal begegnet, hätte ich meilenweit Abstand genommen. Das wäre nie ein Mensch gewesen, mit dem ich irgendeinen Kontakt hab. Das ist sehr hart gesagt, aber ...

U: Dass er unsympathisch wirkte?

K: Ja. Das ist auch wieder so eine Geschichte, die oft Thema war: Ihr habt uns auch viel zu verdanken, oder ihm auch viel zu verdanken. Und das stimmt natürlich auch,...

U: Sie spüren es nicht wirklich.

M: Ja. Nichtsdestotrotz, wenn man ganz ehrlich ist, würde ich sagen, mit dem Menschen hätte ich einen Satz gewechselt und hätte dann gesagt: ok., danke, das war's so.

U: Und den hat die Mutter sich als Lebensgefährten genommen.

M: Ja. Und auch quasi verlangt, dass wir ihn als, ja Vaterfigur, akzeptieren.

(10) Die Mutter hat stets versucht, zwischen dem neuen Ehemann und den Kindern zu vermitteln. Insgesamt hat Martin sich hier recht gut von der Mutter verstanden und begleitet gefühlt.

M: Also sie stand quasi schon oft zwischen den Fronten. Also meine Schwester war eher so auf meiner Linie, wobei das muss ich auch sagen, das Verhältnis mit meiner Schwester und mir war auch immer nicht ganz einfach. Wir haben uns relativ oft gestritten als Kinder, das weiß ich noch. Es ist auch jetzt gerade erst so einigermaßen auf dem Level zwischen mir und meiner Schwester, dass man sagt, ok, jetzt kann man wenigstens mal

miteinander einigermaßen klarkommen. ... Das waren auch Sachen, wo man einfach logisch sagen kann, was er (der Stiefvater) da will oder sagt oder von der Schule von uns will, ist völlig absurd, das widerspricht jeglicher Logik. Und dann hat sie immer gesagt: Ja, aber ihr wisst doch, wie er ist, und da hat sie wieder mit ihm geredet und dann musste ...

U: Dann musste sie immer so vermitteln?

M: Ja, also sie war schon, denke ich, da deutlich zwischen den Fronten und hat dann versucht, immer so seine Launen und jedenfalls das, was so seiner Vorstellung von einem Zusammenleben oder von Werten entsprach, zu vermitteln, dass es dann irgendwie passt.

U: Da haben Sie sich von der Mutter schon verstanden gefühlt?

M: Ja. Und das würde ich ihr auch mal sagen, ich würde schon im Nachhinein auch sagen, dass sie uns sehr gut erzogen hat. Aber es ist ja ein ganz anderes Feld.

(11) Hat der Vater – direkt oder indirekt – in den Kontaktzeiten mit seinen Kindern das Bild der Mutter beeinträchtigt, negativ über sie oder den Partner gesprochen?

K: Das ist eine gute Frage. Ich habe nie bewusst darüber nachgedacht, wie das war. Ich kann mich an keine einzige Szene erinnern, wo er mal schlecht geredet oder uns ein schlechtes Gefühl über meine Mutter vermittelt hat. ... Also, da müsste ich vielleicht noch mal ein bisschen länger darüber nachdenken ...

U: Auch nicht sozusagen ausgefragt?

K: Nein. Nein Null.

U: Das heißt, wenn Sie bei ihm waren, hatten Sie eigentlich ein freies Gefühl?

M: Ja. Auf jeden Fall. Das wäre echt interessant, noch einmal ein bisschen länger darüber nachzudenken. Aber ich kann mich an kein Druckgefühl erinnern. Ich kann mich an keinen Satz erinnern, wo er schlecht im Sinne von: Eure Mutter ist ja böse, oder was macht die eigentlich oder was erlaubt sie sich, mir euch wegzunehmen, oder ... Es ist schon erstaunlich eigentlich. Und auch nicht von den Verwandten.

U: Ja. Das ist insofern erstaunlich, weil ja dann der von Seiten der Mutter gegenüber dem Vater angenommene Fanatismus im religiösen Bereich oder Dogmatismus, wovon Sie ja geschützt werden sollten als Kind, hat ja eigentlich zu einem Dogmatismus auf mütterlicher Seite geführt.

M: In der Tat, ja.

U: Sie wurden eigentlich betroffen von dem mütterlichen Verhalten, was eigentlich ein Schutzverhalten sein sollte?

M: In der Tat, ja. Wobei, natürlich haben wir mitbekommen, dass er alle Hebel in Bewegung gesetzt hat, um uns öfter besuchen zu können, weil wir ja dauernd diese Gerichtstermine hatten.

U: Also, da war eine gewisse Penetranz in seinem Verhalten?

M: Das schon, aber muss ich ja jetzt auch sagen: Nie, wenn wir bei ihm waren.

(12) Befragt, ob Martin ein Bild, eine Landschaft, eine Analogie für das damalige Lebensgefühl beschreiben kann:

M: Wo Sie das eben gesagt haben, eine Landschaft, kam mir spontan irgendwie so ein Dickicht. Also, es ist sehr poetisch. Es hat schon eine ge-

wisse Ähnlichkeit damit, dass ich versucht habe, vielleicht auch meine Schwester, mit so einer Machete sich den Weg frei zu schlagen, der immer wieder zuwuchs und dass man vielleicht versuchte, da raus zu kommen, um mal freie Sicht zu haben. Ja, vielleicht trifft es das ganz gut. Und als die freie Sicht dann da war, gab es dann auch Möglichkeit, vielleicht auf einen Berg raufzusteigen, um mal zu gucken: Wie sieht denn das eigentlich aus, wo man sich da jahrelang durchgekämpft hat.

U: Als man dann erwachsen wurde.

M: Ja. Erwachsen.

U: Es hatte etwas Umklammerndes, immer wieder Einschließendes?

M: Ja. Absolut. Auch diese Situation im Nachherein, ich will gar nicht sagen, dass wir eine schlechte Kindheit grundsätzlich hatten, aber jetzt immer bezogen auf ...

U: ... auf das Thema, auf diesen Bereich.

M: Ja. Natürlich, wir hatten auch supernette Zeiten, mit schönen Urlauben, usw. Aber in diesem Bereich war das eine absolute Enge und auch die Situation: Wir waren nur mit meiner Mutter und meiner Oma, die ja noch eine Wohnung nebenan hatte. Es war eine große Wohnung, wir hatten die ganzen Obstwiesen da, in denen wir spielen konnten. Wir hatten tolle Freunde da, wir hatten unsere Mutter als Umfeld. Mit meiner Mutter sind wir super klar gekommen. Und dann diese Heirat und diese Enge, 64 qm, 2 ½ Zimmer, 4 Personen. ... Enge Vorgärten, die gar nicht Gärten waren. Sofort eine Straße, man konnte nirgendwo spielen, neue Freunde in der Schule, das hat sich ja natürlich über die Jahre verbessert. Aber es war wie vom Paradies verstoßen zu werden, mit einer Person noch zusätzlich, die einem nicht gefällt, die einen überwacht, die Druck ausübt, richtig verstoßen in so einen engen Käfig, aus dem man Schwierigkeiten hatte raus zu kommen. Und das also ein einschneidendes, krasses Erlebnis. Und auch eine extreme Zeit einfach, was dieses Thema angeht.

U: Ja. Und das Käfigartige war besonders prägnant eben in Bezug auf die Beziehung zu dem leiblichen Vater?

M: Ja. Und auch die Beziehung zu dem Stiefvater.

(13) Hier wurde von Martin eine Nähe zum Stiefvater erwartet, die er ab einem bestimmten Alter nicht mehr als stimmig empfinden konnte.

M: Das ist auch wieder so ein typische Situation, die ich nicht vergessen werde. Es wurde immer gewünscht, vor dem Zubettgehen musste der Stiefvater geküsst werden. So Gute-Nacht-Kuss. Das war als Kind, glaube ich ok, denke ich. Und dann wurden wir immer älter. Dann habe ich immer gedacht, das kann nicht angehen. Ich weiß nicht, wie alt wir da waren, aber ich kann jetzt sagen, zwölf, vielleicht waren's auch dreizehn, vielleicht auch zehn. Aber irgendwann hat man dann gedacht: Na ja, also das muss nun wirklich nicht mehr sein. Aber das wurde lange aufrecht erhalten und als persönliche Beleidigung empfunden, dass das dann irgendwann nicht mehr gewünscht war, also dass wir es nicht mehr wollten. Wo ich auch gedacht habe, das ist schon absurd. Es war ganz klar, ich krieg das Wort nicht weg, Vergewaltigung ist zu viel gesagt, aber es ging in die Richtung. Es wurde ein körperlicher Druck ausgeübt.

U: Ein seelischer Druck eigentlich?

M: Ein seelischer Druck. Ja.

(14) Hatte Martin damals erwachsene Vertrauenspersonen, an die er sich

mit belastenden Themen wie z. B. das Verhältnis zum Vater oder Stiefvater wenden konnte? Hätte ihn eine solche Person unterstützen können?

M: Das Verhältnis von meiner Oma und meiner Mutter war auch nicht das einfachste. Da gab's auch immer latente Konflikte, die ich natürlich auch mitbekommen habe. ...

U: Dann fiel die Oma ja eigentlich auch weg für Sie?

M: Um über das Thema mit meinem Vater zu reden, ja. Wenn Sie mich jetzt nach einer erwachsenen Vertrauensperson fragen, mit der ich über meinen Vater reden konnte, die gab's glaube ich nie. Wen gab's denn überhaupt noch? Es gab Onkeln und Tanten, aber da war's natürlich auch nie Thema, weil das Familie war, das waren ja Schwestern und Brüder. Mein Stiefvater hat ja weder Freunde noch Verwandtschaft gehabt, mit denen man mal öfter oder intensiver Kontakt hatte.

U: ... Hätte Ihnen das geholfen als Kind, so eine Vertrauensperson zu haben?

M: Ich glaube, es ist ganz schwer zu sagen ... wer hätte es denn sein sollen?

U: Vielleicht ein Kindertherapeut, mit dem Sie sich ab und zu mal getroffen hätten? Ein Psychologe, der nichts mit den Gerichten zu tun hatte?

M: Oh ja. ... Das glaube ich schon, das wäre gut gewesen. Weil diese eine Situation, wo wir bei diesem Gerichtspsychologen waren, auf Veranlassung meines Vaters, das weiß ich noch, ich glaube, meine Schwester hat es ähnlich empfunden, das war super positiv. Wir haben da Sachen gebaut und die hat so Tests mit uns gemacht, das war super spannend, interessant. Ja, komischerweise, ich weiß gar nicht, ob es stimmt, aber im Nachhinein hat man immer so das Gefühl, da wurden *wir* mal gefragt, das war toll. Und ich weiß auch noch, mein Vater hat damit nicht erreicht, was er wollte,... ich müsste die Akte noch mal lesen, aber ich glaube, dass meine Mutter für verrückt erklärt wurde oder ein psychologisches Problem hat, das hat er nicht erreicht. Und meine Mutter wollte, wenn ich das recht entsinne, das auch benutzen, um die Besuche zu diesem Zeitpunkt komplett zu unterbinden, weil mein Vater ja auch irgendwie einen Hackenschuss hatte, und das hat sie nämlich auch nicht damit erreicht. Also die haben im Grunde keinem von beiden Recht gegeben. Sie haben also zu meinem Vater gesagt: Ihre ehemalige Frau, die Mutter der Kinder, ist nicht verrückt oder gestört oder was auch immer. Und der Vater ist auch nicht so gestört, dass wir jetzt schweren Schaden für die Kinder vermuten oder in der Zukunft erwarten, wenn sie immer noch Kontakt mit ihrem Vater haben. Das Gutachten habe ich nämlich im Nachhinein noch mal gelesen. ...

U: Also das entsprach so ein bisschen Ihrer Wahrnehmung, dass niemand ganz schlecht ist.

M: Ja, genau.

U: Können Sie sich vorstellen, dass so eine Person Ihnen vielleicht geholfen hätte in dieser schwierigen Zeit.

M: Ja, auf jeden Fall, das war leider nur einmal, aber wenn das irgendwie öfter gewesen wäre ....

...

U: Gibt es sonst noch etwas, wo Sie sagen würden, das hätte mir damals als Kind geholfen?

M: Also ich weiß nur, dass ich noch froh war, dass ich gleichaltrige Freunde hatte. Ich hatte immer beste Freunde in der Zeit.

(15) Befragt nach Kraftquellen in der Kindheit und Jugend, nach Möglichkeiten der Entlastung erklärt Martin:

M: .... Das habe ich jetzt nie in diesen Kontext gebracht, aber ich weiß, dass ich unglaublich viel gelesen habe, seit ich denken kann, habe ich Bücher gelesen. Mit immer wachsender Begeisterung. Also ich habe immer was zu lesen gehabt, das wurde auch sehr unterstützt von meiner Mutter.

U: Die hatten Sie aus der Stadtbücherei?

M: Ja, genau, da hatte ich auch immer eine Karte, da war ich ständig, also ich habe die ganze Kinderabteilung – leer gelesen ist glaube ich übertrieben, aber ohne Ende. Und ich habe auch bestimmt früher schon Erwachsenenbücher gelesen als andere Leute und auch so Romane, die ja eigentlich für Gleichaltrige noch gar nicht interessant waren. Das war immer eine Sache, die ich super gerne gemacht habe. Dann habe ich sehr viel Sport gemacht, ich habe mal eine zeitlang leistungsmäßig Tischtennis gespielt, so richtig 4-5 Mal die Woche, war in der Laufgruppe in der Schule, habe richtig so Langläufe gemacht, dann mal angefangen, für einen Marathon zu trainieren, das war wegen einer Verletzung dann irgendwann nicht mehr möglich, aber das hat mir unglaublich immer viel Spaß gemacht. Und ich habe immer sehr viel Musik gehört und gehabt und gekauft und gesammelt, und das mache ich auch nach wie vor noch. Und das war auch eine echte Kraftquelle. Also dieses Lesen, Sport und auf jeden Fall auch Musik.

U: Da haben Sie sich im Grunde eigene Welten gestaltet.

M: Ja, da bin ich völlig drin aufgegangen und ich weiß auch, dass ich die Schule immer als absolut positiv (empfunden habe). Ich hatte auch das Glück, dass ich nie schulische Probleme hatte, also was so Leistung und Noten anging. Aber das war immer toll. Da hatte ich auch immer einen besten Freund und diese Laufsache lief auch nach der Schule noch immer und da habe ich viele Sachen gemacht, das war einfach immer toll. Und ich hatte tolle Lehrer ...

U: Das war ein unbelasteter Bereich? Wurde es da weiter im Vergleich zur Enge zu Hause ....

M: Ja. Genau. Ja, und dann auch so Jugendfahrten. Wir sind auch relativ schnell so mit Kirchengemeinden weggefahren, mit meinem Cousin war ich in Urlaub und das war immer toll. Also viel verreisen und auch möglichst bald ohne Eltern, also diese 4-5 Sachen, das waren echt so Sachen, da bin ich echt drin aufgegangen.

(16) Hatte Martin damals eine Strategie, das Verhalten der Erwachsenen zu beeinflussen?

M: Ja, auf jeden Fall. Also der Umgang mit meinem Stiefvater lief ja fast nur über Strategie, da musste man ja immer überlegen: Wie macht man was, damit man das und das erreicht. Wobei ein klassisches Beispiel ist ja die Situation, wenn wir von einem Besuch von meinem Vater nach Hause kamen ... Wir wussten ja schon, was gewünscht war zu hören. Dann haben wir halt erzählt, erst mal haben wir natürlich alles erzählt, was war, und wenn die dann nachgefragt haben: Hat er wirklich das und das gemacht?

U: Das wurde richtig im Detail ....

M: Ja, ich erinnere nur noch diese eine Geschichte, da überdecken sich natürlich ein bisschen Erinnerungen und das, was ich mal nachgelesen

habe. Das war mal so tatsächlich, ... dass wir also mal mit ihm nach B. oder W. gefahren sind, und er hatte dann irgendwie den Beifahrersitz in seinem Käfer damals, ausgebaut, und wir saßen also hinten, angeschnallt meine ich. Und dann wurde also detailliert nachgefragt, wie diese Autofahrt verlaufen ist, dann erwähnten wir, dass dieser Sitz da nicht war, waren aber angeschnallt, ja, ja, und das wurde dann also sofort benutzt, um vor Gericht zu beweisen, wie unverantwortungsvoll das ist, wenn da was passiert wäre, wären wir ja gleich durchgefallen durch die Scheibe oder irgendwie, da wurde wieder irgendwas draus gedreht.

U: Haben Sie das mitgekriegt, was daraus dann gemacht wurde?

M: Ich meine, wir haben's damals schon mitbekommen. ...

U: Hatte das Auswirkungen auf die Art und Weise, wie Sie berichtet haben dann? ...

M: Also was ich genau weiß, dass wir halt nicht mehr so ausführlich geschildert haben, wie wir uns über Sachen gefreut haben, wenn wir was geschenkt bekommen haben. ... Und dass man halt, wenn die Mutter dann sagte: Ja, das hat er wieder falsch gemacht und das war ja doof von ihm, dass man halt Ja gesagt hat. Das ist bestimmt auch öfter vorgekommen, meine ich. Dass man da auch möglichst schnell irgendwie versucht hat, das abzuhaken: So, das war jetzt das Thema Befragung, lass uns mal wieder von was anderem reden. Dass man möglichst schnell versucht hat, das vom Tisch zu bekommen.

U: Das war im Grunde die Eintrittskarte zurück in das mütterliche Umfeld, die Befragungssituation.

M: Ja, das ist jetzt ein bisschen krass ausgedrückt, ... Ich weiß aber, dass uns das unglaublich genervt hat. Wo wir, also meine Schwester und ich, mal hinterher drüber gesprochen haben: Jedes Mal dieses Theater, wenn man nach Hause kommt.

U: Stand Ihnen das bevor, wenn Sie zurückgekehrt sind?

M: Das ist jetzt glaube ich ein bisschen zu viel gesagt, aber ich weiß, dass wir das auch nicht verstanden haben, was das immer sollte und sinngemäß haben wir auch gesagt: Ja, jedes Mal will sie ihm da was ans Zeug flicken, so ungefähr. Was soll das?

(17) Hätte sich Martin als Kind vorstellen können, mit dem Vater auch einmal längere Zeit in den Ferien zu verbringen?

M: Es sprach nichts dagegen.

U: Also die Beziehung hätte es hergegeben?

M: Ich denke schon. Wobei uns das natürlich schon relativ unbekannt war, aber die Erlebnisse waren ja immer positiv, also ...

U: Also man hätte es ausbauen können.

...

M: Meine Mutter hätte das, wenn sie könnte, hätte die das sofort unterbunden. Ich weiß nicht, ob's mein Vater nicht doch irgendwann mal hingekriegt hat, dass wir mal ne Woche irgendwo bei ihm waren, das entsinne ich jetzt nicht mehr. Aber wenn sie irgendeine Chance gesehen hätte, das zu unterbinden, hätte sie es sofort getan. Und sie hatte ja in gewisser Weise auch Erfolg damit.

## Veränderungen in der Pubertät

(18) Mit ca. 14 Jahren hat Martin die Besuche bei dem Vater selbst nicht mehr gewollt. Mit 18 Jahren wurde die Änderung auf den Namen des Stiefvaters vollzogen.

U: Und dieses Verständnis der Mutter, was Sie jetzt beschrieben haben, das hörte eben auf, wenn es um den Vater ging?

M: Ja.

U: Und da stand eigentlich die Mutter zusammen mit ihrem Partner gegen Sie und die Schwester?

M: Absolut.

U: Da waren Sie doch eigentlich dann ziemlich alleine gelassen in diesem Thema? Da mussten Sie sehen, wie Sie sich da irgendwie eingefügt haben?

M: Genau. Und das war dann auch so, dass, je älter wir wurden, ja, was wir auch vor Gericht öfter erst mal sagen mussten, und später also, ich kann das nur für meine Person sagen, meine Schwester hat glaube ich, denke ich, mit der Geschichte noch mehr Probleme gehabt als ich, aber das müsste sie selbst sagen, später war es dann auch so, dass ich dann immer gesagt habe: So, jetzt ist aber Feierabend. Jetzt will ich keine Besuche mehr, ich will nicht mehr darüber reden, ich will nicht mehr mit meiner Mutter oder von meiner Mutter damit beplätschert werden, ich will erst mal gar nichts mehr, ich mache jetzt einen radikalen Schnitt, keine Besuche mehr. Das war in dem Moment, wo wir sagen konnten, Sie sagten das auch, mit vierzehn, das kommt glaube ich ganz gut hin, da mussten wir wieder zu Gericht und das einmal artikulieren, und dann war Feierabend und dann war erst mal wie ein Aufatmen. So, Gott sei Dank, jetzt ist erst mal Schluss.

U: Womit sollte denn nämlich Feierabend sein?

M: Mit den Besuchen.

U: Wollten Sie sich entlasten?

M: Ja, das ist eine gute Frage. Ich denke mal mit diesem Konflikt, der ja immer wieder auftauchte, sobald es um Besuche, sobald es um Vater ging. Es war ja auch so, dass wir in der in der Grundschule schon mit dem neuen Namen des Stiefvaters geführt wurden. Wir hießen nicht mehr W., sondern O.. So und da gab ja immer Situationen, wo das wieder Thema war.

U: Obwohl der Namenswechsel noch nicht vollzogen war?

M: Nein, natürlich nicht. Es war eine Sondersituation. Im Gymnasium bis zur 13. Klasse, da wurde ich auch immer unter Martin O. geführt, obwohl ich vor dem Gesetz und in meinem Pass noch W. hieß. Nachdem ich mit vierzehn wahrscheinlich gesagt habe, jetzt will ich auch keinen Kontakt mehr mit meinem Vater - jetzt will ich gar nichts mehr. Mit achtzehn habe ich dann auch noch den zweiten Schritt gemacht: So, jetzt nehme ich den Namen von meinem Stiefvater an - was ich im Nachhinein überhaupt nicht mehr nachvollziehen kann, aber gut. Jetzt habe ich den Faden verloren. Das war dann die zweite Brustentscheidung, dass ich gesagt hab: So, ich will die Geschichte abgeschlossen haben.

U: Aber das lag jetzt nicht daran, habe ich es richtig verstanden, dass Sie den Vater plötzlich schrecklich fanden für Sie?

M: Nein. ... Also, es war einfach so ... ich entsinne nur noch, dass ich dachte: Es muss irgendwann mal Schluss sein. Ich will dieses Gestreite nicht mehr haben und deswegen entscheide ich jetzt und sage: Jetzt ist erst mal Schluss. Wobei ich natürlich noch so im Hinterkopf gehabt habe, was er wohl denkt, also mein Vater, wenn ich jetzt einfach sage, jetzt ist Schluss. Wobei ich glaube, was da auch ein bisschen mit reingespielt hat: Er hat ja immer wieder versucht, uns zu besuchen. Dass ich das irgendwann auch nicht mehr nachvollziehen konnte. Weil ja klar war, er hat keinen Erfolg, ich wusste nicht, was sein Nutzen war oder seine Antriebsfeder, warum er immer noch wieder wollte, obwohl meine Mutter immer wieder versucht hat, dies zu unterbinden. Er hat ja alles versucht, das trotzdem aufrecht zu erhalten.

U: Und irgendwann wurde er auch zum Störenfried?

M: Ja. Also so ungerecht das im Nachhinein sein mag. Aber ich hatte auch irgendwo den Eindruck - ich konnte es zumindest nicht mehr nachvollziehen. Warum hängt er der Sache so hinterher? Ich weiß schon, dass ich auch noch mal so gedacht habe, er muss doch auch mal verstehen, dass wir unseren eigenen Willen haben. Und wenn wir es jetzt zum dritten Mal sagen, wir wollen keinen Besuch mehr, auch wenn mir wahrscheinlich im Hinterkopf klar war, das ist natürlich Indoktrination, warum wollen wir eigentlich keinen Besuch mehr? Aber wenn wir zum dritten Mal sagen, dann muss er doch auch mal sagen: So ist das. Und das hatte schon auch mit einer Rolle gespielt.

(19) Im Alter von 14 bis 20 Jahre hatte Martin keinerlei Kontakt zu seinem Vater. Nach Schuldgefühlen gefragt erklärt er:

M: Ich glaube nicht. Das war eher so die Nummer im Hinterkopf. Mutter hat ja gesagt, ihr müsst vor Gericht nicht sagen, dass ihr ihn sehen wollt. Aber ihr wisst ja, wie die Situation ist, nach dem Motto unausgesprochen: Sag das, sonst gibt es Ärger.

U: Ist es aber dann auch irgendwann zu Ihrer eigenen Sache geworden?

M: Ich glaube schon, also eher so in dem Konglomerat, wie ich es geschildert hab, dass man dann gesagt hat: Warum versteht der richtige Vater das nicht? Also ich fing ja dann wieder an nachzudenken oder neu nachzudenken ... also mit 20 rum habe ich angefangen zu studieren und dann bekam ich ja wieder Unterhalt von meinem Vater. Und das war für mich der Anlass neu nachzudenken ... Von 14 bis 20, das waren ja immerhin sechs Jahre.

U: Da war komplette Funkstille?

M: Ja. Im Grunde ja. Also, ich glaube, ich hab noch eine Karte bekommen zum Geburtstag oder so ne Geschichten. ...

U: Haben Sie darauf reagiert?

M: Ich meine nicht. ... Ne, ich glaube, es war tatsächlich da Funkstille so bis auf so ein paar ... ich glaube auch nicht, dass ich geantwortet habe. Also, ich meine, es war wirklich Ruhe dann. Da habe ich mich dann einfach mal so um mein Leben gekümmert.

(20) Die zunehmende Reduzierung der Kontakte zum Vater über Jahre hinweg bis zum mehrjährigen Kontaktabbruch sieht Martin ursächlich zunächst in der Haltung des mütterlichen Umfeldes begründet, dann später in der Jugendzeit auch in dem Wunsch, in der wiederholt geäußerten



Meinung (keine Besuche mehr zu haben), vom Vater akzeptiert zu werden. Er betont nochmals die Dissonanz des inneren Erlebens und seines Verhaltens nach außen.

M: ... Also ich bin mir ganz sicher, dass das so aus freiem Willen nie abgelaufen wäre, niemals.

U: Das kriegen Sie auch mit Ihren tatsächlichen Erfahrungen (mit dem Vater) nicht richtig zusammen. Die sind ja weit überwiegend positiv gewesen.

M: Ja. Aber das wurde natürlich nicht gewünscht, das zu Hause zu artikulieren.

U: Und bedeutete das, dass Sie es irgendwann auch nicht mehr fühlen konnten?

M: Nein, das glaube ich nicht, aber es war klar, ein bisschen wie in der DDR, also man hatte das Eine gedacht und das Andere gesagt. Auch vor Gericht. ... Aber es war schon so, was ich vorhin geschildert habe, dass ich das nicht verstehen konnte, warum mein Vater das nicht verstehen konnte, wenn wir immer Nein gesagt haben, das er es nicht akzeptiert hat. Aber es war schon immer so, dass man zu Hause erzählt hat, ja, so und so war es. Habt ihr euch denn gefreut? Na ja, schon. Und im Innern dachte man: Ja, ich habe wieder Kassetten mit gekauft, ich habe ein kleines Videospiel gekauft.

U: Das war so eine Art Gedankenkontrolle?

M: Ja. Genau.

U: Und gegenüber dem Gericht auch?

M: Ja, weil es war ja klar von meiner Mutter, auch wenn sie es vielleicht nicht verbal so 1:1 artikuliert hat, dass wir vor Gericht sagen mussten, wir wollen unseren Vater nicht mehr sehen. Und wir haben das dann quasi aus Gefallen auch getan. Auch von meiner Schwester, nehme ich mal an, aber ich kann es ja letzten Endes nicht sagen, aber doch, wir haben später mal darüber gesprochen. Von mir und meiner Schwester wurde es so gesagt und wir innerlich gedacht haben: Na, nun übertreib's mal nicht. Also, ist ja eigentlich Quatsch.

U: Aber Sie haben es rausgebracht?

M: Wir haben das so gesagt dann vor Gericht.

U: So wie gewünscht. Haben Sie sich dabei schuldig gefühlt? Oder war da schon eine gewisse Distanz.

M: Gute Frage.

U: Das war ja eine Form der Lüge?

M: Ja. Das war glatt gelogen. Wobei es ja mehrere solche Termine gab. ... Es ist nicht ganz einfach, wie war denn das? Es war mir schon klar, dass das, was ich da sage, nicht Hundertprozentig der Wahrheit entspricht. Ich glaube, es war so eine Güterabwägung. Also es war mir wichtiger, meine Mutter nicht zu enttäuschen als meinen Vater. Wobei ich denke, dass diese enge Bindung zu meinem Vater ja auch leider gar nicht so existierte, dass ich das genauso als Problem hätte empfinden können, wie ich es meiner Mutter gegenüber empfand. Weil ich nun mal bei meiner Mutter lebte und nicht bei meinem Vater. Ich glaube, je öfter wir das sagen mussten, oder je älter ich wurde, habe ich dann irgendwann auch gedacht, was ich vorhin schon sagte, also er muss das ja auch mal verstehen.

U: Ja. Ist es denn auch zu Ihrer Sache geworden?

M: Es ist dann in gewisser Weise zu meiner Sache geworden, ... zum Teil natürlich auch, um meiner Mutter zu gefallen oder um sie nicht zu enttäu-

schen. Das vereinigte sich mit dem Willen von meiner Mutter, wo ich dann halt auch sagte: Na, nun muss er es ja doch akzeptieren, ich verstehe nicht, warum er das dann auch nicht irgendwann mal akzeptiert so.

U: Ja, Sie haben es zunehmend dann auch selbst vertreten.

M: Ja, irgendwann dann schon.

U: Es wurde zu einem Teil Ihres Erlebens.

M: Ja, wobei ... ich fand's dann irgendwann auch belastend, dass er dann meine Meinung nicht akzeptiert hat. Im Nachhinein kann ich das natürlich wieder verstehen, aber in dem Moment habe ich dann gedacht, wenn ich jetzt dreimal Nein sage, dann muss auch mal Schluss sein, dann verstehe ich nicht, warum mein Vater nicht es versteht, dass wir im Moment nicht mehr wollen.

U: Ja. Also über die Jahre hinweg war am Anfang eher noch die Diskrepanz zwischen dem, was Sie gesagt haben, und ihrer inneren Welt deutlich spürbar?

M: Ja, auf jeden Fall.

U: Das nivellierte sich irgendwann?

M: Ja, genau. ... Also ich würde nicht sagen, dass ich zum Schluss das übernommen habe, was meine Mutter immer hat durchblicken lassen: Dein Vater ist ein schlechter Mensch und er ist ein Idiot und er ist nicht gut für Dich. Das habe ich nie gedacht. Aber es war dann schon so, dass ich gedacht habe: Sei er, wie er ist, aber ich verstehe nicht, warum er meine Meinung nicht auch mal akzeptiert.

U: Ja genau. Da ging's darum, dass Sie als Person dann auch gewürdigt werden wollten in dem, was Sie sagen. Unabhängig von dem, was die Großen da machen.

M: Ja, genau. Ist schon spannend.

(21) Die damals beteiligten Richter und gerichtlich bestellte Psychologen hat Martin eher als verständnisvoll und nicht zusätzlich bedrohlich in Erinnerung.

M: ... Wobei ich die Richter nie als zu dieser bedrohlichen Situation oder zu dieser Indoktrinationssituation mithelfend empfunden habe. Ich habe immer die Richter und auch die Psychologen eher als positiv empfunden. Weil die immer auf das gehört haben, was man gesagt hat.

U: Das waren eigentlich mehr Leute, denen man auch mal sagen konnte, was so los ist.

M: Ja. Das war eher eigentlich positiv immer.

## **Gedanken und Gefühle zum elterlichen Verhalten in der Rückschau**

(22) Martin hat sich als Erwachsener intensiv damit auseinandergesetzt, dass aus seiner Sicht die Mutter während seiner gesamten Kindheit den Kontakt zum Vater stark behindert hat. Er hat versucht, darüber auch mit seiner Mutter ins Gespräch zu kommen.

M: ... Ich hab auch versucht, über meine Mutter da was rauszukriegen, aber die scheint immer noch, auch jetzt noch, ein Problem damit zu haben und sagt im Grunde nichts.

U: Ein Problem damit, darüber zu sprechen?

M: Ja, darüber zu sprechen. ... Also ich habe sie grad im letzten Jahr noch einmal gezielt auf drei, vier Fragen angesprochen, die mir jetzt sehr wichtig waren. ... Also, ich habe sie dann noch einmal, jetzt wo ich auch Kinder habe, alleine ohne meinen Stiefvater ... direkt angesprochen, weil ich dann doch noch mal wissen wollte, wie das sein kann, dass man seine Kinder komplett quasi dem Vater entzieht? Und da hat sie also mit einer Begründung geantwortet, die ich allerdings so oberflächlich fand, dass das nicht die eigentliche Begründung sein kann. Habe dann gesagt, ok, das ist ihre Begründung. Sie hat sich das so zurecht gelegt und jetzt ist die Frage: Forste ich weiter und bringe ein Weltbild in Wanken und löse irgendwelche psychologischen Schocks aus, die ich nicht möchte, oder lasse ich es bei der Mutter dabei? Und ich hab dann für mich entschieden, gut, also die hat da jetzt über dreißig Jahre mit gelebt, ich breche mir mal selbst das Recht ab, das bis aufs Messer noch mal ausfechten zu wollen und habe es dann gelassen.

U: Mögen Sie sagen, was diese Wirklichkeit der Mutter war, die da für Sie deutlich wurde?

M: Ja, eine der Fragen war, oder die Kernfrage, die wichtigste Frage war für mich eigentlich: Wie hast du das für dich begründet, deine beiden Kinder, also mich und meine Schwester, bis zum Erwachsenenalter quasi komplett dem Vater zu entziehen? Also damit meine ich, dass sie von Anfang an versucht hat, die Besuche so kurz und so wenig wie möglich zu gestalten und wenn auch indirekt, würde ich sagen, immer so zu beeinflussen, zu sagen: Dein Vater ist im Grunde nicht gut für euch und kein guter Mensch, in dem Sinne. Und das ging so weit, dass ich dann nachher sogar den Namen geändert habe in den Nachnamen meines Stiefvaters. Und ich das jetzt aus der Sicht heraus, jetzt selbst Vater mit zwei Kindern zu sein, im Grunde nicht nachvollziehen kann. Das sind eben ganz, ganz wenige Begründungen, die in Richtung häusliche Gewalt oder Psychoterror gehen von Seiten meines Vater an meine Mutter, die das als eine Art Rechtfertigung noch möglich machen würden, so dass ich sagen könnte, ok, das verstehe ich. Und darauf habe ich sie im Wesentlichen angesprochen und sie hat das dann also so begründet: Also als wir noch quasi Säuglinge waren, sie war ja mit meiner Schwester noch schwanger, als sie sich getrennt hat, als wir noch so klein waren, dass wir quasi noch Babys waren, er lebte in B., sie dann wieder in H., hatte sie Angst, uns beide einfach abzugeben an ihn, dass er mit uns auf der Straße rumrennt. Etwas später hätte sie dann Angst gehabt, dass er uns entführt. Da habe ich dann nachgefragt, ok, er hat uns dann ja aber zwei-, dreimal am Wochenende gehabt, als wir älter waren. Das hast du ja gemerkt, dass er uns nicht entführt hat. Was wäre dann noch ein Grund, dass wäre schon ein tiefer Einschnitt sozusagen in die Menschenrechte oder auch in die Kinderrechte, einfach zu sagen, egal, was man von dem Menschen hält, ich entziehe euch dem Vater. Und da kam dann: Ja, ihr wolltet das dann ja auch nicht mehr.

U: Später dann?

M: Später dann. Und wo ich dann nur noch angedeutet habe: Das ist ja auch eine Frage, wie bringt man es den Kindern nahe und wie spricht man mit den Kindern, wenn der Besuch gewesen war, und da kamen dann aber von ihrer Seite immer diese selben Formeln - das war nicht schön damals, das war nicht einfach - das habe ich auch nie bestritten. Also, das

kann ich auch nicht beurteilen, weil ich da einfach zu klein war. aber, dass man nun mal sagt, es lag an häuslicher Gewalt oder was weiß ich, er ist ein Nazi, oder irgendwas, was auch nur andeutungsweise das rechtfertigen könnte, ... so eine Begründung gibt es gar nicht.

(23) In Bezug auf die früher von Martin an die Großeltern vtl. geschriebene Absage der Einladung und Rücksendung der 50.- DM (s. o.) hat sich viel später folgende Entwicklung ergeben:

M: .... Als ich dann ganz später von mir aus wieder Kontakt aufgenommen habe zu meinem Vater, habe ich auch noch einmal diese Postkarte von ihm in Kopie bekommen. Hab mir das auch noch einmal durchgelesen.

U: Die hatte er aufgehoben?

M: Ich hatte es ehrlich gesagt vergessen oder wahrscheinlich verdrängt, das kann ich schlecht beurteilen. Und hab mir die (Karte) noch mal durchgelesen und hab dann auch gedacht, das kann doch nicht wahr sein. Also, hab mich dann in dem Moment natürlich auch daran erinnert. So - ich wusste, dass da was war und dass wir es auch gemacht hatten. Hab mich dann auch in einem Brief entschuldigt. Mein Opa lebte schon nicht mehr, meine Oma hat das, glaube ich, noch mitgekriegt.

Ich bin dann auch, da lebte ich noch zu Hause, das muss so kurz vor der Volljährigkeit gewesen sein, bin dann auch ...mit dieser Postkarte, mit dieser Kopie, zu meiner Mutter gegangen und hab dann gesagt: Pass mal auf, das habe ich zurückgeschickt bekommen, sag doch mal was dazu. Ich entsinne das gar nicht mehr so und ich kann mir auch nicht ganz vorstellen, wie war denn das, haben wir das von unserem Antrieb aus gemacht?

Ich weiß nicht mehr, was sie in der Sekunde darauf geantwortet hat. Aber ich weiß noch, sie hat also keine konkrete Antwort gegeben. Am nächsten Morgen, als ich schlief, wurde ich von meinem Stiefvater geweckt mit Vorwürfen: Was bildest du dir eigentlich ein, deine Mutter zu fragen, komm mal mit. Da ging's an den Frühstückstisch, da saß meine Mutter heulend und ich weiß gar nicht, ob sie jetzt die ganze Zeit nichts gesagt hat, aber mein Stiefvater hat mir Vorhaltungen gemacht, das würde mir nicht anstehen, so was zu fragen, und das wäre wohl eine Frechheit. Ich weiß nicht, ob sie es irgendwie erläutert haben oder so. Und das war's dann. Seitdem wurde nie wieder darüber geredet.

U: Also auf die Sache selbst wurde gar nicht eingegangen? Auf dein Bedürfnis, das zu klären, wurde nicht eingegangen. Daraus wurde ein Vorwurf gemacht.

M: Ja. Genau. Ich hab dann auch mit einigen Leuten darüber geredet und hab es dann ja auch Jahre später noch mal, das war im letzten Jahr, versucht so en detail zu klären... und das ist dann ja, wie ich es vorhin geschildert habe, ausgegangen und da hab ich dann endgültig gesagt: Ok., das ist jetzt ein Problem meiner Mutter.

U: Wie ist es ausgegangen?

M: Na ja, ich habe dann ja noch mal versucht zu klären, sag mal, wie hast du es eigentlich im Grunde gemeint? Wie rechtfertigst du es (dass der Vater entzogen wurde)? Ja, und das ist ähnlich wie der damalige Versuch ausgegangen. Ich hab es ... im Grunde auf die wichtigste Frage reduziert, die mir in diesem Zusammenhang noch wichtig war und da es sie im Grunde inhaltlich einfach drüber hinweggegangen mit für mich faden-

scheinigen Ausreden und ich hab dann für mich halt, wie ich es vorhin beschrieben habe, daraus geschlossen, im Gespräch auch mit Freunden, die das ähnlich sahen, um nicht nur meine Sicht da irgendwie zu sehen, dass sie das einfach nicht verarbeitet hat. Und dass man vielleicht noch irgendwie ein, zwei Begründungen mehr, wenn sie denn tatsächlich existieren, bekommen könnte, warum das damals von ihr so gehandhabt wurde. Was aber, wenn sie dann überhaupt existieren, wahrscheinlich dazu führen würde, dass sie erst mal zusammenbricht und wer weiß, ob sie sich jemals davon erholt. Sie ist ja auch immerhin schon jetzt 65. Und ich hab dann gesagt: Ok., ich hab es für mich geklärt. Das ist nicht mein Problem, es ist ein Problem meiner Mutter und daher lasse ich sie in ihrer Welt, wie sie sich das jetzt zurechtgelegt hat, sage ich mal, und das ist aber kein Problem für mich, das ist ihr Problem und das ist dann gut. Ich habe es versucht, noch mal aufzuklären mit ihr und das scheint sie nicht zu wollen oder nicht zu können, und damit ist die Sache für mich jetzt beendet.

(24) Hat Martin eine Theorie, eine Hypothese, was das damalige Verhalten der Mutter gegenüber den Kindern in Hinblick auf den Vater verursacht haben könnte?

M: Also, ich denke, dass ist ein Komplex von Gründen, die alle zusammen genommen, das bewirkt haben. Also vielleicht die wichtigsten, die dazu geführt haben: Meine Mutter ist sehr katholisch, genauso wie mein Vater interessanterweise. Ich denke, dass sie tatsächlich in ihrem Alter, ... wie alt war sie denn, 28? ... Ich denke, dass bestimmt in ihrem Alter eine Art Torschlusspanik, nenne ich mal, geherrscht hat, als sie meinen Vater gesucht hat. Ich weiß, dass sie sich über irgendeine Anzeige in einem katholischen Blatt kennen gelernt haben. Ich glaube, dass sie Angst hatte, keine Kinder mehr bekommen zu können, wenn sie zu alt wird, dann hat sie sich sozusagen meinen Vater ausgesucht oder kennen gelernt, hat einfach sofort geheiratet, so wie das vielleicht früher eher üblich war, ohne sich emotional, geschweige denn sexuell, irgendwie kennen gelernt zu haben. Dann hat sie festgestellt: Ok, jetzt habe ich das, was ich wollte, aber mit dem Mann halte ich es einfach nicht aus. ... Sie dann sehr früh festgestellt, dass es irgendwie nicht geht. Hat wohl auch versucht, mit Eheberatung das zu ändern. Das hat wohl irgendwie nicht geklappt, oder er hat sich geweigert. Ich weiß es nicht. Und hat dann also gesagt, es muss ja ein absolut einschneidendes Erlebnis gewesen sein, mit diesem Mann kann ich es nicht länger aushalten. ... Und hat dann einfach ganz krass den Schnitt gemacht und gesagt: Ich bin zwar noch schwanger mit meiner Tochter und hab einen Säugling quasi noch als Sohn, aber ich trenne mich jetzt. Ist dann wieder nach H. gezogen zu ihrer Mutter, musste aber mit diesem Schritt absolut nicht klar gekommen sein. Ich nehme an, dass ein sehr starker Hinderungsgrund war, mit der sie absolut nicht klar kommt: Einmal diese klare Entscheidung: Mit dem Menschen kann ich nicht leben. Aber katholisch sagt auch: Bis dass der Tod euch scheidet.

U: Es war ein großer Konflikt für die Mutter selbst.

M: Der entstand bestimmt, ob es nun wirklich der auslösende Moment war, kann ich letztlich natürlich nicht sagen. Aber das war auch eine Geschichte, die immer wieder eine Rolle gespielt hat. Und die ist ja auch nach wie vor ...

U: Wenn ich als Frau diesen Schritt, diesen schweren Schritt, der dann auch schuldbeladen ist, vollziehen musste, um mich selbst zu retten vor einer Zukunft, die ich nicht wollte. Dann hätte man doch eigentlich sagen können: Ok, für meine Kinder versuche ich das dann doch so gut wie möglich so zu gestalten, dass die auch den Vater haben, wenn ich schon den Schritt vollziehe.

M: Ja genau. Das war ja auch der Punkt, den ich noch mal wissen wollte. Ich hab den Eindruck und das war auch so ein bisschen was, was sie erwähnte, sie hat immer durchblicken lassen ... sie hat im letzten Jahr dann, als ich noch mal nachgefragt habe, auch gesagt, dass er schlecht für uns sei. Dass er ... wir wären wahrscheinlich fundamentalistisch erzogen worden, so was.

U: Religiös fundamentalistisch?

M: Ja. Religiös fundamentalistisch.

U: Sie hat ihm vorgeworfen, dass er zu katholisch ist?

M: Ja, das ist bestimmt ihre Meinung, ja.

U: Das haben Sie aber als Kind nie so gespürt? Dass er Sie religiös indoktriniert hat.

M: Nein, also ich weiß, dass wir in der Kirche waren, aber das waren wir hier auch.

U: Also, da gab es jedenfalls keinen Druck, wo Sie gemerkt haben: Mensch, da werde ich in was reingezogen, das will ich gar nicht so.

M: Also, ich weiß schon, dass wir nicht immer Lust hatten, Sonntag in die Messe zu gehen, aber ich weiß auch, dass er mit uns rausgegangen ist, wenn wir uns irgendwie gelangweilt haben. Was glaube ich zum Beispiel bei meiner Mutter nicht der Fall war, da musste man, glaube ich, mit dabei bleiben.

Was war der eine Punkt, den ich eben vergessen hatte?

U: Ja, ist war schlecht für Sie, sagte sie?

M: Ja, er war schlecht für uns. Ach ja, und diese latente Angst, dass er uns entführt.

U: Ja, das haben Sie schon erwähnt.

M: Das ist ja auch so ein Hinweis darauf, dass sie irgendwie meinte, er ist irgendwie von Übel. Und wenn sie ihm das sogar zutraut, dann muss sie ja Angst gehabt haben, dass er eine Art Verbrechercharakter hat. ... Dass er quasi auch Amok laufen könnte.

U: Dass er auch nicht davor Halt macht, seine Kinder auf das Schwerste zu schädigen?

M: Ja. Also, dass sie diese Überzeugung gehabt hat, da bin ich ziemlich sicher.

U: Das heißt, für Ihre Mutter war das immer ein gewisser Angsttrip, wenn Sie bei dem Vater waren.

M: Bestimmt. Das war bestimmt der pure Horror für sie. Das merkte man ja auch von vornherein.

(25) Martin schaut nochmals auf das Verhalten seiner Eltern und die Auswirkungen auf ihn als Kind zurück.

U: Ist das für Sie in der Rückschau eigentlich verwunderlich, dass Sie dann sozusagen da gelandet sind mit vierzehn, wo Sie dann gelandet sind?

M: Das ist für mich ziemlich schlüssig im Nachhinein.

U: Sie haben vorhin auch gesagt, man hat keine Chance als Kind.

K: Nein, hat man auch nicht. Vielleicht kann man mit zunehmendem Alter sagen, ich hätte mich ja mal eher zur Wehr setzen können, oder mal eher selbst drüber nachdenken können, oder mich eher von meiner Mutter frei machen können. Aber ich würde immer als Entschuldigung oder wie auch immer sagen: Das hat ja quasi bei Null angefangen. Man kannte ja quasi gar nichts anderes als diese Verhaltensweisen, als diese Schuldzuweisung, als diese Art, wie die miteinander umgegangen, ist ja schon zu freundlich gesagt, sie sich bekriegt haben. Von daher würde ich sagen, habe ich jetzt im Nachherein keine Schuldgefühle, dass ich mal sechs Jahre eine Auszeit genommen habe oder dass ich mit vierzehn gesagt habe, jetzt ist Schluss. Oder mit achtzehn gesagt hab, jetzt nehme ich den Namen meines Stiefvaters an.

Als ich anfang, darüber nachzudenken, hatte ich mal Schuldgefühle, aber gut, man entwickelt sich auch weiter und denkt weiter drüber nach. Ich glaube, die Zeit habe einfach gebraucht, um zu sagen: So, jetzt ist mal Feierabend. Jetzt will ich Ruhe haben. Und anscheinend hat es ja auch zu einem positiven Ergebnis geführt. Also, ich würde mal im Nachherein sagen, es war gut, dann diese Zeit genutzt zu haben, um das Thema erst mal ruhen zu lassen. Das ist dann ja auch wieder hochgekommen und hat meine Meinung zu einem positiven Ergebnis geführt. Dass ich gedacht hab: Jetzt gehe ich mal von meinem Standpunkt aus und versuch mal, die Meinung meiner Mutter komplett aus diesem Komplex rauszunehmen, überzeuge dich doch mal selbst, was ist denn eigentlich an der Geschichte dran.

U: Genau. Da haben Sie ja dann etwas geleistet, was keiner sonst aus dem Familiensystem geleistet hat? Weder von der einen Seite noch von der anderen Seite. Sie haben sozusagen sowohl mit der einen Partei wie auch mit der anderen Partei wieder kommuniziert auf eine für Sie angemessene Art und Weise.

M: Ja, das stimmt. Wobei ich natürlich dann auch sozusagen meinem richtigen Vater zugute halten muss, dass er nie gesagt hat: Ihr seid ja Scheiße, oder ihr Kinder habt ja mit Schuld oder warum seid ihr immer auf Seiten eurer Mutter. Er hat ja zumindest die Tür offen gelassen. Ich seh das jetzt ja auch noch mal mit anderen Augen, weil ich ja selbst zwei Kinder habe. Ich würde es auch nicht tun, aber ich könnte mir vorstellen, dass ein Vater sagt: Jetzt hab ich aber die Schnauze voll, jetzt will ich mit meinen Kindern nichts mehr zu tun haben. Das geht ja zum Teil so weit, dass Väter sagen, ich habe keine Kinder mehr. Was natürlich auch total absurd ist, aber das hängt ja immer von der Charakterstruktur so eines Menschen zusammen. Und ich kann mir schon vorstellen, dass es Charaktere gibt, die dann einfach sagen: Ich bin so gekränkt oder so gebrochen oder wurde so missbraucht von meiner ehemaligen Frau und meine Kinder haben sich nicht rechtzeitig dagegen gewehrt, dass ich jetzt auch mit denen nichts mehr zu tun haben will. Und so extrem war er zum Glück dann nicht. Also, das finde ich, ist auch eine Leistung.

(26) Was war in dem rückschauenden Erleben von Martin in Bezug auf die elterliche Trennung für ihn das ungünstigste Verhalten der Mutter?

M: Erst mal meine Mutter. Sie hat es ja anscheinend versucht, sonst hätte sie es nicht immer anders gesagt, als sie es vermittelt und getan hat -

dass sie nicht den Schnitt gemacht hat zwischen: Da ist ein Mensch, den ich nicht ausstehen kann, mit dem ich die Ehe nicht fortsetzen kann, den ich komplett ablehne – kann ich alles in gewisser Weise nachvollziehen, will ich auch mir gar kein Urteil drüber bilden, denn ich finde es gut, dass Leute sich scheiden lassen können, besser, als jahrelang eine Hölle miteinander auszuhalten. Aber dann nicht sozusagen auf die Meta-Ebene gegangen zu sein – und sie ist intellektuell dazu in der Lage – dann nicht zu sagen: So, und jetzt gucke ich mal auf die Situation runter, was ist jetzt für meine Kinder wirklich das Beste? Das waren immer ihre Worte, auch vor Gericht und wenn sie mit uns gesprochen hat: Das Kindeswohl ist das Wichtige. Und *ich* weiß, was das Kindeswohl ist, Euer Vater weiß das nicht, das Gericht weiß das nicht, *ich* weiß das. Dass sie quasi diese Trennung nicht hinbekommen hat zwischen ihren bestimmt berechtigten Emotionen ihrem ehemaligen Mann, unserem Vater gegenüber, und der Geschichte, was ist jetzt wirklich für meine Kinder das Beste. Und schaffe ich das auch, das zu trennen von meinen Emotionen.

U: Also dass man dem Kind eine völlig eigenständige Beziehung zugesteht zu dem Vater, unabhängig von dem, was partnerschaftlich ist.

M: Ja, genau, und das auch völlig wirklich so weit, wie es geht. Ich verstehe, dass die Mutter ein Mitspracherecht haben muss, aber so weit, wie es geht, zu trennen von dem, was man eigentlich selbst denkt, wie jetzt die Beziehung zwischen dem Vater und den Kindern sein müsste.

U: Dass man den Raum gibt, Chancen gibt, dass sich da etwas entwickeln kann.

M: Selbst entwickeln kann. Und ich will gar nicht verhehlen, dass das bestimmt nicht leicht ist, aber ich finde, da muss man zu in der Lage sein, wenn man Kinder in die Welt setzt.

...

M: Also ich glaube, dass meine Mutter, das kann man ihr glaube ich schon vorwerfen, dass sie intellektuell zu einer anderen Einsicht der Dinge fähig gewesen wäre.

(27) In Bezug auf den Vater spricht Martin folgendes Verhalten an, welches er in der Rückschau als ungünstig empfindet.

M: Also ich denke, ich habe mich ja mit ihm, so weit es ging, ausgesprochen. Ich denke, dass ich alles, was mir wichtig war, ihm gesagt habe. Also es sind vielleicht so zwei Punkte: Er hat uns ja immer noch mitbekommen, und wenn es nur am Wochenende war. Und wenn man dann halt irgendwann merkt: So, die sind zwar noch nicht volljährig, aber sie sind so weit in der Lage, eigene Entscheidungen zu fällen, auch wenn sie natürlich nicht frei sind von der Indoktrination der Mutter und dem Druck der Mutter, aber ich gestehe ihnen jetzt einfach mal zu, dass sie in dieser Situation nicht anders handeln können. Das zu erkennen und zu sagen: Ok, ich hab wirklich alles versucht, was irgendwie ging, so weit ich das kann – auch wenn er es in Wirklichkeit nicht versucht hat, vielleicht hätte es da noch andere Möglichkeiten gegeben – das zu erkennen und zu sagen: Ok, sie sind zwar noch nicht volljährig, aber ich akzeptiere jetzt mal, dass ich und auch die Kinder in dieser Situation keine Chance mehr haben. Dann sich vielleicht etwas früher zurückziehen. Ich glaube aber, dass er das nicht hat sehen können, so wie er strukturiert ist. ....

U: War seine Ansicht, dass Sie gewissermaßen fremdgesteuert sind?



M: Ja. Das hat er vor Gericht immer – in den Dokumenten habe ich es auch nachgelesen – zum Ausdruck gemacht.

U: Und das war seine Begründung, dass das, was Sie als Kind sagen, im Grund nicht gültig sein kann, dass er es nicht akzeptieren kann.

M: Ja, so habe ich das in Erinnerung ... Es ist schwierig, das will ich gar nicht verhehlen. Es ist schwer, aber aus seiner Persönlichkeitsstruktur heraus hätte er es schaffen können. Das kann man von außen natürlich nicht sagen, aber das wäre mal so ein Punkt, wo ich sagen würde, da müsste man, vielleicht auch mit professioneller Hilfe, ein Auge drauf haben. Da muss man versuchen, den Absprung zu kriegen.

U: Selbst wenn man sich nicht erklären kann, warum mein Kind jetzt so denkt, wie es denkt, muss man irgendwann sagen: es denkt eben so.

M: Ja, genau. Und es kann ja auch nicht anders. Also vielleicht kann es anders, aber es schafft es anscheinend nicht, anders zu reagieren oder zu handeln in dieser Situation und dann muss ich irgendwann auch sagen: Ok, ich dränge ja dann noch zusätzlich auf mein Kind ein und das tut ihm nicht gut und dann muss ich irgendwann sagen: Ok, es hat immer noch die Chance, irgendwann wieder zu kommen und da muss ich mich leider drauf beschränken, auch wenn es natürlich schwer fällt und ungerecht ist und schmerzhaft und alles.

...

M: Ich glaube, dass er vielleicht auch von seiner Art her einfach ein bisschen zu distanziert mit Kindern irgendwie als Sohn und Tochter umgegangen ist. Also es war nie so ein herzliches, dass man sich auch umarmt oder ich kann mich nicht entsinnen, dass ich mit meinem Vater gekuschelt hätte oder so was. Ist natürlich die Frage, ob er überhaupt die Chance gehabt hätte ... ob das überhaupt jetzt möglich wäre. Vielleicht ist er da auch einfach nicht der Typ für gewesen, aber als Vater muss man das schon irgendwie. Dass er es nur versucht hätte irgendwie. Das ist jetzt sehr vage gehalten. Aber ich glaube nicht, dass man ihm wirklich sonst viel vorwerfen kann. Man kann ihm nicht vorwerfen, dass er so ein komischer Typ ist.

(28) Martin hat auch Gespräche mit anderen Mitgliedern der Familie als hilfreich für eine nachträgliche Aufarbeitung der Trennungserfahrung und darauf folgenden Entwicklung erlebt.

M... Und also ich fand's im Nachhinein auch wichtig, mit anderen Leuten noch mal darüber gesprochen zu haben, das im Grunde aufgearbeitet zu haben, sowohl mit der Familie von meinem Vater als auch mit der Familie von meiner Mutter.

U: Und da haben Sie ja einen sehr glücklichen Weg genommen aus eigener Initiative heraus.

M: Ja. Und das Einzige, was ich immer noch mal so überlege, dass ich vielleicht jetzt noch mal meinen Onkel anspreche, also den Bruder meiner Mutter. Den nochmals zu fragen: Was meinst du eigentlich, warum ist das damals schief gelaufen? Ich habe das bewusst noch nicht gemacht, weil ich erst meine Mutter mal ansprechen wollte. Das habe ich jetzt ja getan und nun ist es auch tatsächlich keine Sache, die mir noch so auf der Seele brennt. Aber ich denke, das könnte doch mal ganz spannend werden, den zu fragen, weil ich weiß, dass mein Onkel Reinhold damals auch sehr meiner Mutter geholfen hat ... und der weiß bestimmt noch so 1-2 Sachen und dann kann im Nachhinein meine Mutter auch nicht kommen und sa-

gen: Wieso hast du mich nicht gefragt? Dann kann ich sagen: Wieso, ich hab dich 2-3 mal gefragt. Du wolltest nichts sagen, habe ich akzeptiert, aber mich hat das noch mal interessiert und das kannst du mir jetzt auch nicht vorwerfen. Und das werde ich bestimmt noch mal machen, wenn sich die Gelegenheit ergibt.

U: Ja, spannend. Es ist wie so eine Forschungsreise in die eigene Vergangenheit. ...

M: Ja genau. Und auch im Nachhinein empfinde ich das als befreiend und auch spannend und aufregend und ich bin ganz froh, dass ich das gemacht habe. Weil für mich ist das ja schon eine Sache, die man irgendwie immer mit sich rumträgt. Und für mich empfinde ich das wirklich nicht mehr als Belastung. Weil es ist aufgearbeitete Geschichte, ich lebe wirklich gut damit, ich glaube auch, dass es echt einige positive Seiten in dieser Geschichte gab und ich finde es toll, auch diese andere Familie wieder dazu gewonnen zu haben, auch wenn wir uns aufgrund der räumlichen Trennung relativ selten sehen, aber so 1-2 mal im Jahr versuche ich schon, da wieder hin zu fahren und die auch zu besuchen. Und die ganze Familie drum rum, das ist einfach toll. Also das ist für mich zu einem guten Ende gekommen. ... Ich glaube nicht, dass ich so wie meine Mutter bis zu meinem Lebensende so einen Block mit mir rumschleppen muss und das finde ich ganz toll. Ich weiß nicht, ob es wirklich stimmt, man kann ja sich selbst nicht völlig wertfrei betrachten, aber das habe ich, wie gesagt, als sehr befreiend empfunden und bin mit dieser Situation jetzt auch sehr glücklich.

## Die weitere Entwicklung der Beziehung zum Vater

(29) Martin hat nach 6-jähriger Kontaktpause mit Beginn seines Studiums im Alter von 20 Jahren im Zusammenhang mit erneuten Unterhaltszahlungen des Vaters mit diesem wieder Kontakt aufgenommen.

M: ... Und mit 20 habe ich angefangen zu studieren, ich weiß nicht mit 19 oder mit 20, und da bekam ich wieder Unterhalt, und das war für mich echt der Anlass, noch mal neu nachzudenken. Da war ich zwar noch zu Hause und hab gesagt: Mensch, also das kann ja irgendwie nicht angehen. Du kriegst jetzt Geld von deinem Vater, das ist zwar gesetzlich und so alles geregelt, aber es kann doch nicht sein, dass du da irgendwas kriegst und nicht mal Danke sagst ...

U: Das stimmt irgendwie nicht.

M: Also das Nachdenken fing dann neu an. Ich war möglicherweise auch erst mal befreit, weil der Druck war ja weg. Ich hatte den Namen meines Stiefvaters angenommen. Es war jetzt nicht dauernd Thema, soweit ich das entsinne, und das war echt noch mal so eine (Gelegenheit), einfach neu nachzudenken. Es war dann frei von allem, keiner, der irgendwie das wusste, dass ich darüber neu nachdenken konnte. Es war tatsächlich einfach ein Neuanfang und da hab ich mir noch mal gesagt: Also, das kann ja irgendwie nicht stimmen. Und da kamen bestimmt auch Schuldgefühle auf zu sagen: Gibt's denn überhaupt einen Grund, keinen Kontakt zu haben? Er ist nun mal dein Vater, da beißt die Maus keinen Faden ab. Dann ging das bestimmt auch in die Richtung: zurückerinnern, wie war denn das eigentlich früher?

U: Das war so ein Zeitpunkt der Reflexion?

M: Ja, auf jeden Fall. Ich glaube, dass ich auch relativ schnell zu dem Punkt gekommen bin: Wieso wurden wir eigentlich damals noch verhört, wenn wir wieder kamen (von den Besuchen beim Vater), das waren doch einfach immer nette Geschichten. Du hast immer was geschenkt bekommen, wenn du da warst. Keine negativen Erinnerungen.

...

Ich weiß, dass ich dann wieder Kontakt aufgenommen, ob das nun in Zusammenhang mit den Unterhaltszahlungen war oder das ein fließender Übergang war. Da meldete sich dann der Anwalt von ihm irgendwie, das weiß ich noch, er hat dann alles über einen Anwalt laufen lassen. Kann ich ja im Nachhinein auch gut verstehen, bei dem ganzen Brimborium, was da gelaufen ist, wäre ich auch super vorsichtig geworden. Ja, muss im Zusammenhang mit der Anfrage gewesen sein, ob ich jetzt Unterhalt bekomme von ihm. ...

Wie es auch immer sei, ich hatte ihm dann wahrscheinlich geschrieben, und dann kam halt ein Brief vom Anwalt zurück, der war sehr distanziert und also das war klar, es war ganz vorsichtig nach dem Motto: Folgende Rechte haben Sie, und auf Weiteres brauchen Sie sich keine Hoffnung machen. Ihr Vater möchte direkten Kontakt, also nach dem Motto: Was wollen Sie eigentlich? Nach dem Motto Versuchsballon. Erst mal gucken, was geht da eigentlich ab? Ich weiß noch, dass ich über diesen Anwaltsbrief echt sauer war, dann hab dem Anwalt geschrieben nach dem Motto, er soll doch, in Umgangssprache gesagt, mal das Maul halten. Ich würde mit meinem Vater reden wollen, was wollen Sie da eigentlich? So ungefähr. Und hab entweder parallel oder relativ bald ihm auch direkt geschrieben. Und dann muss in dem Zusammenhang auch relativ schnell diese Kopie gekommen sein von unserem Brief an unsere Großeltern: Ihr seid ja gar nicht unsere Großeltern. Irgendwie das ging dann relativ schnell und das habe ich dann zum Anlass genommen, die vorhin beschriebene Szene mal zu starten, diesen Versuchsballon zu starten, mal ein bisschen so Recherche zu betreiben. Wie war das denn eigentlich genau?

U: Mit der Mutter?

M: Mit der Mutter, ja.

(30) Martin schildert die erste Begegnung und die sich danach entwickelnde Beziehung zum Vater.

M: Das lief dann auch, glaube ich, relativ bald in die Zeit, dass ich merkte, meine Mutter hat auch wieder Eheprobleme mit meinem (Stief-) Vater, wo .. ich gesagt hab: Das müsst ihr unter euch klären. Und ich hab gedacht, in diese Melange möchte ich jetzt nicht noch wieder mit reingezogen werden. Jetzt ist spätestens die Zeit auszuziehen und hab mir eine Wohnung geholt. Davon getrennt und in der ganzen Zeit lief aber der Kontakt zu meinem Vater weiter, wurde intensiver und da gab es dann auch zum Glück schon meine Frau. Wir waren in der Zeit schon zusammen und ich hab das dann einfach irgendwann mal genutzt zu sagen: Wir fahren da mal vorbei. ... Das war der 1. Advent, das weiß ich noch, sind wir dann dahin gefahren, hab irgendwie die Orte noch alle wieder erkannt, hab auch das Haus wieder gefunden. Ich hab mich dahin gestellt, leider meine Frau zwei Stunden in der Kälte sitzen lassen, ich wollte eigentlich nur mal kurz Hallo sagen. Und dann hab dann also zwei Stunden mit meinem Va-

ter gesprochen und seitdem dann immer mal wieder Kontakt gehabt zu ihm. War dann auch auf zwei Hochzeiten von Cousinen dort, wurde sofort eingeladen. Also die haben mich quasi sofort wieder aufgenommen, ganz positive Erlebnisse da gehabt und immer mal wieder da gewesen und so. Das war echt toll.

U: Und hat der Vater Sie auch wieder aufgenommen?

M: Ja. Also, wobei das ist jetzt nun wieder ein anderes Kapitel. Er ist schon ein komischer Kauz, um es mal so zu umschreiben. Also ich denke nicht, dass man so ein Vaterverhältnis noch als normal bezeichnen kann. Aber er machte keine Vorhaltungen, er versucht es, das denke ich mal, soweit er kann, zu erklären. Es ist relativ schwer, sage ich mal, bei Geschichten, die ich dann von ihm gefragt hab, oder Fragen, die ich an ihn gestellt hab, wirklich zum Kern vorzudringen. Also er redet sehr viel und ich hab so manchmal den Eindruck, er will dann alles nachholen, was in der Zeit gelaufen ist. Er ist wirklich auch religiös, fundamentalistisch wäre zu viel, aber er ist stockkonservativ. Nur mal so eine Äußerung: Er lebt so in dieser Welt, meine Mutter lebt noch in Todsünde, weil ... sie wieder geheiratet hat, obwohl sie ja vor der katholischen Kirche noch mit ihm verheiratet ist und sie droht dann in die Hölle zu kommen. Ich weiß nicht mehr, ob er es so artikuliert hat, aber das ist so diese Gedankenwelt. ... Ja. Und wenn Briefe kommen, geht's auch immer in die Richtung: Da wurde das Recht gebeugt und wir leben in einer schlimmen Welt, wo Väter nicht mehr ihre Kinder sehen können usw. Aber er gibt Auskunft, wenn man fragt, woran es gelegen hat, ...

U: Das waren frühere Briefe, die Sie eben erwähnt haben?

M: Nein, auch jetzt noch immer. Das steht auch noch immer noch mal wieder so drin.

U: Er nimmt auch manchmal so einen Rückfall in frühere Zeiten vor?

M: Ja, das kommt immer wieder vor. Also ich bin kein Psychologe, aber das finde ich ganz klar. Er war bestimmt auch früher schon extrem, was religiöse Themen und so angeht. Aber diese Scheidung hat, glaube ich, einen echten Knacks bei ihm ausgelöst, von dem er sich bis heute nicht erholt hat. Das ist für mich, würde ich jetzt mal sagen, deutlich zu sehen.

U: Er ist ja auch alleine geblieben danach?

M: Er ist auch alleine geblieben. Ja. Aber trotzdem würde ich sagen, so weit man es kann, haben wir wieder ein normales, gutes Verhältnis so und er ist jetzt auch kein Mensch, den ich als engsten Freund ansehe. Wenn ich ihm jetzt nur als Menschen begegnet wäre, denke ich, dass ich mit ihm klar gekommen wäre. Also es ist schon ein gutes Verhältnis geworden, das würde ich jetzt mal sehen.

## **Die weitere Entwicklung der Beziehung zur Mutter**

(31) Martin hat mit ca. 20 Jahren und dann noch einmal vor kurzem mit ca. 35 Jahren versucht, mit der Mutter über frühere Erlebnisse und insbesondere ihre ablehnende Haltung gegenüber Vater-Kind-Kontakten zu sprechen (s. o.).

Da kamen ja noch mal zwei wirklich sehr prägnante Anstöße, die noch nicht mal vorwurfsbeladen waren, schon da habe ich ja versucht, das

möglichst neutral einfach mal anzusprechen. Dass sie das einfach überhaupt nicht ... gesehen hat und ....

U: Ja, dieser Bereich war bei Ihrer Mutter eine feststehende oder fast, unverrückbare Wirklichkeit?

M: Ja, und auch im Nachgang. ... Als ich es das erste Mal gemacht hab, da waren es mindestens 20 Jahre her seit der Trennung. Ich meine, da muss ja irgendwann mal eine Aufarbeitung erfolgen. Hätte ich mir zumindest gedacht, aber das ist so ein Betonblock, den sie sich da zurecht gegossen hat, der quasi ja ihr emotionales Fundament oder ihr Weltbildfundament, ihr Fundament ihres Charakters geworden ist. So dass ich für mich entschlossen habe, ok, wenn man jetzt an diesem Fundament noch rüttelt, dann stürzt diese gesamte Person ein. Das ist ja quasi eine Last, die sie da mit sich rum trägt, wo sie auch selbst gar nicht mehr in der Lage ist, sich von dieser Last zu befreien. Wo ich ja quasi denke, mein Gott, also wenn man tatsächlich irgendwann nicht in der Lage ist, das mal für sich selbst zu hinterfragen und diesen Ballast auch los zu werden, was wird dann aus einem? Dann wird man ja quasi, was diesen Punkt angeht, ein derartiges emotionales Wrack, das ist ja ein Klotz, den man bis an sein Lebensende wahrscheinlich mit sich rumschleppt. Das muss ja nicht sein. Also es gibt ja Möglichkeiten, aus diesem Gefängnis wieder raus zu kommen. Und das ist bestimmt nicht gut für meine Mutter. Also die wird da ihr Leben lang zu knapsen haben.

U: Und mit diesem Betonklotz sind Sie als Kind konfrontiert worden.

M: Auf jeden Fall, ja.

...

M: ... Ok, die Scheidung, das ist ihr Problem, das muss sie vor sich rechtfertigen, kann ja auch völlig in Ordnung sein. Aber diese Geschichte Mutter-Kinder-Beziehung zum Vater, dass das eigentlich völlig unberechtigt war, die quasi von ihrer Seite aus zu kappen, das war ja von ihr ein klarer Schnitt, das einfach durchzuhauen, das kann man eigentlich nicht rechtfertigen. Das würde ich gerne noch mal geklärt haben. Und nachdem ich auch gemerkt habe: Selbst da ist weder Einsicht noch Anlass, das aufzuarbeiten, war für mich halt die Frage: Jetzt ist klar, es ist eindeutig, also sie kann das nicht für sich aufarbeiten und kann es vor allen Dingen auch nicht beantworten, wenn man nicht wirklich sie in die letzte Ecke drängt und den Spieß ausfährt und sagt: Ich kann dir so das und das nennen, das ist brutal gewesen, das war ungerecht, du hast die Menschenrechte missachtet, du hast F. und mir weh getan, natürlich warst du eine gute Mutter, blabla, aber jetzt sag, woran es liegt. Das hätte ich natürlich auch noch machen können. Aber da stand ich vor der Entscheidung und habe gesagt: Ok, das sind die beiden Möglichkeiten, die dir noch bleiben. Und ich habe gesagt: Ok, schone deine Mutter, damit kann ich gut leben, ich hab wirklich alles getan, so weit ich das beurteilen kann, das für dich noch mal klar zu kriegen, auch Antworten zu kriegen von deiner Mutter, meinen Vater habe ich ja dasselbe gefragt, aber da ist nicht viel gekommen, warum sie sich jetzt haben scheiden lassen. Er sagte auch, er hat damals gesagt, er weiß gar nicht genau, warum. Das nehme ich ihm sogar ab, so wie er strukturiert ist. Von daher habe ich alle Beteiligten das gefragt, was ich wissen wollte. Und für mich ist das wirklich erledigt. Also, natürlich lebe ich immer mit dieser Historie, aber ich denke nicht, dass ich Schaden davongetragen habe, ich denke da sogar, dass ich 1-2 Sachen gelernt habe

und dass meine Mutter da jetzt nicht mit klar kommt, das ist wirklich nicht mehr mein Problem. Und mein Vater auch nicht. Weil der hat ja genauso Gelegenheit gehabt, das aufzuarbeiten, wobei er sicher der ungerecht Behandelte ist in dieser Rolle.

### **Was wäre früher für mich als Kind gut gewesen?**

(32) Martin hätte damals eine erwachsene Vertrauensperson als hilfreich empfunden, da die Familienmitglieder ausgefallen sind, über belastende familiäre Themen zu sprechen. (s. o.). Martin zeigt sich aber skeptisch, ob die Familie damals wirklich auf diese Weise erreichbar gewesen wäre:

M: Also diese Psychologenummer, da haben Sie mich ja im Grunde erst drauf gebracht, ich glaube, dass das viel geholfen hätte, wenn das regelmäßig gewesen wäre. Aber ich glaube, aus dieser Enge ... das ist ja wie eine Burg gewesen quasi, da wirklich jemanden zu finden, der von außen auch mit Wissen der Mutter irgendwie was zu sagen hat ...

U: Ja, das ist klar, das hätte ja nur mit Unterstützung der Mutter gehen können. Und die war wahrscheinlich nicht daran interessiert.

M: Also ich glaube, wenn das nicht so eine Geschichte gewesen wäre, wo sie nicht hätte drum rum kommen können, dann wären wir quasi unerreichbar gewesen.

...

Wenn wir öfter mal jemanden gehabt hätten, mit dem wir mal einfach frei von der Leber weg hätten reden können und wo die Ergebnisse auch nicht den Eltern vorgelesen werden, das wäre vielleicht ne schicke Sache gewesen.

### **Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung**

(33) Hat die frühere Erfahrung der elterlichen Trennung bei Martin „biografische Spuren“ hinterlassen?

M: Auf jeden Fall. Auf jeden Fall. Also die Frage ist, ob das positiv oder negativ ist oder ob man es überhaupt bewerten will. Ich würde jetzt sagen, dass ich in dem Sinne nicht drunter leide mehr. ... Also ich würde – wobei ich da jetzt überhaupt keine Veranlassung sehe – aber sollte ich mich jemals mit meiner Frau trennen, würde ich alles in Bewegung setzen, um so einen Kleinkrieg zwischen ehemaligen Ehepartnern zu verhindern. Und nun weiß ich ja auch, wie das schlimmstenfalls ausgehen kann, aber ich würde halt auch versuchen, diesen Punkt nicht zu übersehen und es halt irgendwie besser zu machen ...

U: Also das war eine enorme Lektion sozusagen.

M: Auf jeden Fall. Auf jeden Fall. Ich sehe mich selbst als sehr emotionalen Menschen und muss bei manchen Sachen auch mal sehen: Versuche erst mal, dich runter zu fahren und versuche das mal, von der intellektuellen Seite, von oben aus dir anzugucken, wie ist denn das wirklich so?

Dass man das auch immer wieder versucht bei Konflikten. Dass man sich nicht zu sehr in eine Sache verrennt, so emotional die auch ist und so sehr ich mich auch über Sachen aufregen kann im Moment. Dass man immer

noch versucht, bevor alles den Bach runter geht, zu sagen: Jetzt mach mal kurz Halt vor dem Abgrund und versuch mal, deine Meinung noch zu überdenken, so schwer es dir auch fällt. Ist das denn wirklich alles genau so schlimm und schlecht von dem anderen, wie du es siehst? Ist denn deine Meinung jetzt wirklich so absolutistisch richtig und unhinterfragbar, wie sie dir in dem Moment gerade vorkommt? Versuch mal, die emotionale Seite raus zu nehmen, kann man das intellektuell irgendwie auflösen?

...

U: Ist meine Wirklichkeit wirklich die einzig richtige?

M: Gibt es die einzige Wahrheit, die es nie gibt, hast du sie jetzt und hast du die Weisheit gerade gepachtet? Natürlich versuche ich auch, mit meinen Kindern so herzlich wie möglich umzugehen.

U: Wo sehen Sie da den Bezug zu Ihrer früheren Erfahrung, wenn Sie sagen: Wenn ich sozusagen ganz verrannt bin in eine Sichtweise, versuche ich noch mal, mich herauszuziehen und noch mal zu relativieren, ob es nicht auch noch einen anderen Standpunkt gibt oder so.

M: Ja, das ist ganz klar der Fehler meiner Mutter gewesen, dass sie das halt nicht gemacht hat trotz zweier für mich ja absolut prägnanten Versuchen von mir, die ja fast 10 Jahre auseinander gelegen haben, mit 20, jetzt bin ich 35, oder 15 Jahre auseinander gelegen haben. Auch von der Seite des Kindes, für das sie ja eigentlich immer nur das Beste gewollt hat und wir haben ja auch, als Mutter-Kind-Beziehung, eine sehr gute Beziehung gehabt.

(34) Sieht Martin „Spuren“ infolge des früher geringen Kontakts zum Vater nach der elterlichen Trennung?

M: Dafür war es, glaube ich, einfach zu selten. Es war schon immer, ich würde schon sagen, eine positive Verbindung ....

U: Es gibt kein Verlustgefühl eigentlich?

M: Nee, das habe ich auch mal überlegt, aber ich glaube, dafür war es einfach zu früh. Das ist so, wie wenn man einem Blinden sagt: Das ist doch total bekloppt, dass du nicht sehen kannst. Er hat es ja nie kennen gelernt, woher sollte er also wissen, was Sehen ist? Nein, ich glaube nicht. Also intellektuell kann ich jetzt auch sagen: Schade, wer weiß, was aus mir geworden wäre, wenn ich gewisse Erfahrungen auch noch mitgenommen hätte. ...

U: Ein Gedanke?

M: Ja, es ist nicht wirklich ein emotionaler Verlust, den ich jetzt sozusagen auch noch meiner Mutter übel nehme. Es ist halt so gewesen und ich lebe gut damit.

## **Generelle Empfehlungen für Kinder nach elterlicher Trennung**

(35) Martin sieht folgende Empfehlungen auf der Basis seiner Erfahrungen:

M: Ja, es deckt sich im Wesentlichen schon mit dem, was ich vorhin gesagt habe. Also ich denke, es ist ganz wichtig, so weit es ...möglich ist, dass den Kindern einfach der Freiraum gelassen wird, Beziehungen zu beiden Eltern aufzubauen. ... Aber was auf keinen Fall passieren darf, ist

halt... dass der eine dem anderen den Kontakt verbietet oder auch nur versucht, in gewisser Weise Einfluss darauf zu nehmen.

U: Den anderen schlecht zu machen?

M: Ja, das sind sozusagen zwei Ebenen. Also zum einen sollte das Besuchsrecht so gebaut sein, dass es Kindern ... ermöglicht wird, immer jeden zu besuchen, wann sie wollen, soweit es denn praktikabel ist ... Es muss möglich sein, auch im ganz kleinen Alter, dass die Kinder einfach ihre eigenen Beziehungen aufbauen, völlig ungestört von irgendwelchen Gerichtsbeschlüssen oder das muss jetzt aber so und so funktionieren. Und natürlich ganz wichtig ist auch, das ist aber mehr oder weniger eine staatliche Geschichte, dass sowohl der Vater als auch die Mutter das so unbeeinflusst wie möglich lassen. Natürlich wird's schwierig, wenn, ganz übertrieben gesagt, der Vater anfängt, die 5-Jährige mit in Gewaltfilme ins Kino zu schleppen oder so, das ist ganz klar, aber dafür gibt es ja, glaube ich, sowieso genug gesetzliche Regelungen. Dann muss man sich einschneidend Gedanken zu machen, das geht nicht. Aber alles andere soll so frei wie möglich sein. Und ich finde genauso, dass die Kinder, sobald sie das dann erfassen können, auch das Recht haben zu sagen: Dieses Wochenende will ich nicht, das aus dem und dem Grund, und dann muss das auch akzeptiert werden. Das ist natürlich schwer dann zu trennen, wie weit wird das indoktriniert von der Mutter oder von dem Vater, wenn das andersrum gemacht wird.

U: Außerdem hat man dann als Kind wieder die Entscheidungslast?

M: Das stimmt. Ja. ... Insofern wäre es vielleicht gar nicht schlecht, wenn ein Mindestmaß an Kontakt einfach festgeschrieben gibt, was von keiner Seite zu beeinflussen ist. Das heißt, dass es einen Grundsockel gibt, wo auch keiner, ausgenommen diese Extremfälle mit Kindesentzug, wo keiner einen Einfluss drauf hat. Weil dann ist das einfach nicht verhandelbar. Das ist der Mindestsatz und wenn es nicht irgendwelche Gründe aus Krankheit gibt, wird das gemacht, fertig aus, kann keiner was von außen beeinflussen, dann haben die Kinder ja quasi einen Freiraum.

...

M: Ja, ... ich bin kein Jurist, aber ich glaube, dass man das perfekt nicht lösen können. Aber der beste Ansatz ist vielleicht so ein Kinderpsychologe oder ein Betreuer, der dem Kind zur Seite gestellt wird und der quasi auch aus dieser Burg dieser Gesamtfamilienbeziehung einen Ausbruch ermöglicht, wo man sich dann regelmäßig mal aussprechen kann oder der vielleicht auch Konflikte auflösen kann und zumindest etwas positiv beisteuern kann.

## Abschluss und Feedback

(36) M: Also es nicht immer ganz so leicht, sich so an ganz frühe Zeiten zurück zu erinnern, das darf man nie als 100 % ig nehmen. Aber ich nehme mal für mich in Anspruch, dass ich da halt irgendwie auch keine Schwierigkeiten habe, über irgendwelche Punkte noch zu reden, von daher empfand ich jetzt nichts als unangenehm oder ...

...

U: So, wie wir jetzt vorgegangen sind, war das für Sie in Ordnung?

M: Ja, absolut.



(37) Ergänzung per Mail:

Zwei Sachen sind mir noch besonders wichtig, falls mal ein Entscheidungsträger (Richter, Gutachter, Angestellter in einem Jugendamt) Sie fragen sollte, was Scheidungskindern denn in einer Trennungs- oder Konfliktphase der Eltern wirklich helfen könnte. Dies sind meiner Ansicht nach

1. Ein Kindesanwalt, der sich ggf. längere Zeit um die Kinder kümmert, sich so oft wie möglich ohne Anwesenheit der Eltern mit den Kinder trifft und nach ihren wirklichen Wünschen und Anliegen forscht
2. Ein gesetzlich festgeschriebenes Mindestmaß an Besuchzeit des Elternteils, bei dem die Kinder nicht wohnen. Diese Mindestbesuchzeit sollte nicht verhandelbar sein - es sei denn natürlich, dieses Elternteil schlägt seine Kinder oder tun sonstige ungesetzliche Dinge mit Ihnen.

Ansonsten bin ich sehr dankbar, dass Sie dieses Gespräch mit mir geführt haben. Es hat noch mal wieder einige erhellende Erkenntnisse über meine Zeit als Scheidungskind gebracht.

## 6.2.2 Martin: Verallgemeinernde Aussagen

### Das Erleben vor der elterlichen Trennung

➤ Manches Kind hat an die Zeit vor der elterlichen Trennung und die ersten Jahre danach keine konkreten Erinnerungen mehr, weil die damaligen Geschehnisse sich in den ersten Lebensjahren vollzogen. (1); (2)

### Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung

#### Neue Partner des hauptbetreuenden Elternteils und Patchworkfamilie

➤ Ein Kind kann die erneute Heirat der Mutter mit einem ungeliebten Stiefvater (einige Jahre nach der elterlichen Trennung) als Verstoßung aus dem Paradies und Einschluss in einen Käfig voller Enge und Druck empfinden. (12)

➤ Ein Kind (8 Jahre) kann sich durch eine neue Partnerschaft der Mutter mit einem Stiefvater konfrontiert sehen, zu dem es anhaltend keinerlei Sympathie empfindet. *Wäre ich dem im Alltag mal begegnet, hätte ich meilenweit Abstand genommen. Das wäre nie ein Mensch gewesen, mit dem ich irgendeinen Kontakt hab.* (9)

➤ Ein Kind kann seitens der Mutter und des Stiefvaters eine implizite Erwartungshaltung spüren, diesen in einer Vaterrolle zu akzeptieren und ihn auch entsprechend anzureden, gleichzeitig jedoch im eigenen Erleben eher distanzierte Gefühle haben. *Ja, weil es war auch von vornherein klar, meine Mutter wollte: Das ist jetzt euer Vati. Hat auch immer gesagt: Ihr müsst nicht, so nach dem Motto, aber er hätte es gerne, wenn ihr Vati sagt.* (9)

➤ Es ist möglich, dass ein Kind sich in Bezug auf den Stiefvater impliziten Erwartungen an körperliche Nähe ausgesetzt sieht, die es mit zunehmendem Alter als inneren Druck spürt. *Es wurde immer gewünscht, vor dem Zubettgehen musste der Stiefvater geküsst werden. So Gute-Nacht-Kuss. ... Es war ganz klar, ich krieg das Wort nicht weg, Vergewaltigung ist zu viel gesagt, aber es ging in die Richtung. Es wurde ein körperlicher Druck ausgeübt.* (13)

➤ Obgleich es niemals zu konkretem Schlagen gekommen ist, kann ein Kind gegenüber dem Stiefvater ein Gefühl der Bedrohung erleben und zu diesem eine emotional distanzierte Haltung bewahren. *Also es ist bis auf einmal, was wirklich harmlos war, wo er mich mal so gestupst hat, nie Gewalt vorgekommen. Aber ich hatte als Kind immer latent das Gefühl, ich hatte immer den Eindruck, der muss sich beherrschen, sonst haut der dir gleich eine dermaßen runter, dass du nicht mehr weißt, wo du bist.* (9)

➤ Die vollständige Übernahme der mütterlichen Ablehnung des Vaters durch den später hinzukommenden Stiefvater kann für ein Kind das Gefühl verstärken, sich gegen die damit verbundenen suggestiven Einflüsse letztlich nicht abgrenzen zu können. (9)

➤ Insbesondere wenn eine emotional eher gespannte Beziehung zwischen einem Trennungskind und seinem Stiefvater besteht, kann die Mutter in die Position kommen, zwischen beiden Seiten zu vermitteln. (10)

### **Familiäre und außerfamiliäre Bezugspersonen des Kindes**

➤ Manches Trennungskind hat innerhalb seiner – auch erweiterten – Familie keinerlei Vertrauensperson, um über persönliche oder familiäre Themen zu sprechen. *Wenn Sie mich jetzt nach einer erwachsenen Vertrauensperson fragen, mit der ich über meinen Vater reden konnte, die gab's glaube ich nie.* (14)

### **Der Kontakt mit dem nicht hauptbetreuenden Elternteil**

➤ Erfolgt die elterliche Trennung in den ersten Lebensjahren eines Kindes, ist es möglich, dass der Umgangskontakt durch mangelndes Vertrauen der Mutter in die väterliche Betreuungsverantwortung gegenüber einem Kleinkind sehr erschwert wird. (2)

➤ Parallel zur ablehnenden Haltung der Mutter gegenüber einem umfangreichen Umgang des Vaters kann es über Jahre hinweg zu einer Reduzierung von Kontaktfrequenz und –dauer kommen, bis ein Kind sodann mit 14 Jahren erklärt, weitere Besuche nicht mehr zu wollen, obwohl es sich insgesamt bei dem Vater recht wohl gefühlt hat und außer einer Magenverstimmung keine negativen Erlebnisse mit ihm assoziiert. (2) – (4)

➤ Ein Kind kann sich im Anschluss an Besuche bei dem Vater einer gleichsam inquisitorischen Befragung durch die Mutter ausgesetzt sehen. *Das ist eine der Erinnerungen, die ich noch sehr deutlich habe, jedes Mal, sobald wir nach Hause kamen, ging's los: Was hat er getan und was hat gesagt, was habt ihr gesagt und was haben die Verwandten gemacht.* (5) (16)

- Obwohl ein Kind sich bei Besuchskontakten mit dem Vater wohl fühlt und sich über Unternehmungen mit diesem freut, kann es durch intensive und suggestiv auf Ablehnung des Vaters abzielende spätere Befragung durch die Mutter dazu neigen, schöne Erfahrungen mit dem Vater zu verschweigen oder diese nachträglich in Negative umzubewerten. *Aber es ist schon eine Art der Beeinflussung auf unterbewusster Ebene, der man sich, würde ich jetzt sagen, im Kind in dem Alter überhaupt nicht entziehen kann. Also, da ist man einfach chancenlos.* (7) (16)
- Durch suggestive Beeinflussung durch die Mutter, unterstützt vom Stiefvater, kann sich ein Kind zu Verhaltensweisen gedrängt fühlen, die sich gegen den Vater bzw. dessen Familie richten, die es letztlich nicht versteht und die niemals aus seinem eigenem Erleben heraus entstanden wären (Zurückweisung der Einladung zur Goldenen Hochzeit der Großeltern vtl.). (8)
- Eine Mutter kann einem Kind explizit erklären, es könne gerne zum Vater gehen, auf der impliziten Ebene jedoch signalisieren, dass sie sowohl der Person des Vaters als auch Besuchen bei diesem ablehnend gegenüber steht. *Ihr dürft ja gern zu ihm gehen und ihr müsst nicht sagen, er ist doof, oder irgendwie so was in der Richtung. Aber alles, was unterschwellig rüberkam, war dem absolut konträr. Das war dem absolut entgegengesetzt.* (5)
- Es ist möglich, dass ein Kind vor den von der Mutter und dem Stiefvater abgelehnten Besuchen bei dem Vater eine massive atmosphärische Eintrübung im mütterlichen Haushalt empfindet und „grauenvolle“ Nächte erlebt. *Soweit ich das entsinne, war die Stimmung unter meiner Mutter und meinem Stiefvater absolut schlecht an dem Tag vorher. ... Es war irgendwie wie eine Gewitterwolke, die über der Wohnung schwebte. Morgen kommt der Vater und holt euch ab.* (6)

### **Kontakt des Kindes mit professionell beteiligten Personen**

- Ein Trennungskind kann den Kontakt mit einer gerichtspsychologischen Sachverständigen oder dem Richter im Rahmen eines familiengerichtlichen Verfahrens als sehr positiv empfinden. Zum einen, weil man sich als Kind gehört gefühlt hat, zum anderen, weil keine der extremen Positionen der Eltern durch das Gutachten gestützt wurde (gegenseitige Pathologisierungen bzw. Versuche der Mutter, die Besuchskontakte gänzlich auszusetzen). (14); (21)

### **Allgemeine Bewältigungsstrategien sowie Kraftquellen des Kindes**

- Gute Beziehungen zu Freunden können für ein Trennungskind ein emotional tragender Faktor sein. (14)
- Das intensive Lesen eines Trennungskindes, die Beschäftigung mit Sport und Musik können wesentliche Kraftquellen darstellen, um innere Belastungen zu mindern. (15)
- Eine als positiv empfundene schulische Situation sowie die Teilnahme an Jugendfahrten der Kirchengemeinde, insgesamt frühzeitig Reisen oh-

ne Eltern können für ein Trennungskind haltgebend sein. (15)

➤ Ein Trennungskind kann sich über Jahre hinweg zunehmend in eine emotionale Distanzierung zum Vater hinein entwickeln und schließlich ab 14 Jahre den Kontakt zu ihm über 6 Jahre vollständig abbrechen, obwohl mit der Person des Vaters keine eigenen negativen Erfahrungen gemacht worden sind. Dies kann auf folgende Faktoren zurück geführt werden:

- aus innerer Verbundenheit mit der Mutter wird deren Meinung gefolgt bzw. diese nach außen vertreten, obwohl sie nicht dem eigenen Erleben entspricht;

- das Kind will sich nach jahrelangen, auch gerichtlich ausgetragenen elterlichen Konflikten vor weiteren Belastungen schützen;

- das Kind will sich im mütterlichen Umfeld vor inquisitorischen Befragungen oder atmosphärischen Belastungen schützen, die über Jahre hinweg vor bzw. nach den Kontakten mit dem Vater aufgetreten sind;

- das ältere Kind in der Pubertät will von dem Vater einfordern und schließlich erzwingen, dass dieser die Ablehnung von Besuchskontakten als eigene Meinung seines Kindes akzeptiert und nicht lediglich als Ergebnis mütterlicher Beeinflussung. (20)

➤ Ein Kind kann in gerichtlichen Anhörungen eine Meinung vertreten (z. B. keine Kontakte mehr mit dem Vater haben zu wollen), die eher aus Loyalität mit der hauptbetreuenden Mutter geäußert wird und in einem gewissen Widerspruch zu dem eigenen Erleben stehen kann. *Ja, weil es war ja klar von meiner Mutter, auch wenn sie es vielleicht nicht verbal so 1:1 artikuliert hat, dass wir vor Gericht sagen mussten, wir wollen unseren Vater nicht mehr sehen. Und wir haben das dann quasi aus Gefallen auch getan. ... Es war mir schon klar, dass das, was ich da sage, nicht Hundertprozentig der Wahrheit entspricht. Ich glaube, es war so eine Güterabwägung. Also es war mir wichtiger, meine Mutter nicht zu enttäuschen als meinen Vater.* (20)

### **Spezielle Entwicklungen im Verlauf von Pubertät und Adoleszenz**

➤ Vor dem Hintergrund einer seit jeher bestehenden ablehnenden Haltung der Mutter gegenüber dem Vater und Besuchen des Sohnes bei diesem kann es zu einer dann auch vom Trennungskind gewünschten vollständigen Kontaktpause im Alter von 14 bis 20 Jahren kommen. (19)

➤ Mit 14 Jahren kann ein Trennungskind (m) von sich aus entscheiden, keine Kontakte mehr mit dem Vater haben zu wollen, obwohl mit ihm als Person keine negativen Erfahrungen gemacht worden sind. Im Hintergrund kann einerseits der Wunsch stehen, sich als Kind vor weiteren, auch gerichtlich geführten Auseinandersetzungen der Eltern zu schützen und sich zukünftig keinen Befragungen seitens der Mutter mehr auszusetzen, und andererseits eine Art Botschaft an den Vater, nun endlich die entsprechende, seit längerem geäußerte Meinung des Sohnes als dessen eigene Überzeugung ernst zu nehmen. *Jetzt will ich keine Besuche mehr,*

*ich will nicht mehr darüber reden, ich will nicht mehr mit meiner Mutter oder von meiner Mutter damit beplätschert werden, ich will erst mal gar nichts mehr, ich mache jetzt einen radikalen Schnitt, keine Besuche mehr. ... Ich weiß schon, dass ich auch noch mal so gedacht habe, er muss doch auch mal verstehen, dass wir unseren eigenen Willen haben. (18)*

➤ Mit 18 Jahren kann ein Trennungskind entscheiden, den Namen seines Stiefvaters anzunehmen, nachdem über vier Jahre von Seiten des Kindes kein Kontakt mehr zu dem Vater gesucht wurde – obwohl mit diesem als Person keine negativen Erfahrungen gemacht worden sind und der Schritt der Namensänderung in späteren Jahren vom Trennungskind selbst nicht mehr nachvollzogen werden kann. (18)

### **Das damalige Lebensgefühl (ggf. als Bild, Gedicht, Analogie usw.)**

➤ Ein Trennungskind kann sein damaliges Lebensgefühl wie ein Dickicht beschreiben, in welchem es versucht, sich mit einer Machete einen Weg zu bahnen, der jedoch immer wieder zuwächst, in dem Wunsch, sich auf einen Berg durchzukämpfen, um in freier Sicht auf die eigene (Familien-) Situation schauen zu können. (12)

### **Die weitere Entwicklung der Beziehung zum nicht hauptbetreuenden Vater**

➤ Nachdem ein Trennungskind mit 14 Jahren den Kontakt zu seinem Vater und dessen Familie für sechs Jahre abgebrochen hat, kann es als Erwachsener als Bereicherung erlebt werden, aus eigener Entscheidung heraus wieder den Kontakt aufzunehmen und gleichsam den Familienteil erneut für sich zu entdecken und wieder dazu zu gewinnen. (28)

➤ Nach 6-jähriger Kontaktpause kann für ein Trennungskind mit 20 Jahren die Tatsache direkter Unterhaltszahlungen durch den Vater im Rahmen des Studiums der Anlass sein – teils auch mit Schuldgefühlen behaftet – die bisherige Familien- und Beziehungsgeschichte zu reflektieren und aus eigener Entscheidung heraus einen Neubeginn zu versuchen. *Mensch, also das kann ja irgendwie nicht angehen. Du kriegst jetzt Geld von deinem Vater, das ist zwar gesetzlich und so alles geregelt, aber es kann doch nicht sein, dass du da irgendwas kriegst und nicht mal Danke sagst. ... Und da kamen bestimmt auch Schuldgefühle auf zu sagen: Gibt's denn überhaupt einen Grund, keinen Kontakt zu haben? Er ist nun mal dein Vater, da beißt die Maus keinen Faden ab. Dann ging das bestimmt auch in die Richtung: zurückerinnern, wie war denn das eigentlich früher? (29)*

➤ Auch nach 6-jähriger Kontaktunterbrechung zum Vater kann es einem erwachsenen Trennungskind (m) gelingen, trotz aller eher fremden Persönlichkeitsanteile des Vaters zu diesem wieder eine gewisse Nähe und ein gutes Verhältnis aufzubauen. *Aber trotzdem würde ich sagen, so weit man es kann, haben wir wieder ein normales, gutes Verhältnis so*

*und er ist jetzt auch kein Mensch, den ich als engsten Freund ansehe.*  
(30)

## **Die weitere Entwicklung der Beziehung zur hauptbetreuenden Mutter**

- Es ist möglich, dass ein erwachsenes Trennungskind die Mutter später mit folgender Frage konfrontiert: *Wie hast du das für dich begründet, deine beiden Kinder, also mich und meine Schwester, bis zum Erwachsenenalter quasi komplett dem Vater zu entziehen?* Das Kind kann dabei erkennen, dass die Mutter letztlich keine Begründung angeben kann, aus der eine frühere Gefährdung der Kinder in der Obhut des Vaters nachvollziehbar geworden wäre. (22); (31)
- Ein erwachsenes Trennungskind kann davon Abstand nehmen, mit der Mutter wiederholt klärende Gespräche über ihr früheres Verhalten zu führen, welches den Vater und Besuche der Kinder bei ihm ablehnten, und zwar aus der Erkenntnis heraus, dass sich in dieser Hinsicht das Weltbild der Mutter nicht mehr ändern wird und sie auf entsprechende Konfrontation mit Abwehr und Belastung reagiert. (22); (23); (31)
- Obgleich das damalige Verhalten der Mutter (Ablehnung gegenüber dem Vater und Kontakten mit ihm) in der Rückschau als schädlich und belastend bewertet wird, kann ein erwachsenes Trennungskind dieses gleichwohl als nachvollziehbar empfinden in dem Sinne, dass der Mutter aus ihrer eigenen Biografie heraus eine andere Weltsicht und emotionale Bewertung damals nicht möglich gewesen ist. (24)

## **Was war oder wäre früher für mich als Kind gut gewesen?**

- Rückschauend kann ein erwachsenes Trennungskind (m) zu der Überzeugung kommen, dass ihm damals eine professionell ausgebildete Vertrauensperson außerhalb der Familie eine hilfreiche Unterstützung hätte sein können. Allerdings können Zweifel bestehen, ob die hauptbetreuende Mutter damals eine solche Maßnahme überhaupt unterstützt hätte. (14); (32)
- Rückschauend kann es ein erwachsenes Trennungskind (m) als hilfreich empfinden, dass mit 14 Jahren über 6 Jahre hinweg der Kontakt zum Vater abgebrochen ist, um Raum zu finden für die Entwicklung einer eigenen Position im Familiensystem aus einem gewissen Abstand heraus. *Also, ich würde mal im Nachhinein sagen, es war gut, dann diese Zeit genutzt zu haben, um das Thema erst mal ruhen zu lassen. Das ist dann ja auch wieder hochgekommen und hat meine Meinung zu einem positiven Ergebnis geführt. Dass ich gedacht hab: Jetzt gehe ich mal von meinem Standpunkt aus und versuch mal, die Meinung meiner Mutter komplett aus diesem Komplex rauszunehmen, überzeuge dich doch mal selbst, was ist denn eigentlich an der Geschichte dran.* (25)

➤ Gegenüber dem damals umgangsberechtigten Vater kann ein erwachsenes Trennungskind rückblickend den Wunsch formulieren, dass dieser nach jahrelanger ablehnender Haltung der Mutter und zunehmendem Widerstand des Kindes gegenüber der Umgangsregelung etwas frühzeitiger akzeptiert hätte, dass sein Sohn im Rahmen der familiären Konfliktdynamik keine anderen Bewertungs- und Handlungsmöglichkeiten zur Verfügung hatte, als sich schließlich aus dem Kontakt zum Vater zurück zu ziehen. *So, die sind zwar noch nicht volljährig, aber sie sind so weit in der Lage, eigene Entscheidungen zu fällen, auch wenn sie natürlich nicht frei sind von der Indoktrination der Mutter und dem Druck der Mutter, aber ich gestehe ihnen jetzt einfach mal zu, dass sie in dieser Situation nicht anders handeln können.* (27)

### **Das Verhalten der Eltern aus der Sicht des erwachsenen Trennungskindes**

➤ In der Rückschau kann ein erwachsenes Trennungskind (m) der Überzeugung sein, dass die damalige stetige Reduzierung der Besuchskontakte zum Vater und sodann der vollständige Abbruch der Kontakte ab 14 Jahren zu einem großen Teil auf die über Jahre bestehende ablehnende Haltung der Mutter und des Stiefvaters zurück zu führen ist. *Also ich bin mir ganz sicher, dass das so aus freiem Willen nie abgelaufen wäre, niemals.* (20)

➤ Es ist möglich, dass es ein erwachsenes Trennungskind (m) in der Rückschau als Bewältigungsleistung würdigen kann, dass der Vater sich auch nach jahrelangen Auseinandersetzungen um die Umgangsregelung und letztlich 6-jähriger Kontaktpause, beginnend mit dem 14. Lebensjahr seines Sohnes, nicht von diesem auf Dauer abgewandt, sondern sich für einen Neubeginn geöffnet hat. *Und ich kann mir schon vorstellen, dass es Charaktere gibt, die dann einfach sagen: Ich bin so gekränkt oder so gebrochen oder wurde so missbraucht von meiner ehemaligen Frau und meine Kinder haben sich nicht rechtzeitig dagegen gewehrt, dass ich jetzt auch mit denen nichts mehr zu tun haben will. Und so extrem war er zum Glück dann nicht. Also, das finde ich, ist auch eine Leistung.* (25)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (m) kann es in der Rückschau als ungünstigstes Verhalten der Mutter bezeichnen, dass es dieser nicht gelungen ist, ihre eigenen Emotionen in Bezug auf ihren ehemaligen Partner und die daraus resultierenden eigenen Distanzierungswünsche zu trennen von der Vater-Kind-Beziehung und den Bedürfnissen des Kindes. Dabei kann es als besonders kritisch erlebt werden, dass die Mutter damals intellektuell die Voraussetzungen gehabt hätte zu reflektieren, dass ihre gleichsam monopolisierte Auslegung des Kindeswohls aus der Projektion ihrer eigenen Erfahrungen, Bewertungen und Bedürfnisse auf die scheinbaren Interessen der Kinder resultiert. (26)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann zu der Überzeugung gelangen, dass die Lebensgeschichte beider Eltern bis in die Gegenwart von deren

Trennung in belastender Weise gekennzeichnet ist und diese letztlich auf beiden Seiten emotional nicht vollständig bewältigt wurde. (24); (30); (31)

### **Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung?**

➤ Eine über Jahre anhaltendes Konfliktgeschehen zwischen den Eltern, in welches das Kind unmittelbar einbezogen wird, kann besonders prägend für sein Erleben sein, wenn es altersbedingt keine Erinnerungen mehr an das Leben der Familie vor der elterlichen Trennung hat und es gleichsam in das Konfliktgeschehen „hineingewachsen“ ist. *Das hat ja quasi bei Null angefangen. Man kannte ja quasi gar nichts anderes als diese Verhaltensweisen, als diese Schuldzuweisung, als diese Art, wie die miteinander umgegangen, ist ja schon zu freundlich gesagt, sie sich bekriegt haben.* (25)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind, welches in seiner Kindheit ein anhaltendes Konfliktfeld zwischen den Eltern erlebt hat, kann sich fest vornehmen, um Falle einer eigenen partnerschaftlichen Trennung zu versuchen, diese weniger konfliktträchtig zu gestalten. *Sollte ich mich jemals mit meiner Frau trennen, würde ich alles in Bewegung setzen, um so einen Kleinkrieg zwischen ehemaligen Ehepartnern zu verhindern. Und nun weiß ich ja auch, wie das schlimmstenfalls ausgehen kann.* (33)

➤ Es ist möglich, dass sich ein erwachsenes Trennungskind selbst fest verspricht, im Falle der Verstrickung in emotional aufgeladene Konflikte jeglicher Art zu versuchen – auch wenn es sehr schwer fallen sollte – sich zumindest zeitweise aus der emotionalen Identifikation zu lösen und die eigenen Wahrnehmungen und Bewertungen kritisch zu hinterfragen und alternative Sichtweisen zu prüfen. *Jetzt mach mal kurz Halt vor dem Abgrund und versuch mal, deine Meinung noch zu überdenken, so schwer es dir auch fällt. Ist das denn wirklich alles genau so schlimm und schlecht von dem anderen, wie du es siehst? Ist denn deine Meinung jetzt wirklich so absolutistisch richtig und unhinterfragbar, wie sie dir in dem Moment gerade vorkommt?* (33)

➤ Wird ein Kind, seitdem es denken kann, in seinem Kontakt zum Vater behindert, wobei dies mit 14 Jahren zu einem 6-jährigen Kontaktabbruch führt, kann dies in der Rückschau zwar gedanklich zu einem Bedauern und der Frage führen, wie die eigene Entwicklung sonst evtl. verlaufen wäre, jedoch nicht verbunden mit einem tatsächlichen Verlustgefühl, weil eine andere Situation niemals erfahren wurde. (33)

### **Allgemeine Aussagen und Empfehlungen für Trennungskinder**

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann die allgemeine Forderung erheben, dass es elterlicher Verantwortung gegenüber Kindern entspricht,



nach der Trennung eigene Emotionen und Bedürfnisse nach Distanzierung gegenüber dem ehemaligen Partner zu trennen von der Beziehungsebene zwischen Eltern und Kind und damit den Gefühlen und Interessen des Kindes. *Und ich will gar nicht verhehlen, dass das bestimmt nicht leicht ist, aber ich finde, da muss man zu in der Lage sein, wenn man Kinder in die Welt setzt.* (26)

➤ Nach jahrelanger ablehnender Haltung der Mutter gegenüber dem Vater und Umgangskontakten mit ihm und letztlich auch Kontaktverweigerung durch das Kind ab dem 14. Lebensjahr sollte ein Vater dessen Stellungnahme als persönliche Willensentscheidung des Kindes akzeptieren und davon Abstand nehmen, dessen Haltung lediglich als fremd gesteuerte Meinung durch Suggestion der Mutter anzusehen. Der Vater sollte erkennen, dass sein Kind unter jahrelang wirkenden entsprechenden Bedingungen nicht anders erleben und handeln kann, als es dieses tut, und gleichzeitig zumindest wesentliche Teile seines Erlebens und Handelns als Teil seiner altersgemäßen Persönlichkeit erleben und vertreten muss. (27)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann es als sehr hilfreich erleben, mit anderen Familienangehörigen über die damalige Trennung der Eltern und das sich über Jahre anschließende Konfliktgeschehen zu sprechen, um für sich selbst das Gesamtbild durch verschiedene Perspektiven zu vervollständigen und in die eigene Biografie integrieren zu können. (28)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann es als sehr wichtig erleben, sich aktiv durch Gespräche mit den Eltern und anderen Familienangehörigen um die Aufklärung und Verarbeitung der familiären Entwicklung nach der elterlichen Trennung zu bemühen, um sich durch Verstrickung in eine konfliktbehaftete Familienbiografie nicht mehr belastet und blockiert zu fühlen. *Weil für mich ist das ja schon eine Sache, die man irgendwie immer mit sich rumträgt. Und für mich empfinde ich das wirklich nicht mehr als Belastung. Weil es ist aufgearbeitete Geschichte, ich lebe wirklich gut damit ... Also das ist für mich zu einem guten Ende gekommen. ... Ich glaube nicht, dass ich so wie meine Mutter bis zu meinem Lebensende so einen Block mit mir rumschleppen muss und das finde ich ganz toll.* (28)

➤ Falls ein Kind nach der elterlichen Trennung Belastungsdruck erfährt und insbesondere stark im elterlichen Konfliktfeld steht, kann es von einem erwachsenen Trennungskind als außerordentlich wichtig angesehen werden, dass dem Kind eine fachlich geschulte Vertrauensperson außerhalb der Familie zur Verfügung gestellt wird, entweder als Kinderpsychologe oder als Kinderanwalt. *Aber der beste Ansatz ist vielleicht so ein Kinderpsychologe oder ein Betreuer, der dem Kind zur Seite gestellt wird und der quasi auch aus dieser Burg dieser Gesamtfamilienbeziehung einen Ausbruch ermöglicht, wo man sich dann regelmäßig mal aussprechen kann oder der vielleicht auch Konflikte auflösen kann und zumindest etwas positiv beisteuern kann.* (35); (37)

➤ Von einem erwachsenen Trennungskind kann die Forderung erhoben werden, dass für jedes Kind verbindlich ein Mindestkontingent an Um-

gangsmöglichkeit mit dem nicht hauptbetreuenden Elternteil festgeschrieben wird, welches außer im Falle der Kindeswohlgefährdung praktisch nicht verhandelbar oder reduzierbar ist. (35); (37)

## Abschluss und Feedback

➤ Das Gespräch über die Trennung der Eltern wurde insgesamt als positiv und erhellend empfunden. (36); (37)

## 6.3 Hella

### 6.3.1 Verdichtungsprotokoll

#### Inhaltsverzeichnis:

Zur Herkunftsfamilie:.....	154
Die Zeit vor der elterlichen Trennung:.....	155
Das Konfliktgeschehen vor der räumlichen Trennung:.....	156
Die erste Zeit nach der räumlichen Trennung .....	160
Veränderungen in der Pubertät:.....	166
Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung? ....	170
Die weitere Entwicklung der Beziehung zur Mutter .....	177
Die weitere Entwicklung der Beziehung zum Vater .....	178
Was wäre früher für mich als Kind gut gewesen? .....	179
Generelle Empfehlungen für Kinder nach elterlicher Trennung.....	180
Gedanken und Gefühle zur elterlichen Trennung in der Rückschau:.....	181
Abschluss und Feedback .....	181

**Kontaktaufnahme:** Hamburger Abendblatt

**Gesprächsort und -datum:** In der Praxis des Autors am 21.03.06

**Gesprächsdauer:** 2:02 Std.

**Zur Person:** Hella ist 24 Jahre alt und studiert Pädagogik. Sie bereitet sich derzeit auf ihre Diplomprüfungen vor.

#### Zur Herkunftsfamilie:

Hella ist mit einer drei Jahre älteren Schwester bei ihren Eltern aufgewachsen. Die Mutter war im öffentlichen Dienst, der Vater als Taxifahrer berufstätig. Mit der Geburt der Kinder hat die Mutter ihre Erwerbstätigkeit unterbrochen, diese dann jedoch nach einer Pause wieder aufgenom-

men, als Hella drei Jahre alt gewesen ist.

### **Die Zeit vor der elterlichen Trennung:**

(1) An das Familienleben vor der Trennung hat Hella ambivalente Erinnerungen:

Ich habe da sehr unterschiedliche Erinnerungen. Als ich klein war, würde ich sagen, habe ich mich schon insgesamt wohl gefühlt. ... Aber so zum Beispiel die Ferien oder wenn wir am Wochenende etwas gemacht haben, also da kann ich sagen, dass es mir gut ging.

(2) Belastungen haben sich für Hella aus den Anforderungen von außen (Kindergarten, Schule), den empfundenen Leistungserwartungen seitens der Mutter sowie aus den innerfamiliären Konflikten ergeben.

Also es gab Zeiten, wo es mir schlecht ging, wenn ich in den Kindergarten musste zum Beispiel. Ich hatte auch immer eine sehr große Schulangst und stand immer unter einem sehr großen Leistungsdruck auch von meiner Mutter. ... . Insgesamt, gerade auch als ich dann etwas älter wurde, herrschten bei uns zu Hause immer sehr starke Spannungen und mein Vater war, ja wie soll ich sagen, sehr cholerisch und die Stimmungen waren sehr wechselhaft. Insofern kann ich nicht sagen, dass es jetzt ungetrübter war. Es war schon so, dass ich immer unter Anspannung stand, weil wir sehr sehr oft Ärger hatten.

(3) Befragt, zwischen welchen Familienmitgliedern besondere Spannungen bestanden:

H: Zwischen den Eltern und auch ganz doll zwischen meiner Schwester und meinem Vater. Und auch zwischen meiner Schwester und meiner Mutter.

U: Gab es Machtkämpfe oder wie könnte man das bezeichnen?

H: Ja, doch, teilweise auch. Also mein Vater hat eben für sich so beansprucht, dass er das Familienoberhaupt ist und dass er der Chef ist.

U: Wurde ihm das auch zugestanden von der Mutter?

H: Eher nicht.

(4) Es hat von Seiten des Vaters aggressive Impulsdurchbrüche gegeben. Hella ist dann für ihn eine bevorzugte Ansprechperson gewesen.

H: Also, wie gesagt, er ist jetzt mir gegenüber weniger explodiert. Ich war dann eher seine Bezugsperson. Also meiner Schwester gegenüber ja, es kam dann auch teilweise dazu, dass er sie verprügelt hat. ... Also meine Schwester hat sich auch gewehrt, muss ich dazu sagen. Es war ja so, dass sie sich angeschrien haben natürlich, dass er teilweise völlig durchgedreht ist, irgendetwas gedroht hat: „Ich schmeiß den Kater aus dem Fenster“ ... Er sagte das nicht speziell jetzt nur gegen meine Schwester, sondern er war dann völlig außer sich und das hat sich dann auf alles bezogen. ... Also ich habe dann versucht, mich natürlich möglichst ruhig zu halten und habe versucht, für keinen Partei zu ergreifen und mein Vater kam dann meistens zu mir, weil er hat dann auch immer eine ganz lange Zeit mit niemandem geredet und dann halt nur mit mir.

(5) Der Vater hat mitunter über ein paar Wochen mit den anderen Familienmitgliedern nicht gesprochen. Dies hat die Familienatmosphäre außerordentlich belastet. Vermittlungsversuche der Mutter haben in der Regel zu keiner wesentlichen Veränderung geführt.

Also wir hatten teilweise Angst, wenn er von der Arbeit nach Hause kam.  
Also ich war dann auch immer richtig angespannt. Wenn er hereinkam, dann wusste man nie, was jetzt als nächstes passiert.

(6) Eine weitere Konfliktschiene war die Beziehung der Geschwister untereinander. Hella um fünf Jahre ältere Schwester fühlte sich in ihrer Beziehung zum Vater zurückgesetzt, wohl auch, weil dieser in Konfliktsituationen eher den Kontakt zu Hella gesucht bzw. gehalten hat. Hella fühlte sich deshalb häufig zu Unrecht von ihrer Schwester angegriffen.

In der Beziehung zu den Eltern hat sich Hella dem Vater emotional näher gefühlt:

H: Ja, ich glaube, dass ich an meinem Vater mehr gehangen habe. Zumindest hatte ich zu ihm eine etwas emotionalere Bindung, würde ich sagen. Meine Mutter war immer relativ streng, relativ kühl. Also wenn ich irgendetwas hatte, dann hat meine Mutter immer gesagt: „Stell dich nicht so an“ oder „Ist nicht so schlimm“. Und mein Vater hat sich immer um mich gekümmert, auch wenn ich krank war.

U: Konnte er Ihnen mehr Wärme entgegenbringen?

H: Ja.

U: Ihnen mehr zeigen, dass er Sie lieb hat?

H: Ja.

U: Das konnte die Mutter nicht so?

H: Nein.

U: Und das konnten Sie auch annehmen dann? Das haben Sie auch gespürt?

H: Doch.

U: So dass Sie sich dem Vater ein bisschen näher gefühlt haben?

H: Ja.

(7) Auch die cholerischen und für die gesamte Familie belastenden Verhaltensweisen des Vaters haben daran nichts geändert:

H: Er hatte zwei Seiten. ... Auch wenn er sich so daneben benommen hat, dann wollte ich einfach nur, dass es wieder in Ordnung kommt. Also ich habe ihm nicht die Schuld gegeben an der Situation, natürlich nicht.

U: Sie wussten, wer er wirklich war?

H: Ja. ...

U: Das hat also ihre Liebe zu ihm nicht wirklich beeinträchtigt, diese starken Konflikte?

H: Nein, nicht wirklich. Später, glaube ich, aber zu dem Zeitpunkt nicht.

### **Das Konfliktgeschehen vor der räumlichen Trennung:**

(8) Hella berichtet, dass die Eltern sich zunächst innerhalb der gemeinsamen Wohnung getrennt haben – Hella war damals ca. 10 Jahre alt. Auslöser sei damals ein gemeinsamer Familienurlaub gewesen. Erst mit

der gerichtlichen Scheidung zwei Jahre später erfolgte auch die räumliche Trennung.

Anlässlich dieses Familienurlaubs seien die Konflikte erneut heftig aufgebrochen. Der Vater sprach nur noch mit Hella, nicht mehr mit den anderen in der Familie. Hella beschreibt ihre damit verbundene komplizierte und belastende Rolle im Familiensystem:

H: Ich war die Vertrauensperson und ich war auch so ein bisschen die Vermittlerin. ... Er hat dann nichts mehr mit uns gemeinsam gemacht, er war immer außen vor. Und ich habe immer versucht, zwischen den beiden Parteien irgendwie zu handeln. ...

U: ... Diese Vermittlerposition, das kann man ja in gewisser Weise so sagen, war das für Sie selbstverständlich, das so zu tun, oder war das auch eine Form der Verantwortung, die auf Ihnen gelastet hat?

H: Nein, es war nicht selbstverständlich, es war eine große Verantwortung. Ich habe mich damit auch sehr unwohl gefühlt. Ich habe ja dann auch wieder die Feindseligkeiten von meiner Schwester zum Beispiel gemerkt, dass ich diejenige bin, mit der er redet, also die Verräterin sozusagen, ... die da nicht zu ihnen gehörte, somit ging es mir dann besser aus ihrer Sicht. ... Also ich wollte alle zusammenhalten. Ich wollte nicht diese Vermittlerin sein und gleichzeitig habe ich aber auch immer diese Verantwortung gefühlt. Ich wollte einfach, dass alle wieder miteinander reden und dabei eben möglichst unauffällig bleiben, damit ich nicht als die Vermittlerin auffalle.

U: Hat Ihnen das jemand richtig aufgetragen oder haben Sie den Job genommen, weil es einer ja tun musste?

H: Also mein Vater hat uns schon ein bisschen ausgespielt, würde ich sagen. Und er hat schon immer ganz systematisch mich genommen. Und ich konnte mich nicht so richtig dagegen wehren, weil ich konnte oder wollte nicht sagen: „Nein, mit dir rede ich jetzt auch nicht mehr.“ Also natürlich habe ich weiterhin mit ihm geredet und musste ich mir dann alles anhören, was er mir erzählte.

...

U: Eigentlich hätte er es zu seiner Frau sagen sollen?

H: Eigentlich ja, wenn er mit ihr geredet hätte. Aber das hat er ja nicht gemacht.

U: Also kann man sagen, da hat er Sie ganz schön rein gezogen in seine Partnerschaftsangelegenheiten?

H: Ja, ich war seine Partnerin eigentlich, seine Freundin, seine Verbündete.

...

U: Und Sie sagten, es war schon eine Verantwortung, die auf Ihnen gelastet hat, nicht wahr? Woran haben Sie das gemerkt, dass das eine Belastung war?

H: Dass ich mich immer schlecht gefühlt habe. Ich habe mich immer bedrückt gefühlt und hatte immer Angst, etwas Falsches zu tun. ... Ich habe mich unwohl gefühlt. Ich wollte einfach, dass dieser Zustand wieder vorbei ist, dass die wieder miteinander reden.

U: Wer hätte eigentlich diesen Job machen müssen?

H: Also eigentlich hätte es diesen Job irgendwie gar nicht geben dürfen, weil mein Vater hätte einfach mit meiner Mutter reden müssen und ihr sagen müssen, was ihm nicht passt, aber das konnte er nicht.

(9) Nach dem erwähnten Urlaub ist Hella von ihrer Mutter in die beabsichtigte Trennung der Eltern eingeweiht worden:

H: Dann hat meine Mutter mich danach so zur Seite genommen und mir gesagt, dass sie sich trennen will. ...

U: Wusste Ihr Vater das da noch nicht?

H: Nein.

U: Da waren Sie schon wieder Geheimnisträgerin.

H: Ja, da war ich wieder Geheimnisträgerin.

U: Hat die Mutter auch gesagt, sage das erst einmal nicht Papa oder so?

H: Kann ich mich nicht daran erinnern. Also ich glaube, sie wusste, dass ich sowieso nichts sage.

U: ... Diese Nachricht, welche Auswirkung hatte das auf Sie? ...

H: An das Gespräch erinnere ich mich noch genau. Also ich weiß, wir waren bei meinen Großeltern und da hat meine Mutter sich auch sehr sicher gefühlt, das waren ihre Bezugspersonen und da hat sie mir das gesagt.

Und ich weiß, dass ich nur „hm“ gesagt habe.

U: Sie haben es zur Kenntnis genommen?

H: Genau.

U: Sie sind gar nicht erschrocken oder ähnliches?

H: Nein. Es hat überhaupt keinen Reaktionsfluss bei mir ausgelöst.

U: Können Sie sich das erklären?

H: Also ich glaube, dass ich das gar nicht so richtig realisiert habe.

(10) Die Eltern haben dann über zwei Jahre in der Wohnung getrennt gelebt. Diese Situation hat zu Konflikteskalationen und damit zu großen Belastungen für Hella geführt.

H: Also mein Vater hat dann im Schlafzimmer gewohnt und wir hatten die übrigen Zimmer. Also ich hatte mein Kinderzimmer, meine Schwester hatte ihr Kinderzimmer. Meine Mutter hatte das Wohnzimmer. Also wir hatten vier Zimmer.

U: Dadurch hatte sich das auch äußerlich manifestiert, dass etwas anders wurde?

H: Ja, das war ganz komisch. Also es war so eine Zeit, wo auch vieles eskaliert ist. Mein Vater ist auch total durchgedreht, denn der konnte das nicht fassen, für ihn war das ein Unding, dass seine Familie jetzt zerbricht und dass er da irgendwie hilflos zusehen muss, dass seine Frau einfach nicht mehr will, also das war für ihn ein Unding. Und es ist dann halt auch immer häufiger zu Handgreiflichkeiten gekommen, dass mein Vater auch auf meine Mutter losgegangen ist und dann hatten wir eben auch einmal die Polizei und die hat ihn dann auch eine Nacht mitgenommen und so. Ich glaube, danach war dann die Zimmertrennung. Ich glaube, das war der Anlass.

...

U: Wissen Sie noch, wie Sie sich gefühlt haben als Kind? Haben Sie das irgendwie miterlebt, dass es da Schlägereien gab?

H: Ja, es war ja immer lautstark. Also das konnte man gar nicht verpassen.

U: Wie hat das auf Sie gewirkt?

H: Bedrohlich. Ich wollte, dass es aufhört.

(11) In dieser Zeit hat sich für Hella das Bild, welches sie von ihrem Vater hatte, verändert. Neben Verantwortungs- und Schuldgefühlen hat sich auch eine gewisse emotionale Distanzierung ergeben.

H: Ich bin misstrauischer geworden ihm gegenüber. Also in dieser Zeit habe ich auch so Abstand von ihm genommen. Also eigentlich wollte ich auch, dass er möglichst schnell aus der Wohnung rausgeht. Ich wollte eigentlich nur, dass er weg ist und ich wollte meine Ruhe haben und fertig.

U: War es so, dass dann doch das Verhalten von seiner Seite so heftig war, dass dies Ihr Bild von ihm, was Sie hatten, verändert hatte?

H: Ja, also er wurde dann auch zunehmend aggressiv mir gegenüber. Also ich war dann auch nicht mehr die Kleine, Liebe, weil das eben auch eine Zeit war, wo ich angefangen habe, einmal etwas dagegen zu sagen. Zum Beispiel hatte er immer so diese Angewohnheit, man durfte keine Tür zumachen, die Türen mussten immer offen sein und ich wollte aber gerne meine Tür zumachen zu meinem Zimmer. Und wenn er das nur gehört hat, wie die Tür zuzuging, dann kam er angerast, hat die Tür aufgerissen und meinte dann: „Na warte“ und so etwas, und Schlüssel schmeißt er weg und so, damit ich mich nicht einschließen kann. Das hat er dann auch gemacht. Und dann habe ich mich irgendwie einmal dagegen aufgelehnt und habe ihn auch einmal angeschrien. Und dann war es halt ganz schlimm.

U: Hat er Sie geschlagen?

H: Nein, er hat mich nie geschlagen.

U: Was lag da für eine Botschaft drin, dass er mit so einer Macht wollte, dass die Türen offen bleiben?

H: Ja, er meinte, wir haben hier nichts zu verbergen und er wollte einfach nicht, dass ich halt für mich bin, das konnte er nicht ertragen. Das ist auch heute noch so. ... Also ich war sowieso immer jemand, der eher, sage ich einmal, introvertiert war und habe mich gern zurückgezogen und auch so oft es ging zurückgezogen. Also es war für mich immer unerträglich, dass die Türen offen sein mussten. Ich wollte sie einfach zuhaben.

U: Haben Sie das als Kontrolle von seiner Seite erlebt?

H: Ja.

...

H: Ja. Also vorher war er irgendwie mein Papa und jetzt kam er mir irgendwie auch so kaputt vor. Also er war auch kaputt, aber so, das hat in mir auch noch einmal mein ganzes Bild irgendwie zerstört. Weil vorher war er auch wirklich derjenige, der irgendwie alles so im Griff hatte und auf einmal war er irgendwie nichts mehr, er gehörte auch nicht mehr dazu.

...

H: Dieses Leiden konnte ich halt irgendwie nicht ertragen. Er hat mir sicherlich auch irgendwo Leid getan. Ich habe mich auch noch schuldig gefühlt.

U: Warum eigentlich?

H: Habe ich jetzt objektiv mit Sicherheit keinen Grund dafür gehabt, aber ich habe mich einfach verantwortlich gefühlt für ihn.

U: Sie wollten, dass es ihm besser geht?

H: Ja.

U: Oder war das auch die Meinung, dass Sie dazu beigetragen haben, dass es ihm so schlecht geht?

H: Ja, das habe ich mit Sicherheit auch gedacht und dass ich immer dafür sorgen muss, dass es ihm einigermaßen gut geht.

(12) Die Beziehung zur Mutter in der damaligen Phase beschreibt Hella wie folgt:

H: Also ich stand schon mehr auf ihrer Seite so, würde ich sagen, das auf jeden Fall. Aber irgendwie so eine großartige Beziehung zu ihr hatte ich irgendwie nicht.

U: Eine Nähe und Wärme hat sich nicht eingestellt?

H: Nein. Also wenn irgendetwas war, dann hat sie auch mit mir geredet. Dann habe ich immer zugehört.

U: Auch so ein bisschen auf einer Ebene, die eigentlich zuviel war für Sie?

H: Ja. ... Also sie hat mir immer dann erzählt, wenn Papa irgendwas gemacht und was sie alles scheiße findet und warum das nicht mehr geht und was schon alles vorgefallen ist und so. Also das hat sie mir erzählt.

U: Eigentlich haben das beide dann gemacht?

H: Ja, in dieser Zeit haben sie natürlich gegeneinander gewettert.

(13) Die damalige Beziehung zur Schwester veränderte sich ebenfalls durch die Familiendynamik:

H: Also ich glaube teilweise, dass wir uns vielleicht sogar ein bisschen näher gekommen sind. Ich glaube, wir haben auch in der Zeit häufiger einmal Sachen zusammen gemacht. Dass wir jetzt so über die Trennung geredet haben, kann ich mich irgendwie nicht erinnern. Also sie hat sicherlich, wenn sie sich dann mit meinem Vater wieder gestritten hat und so, dann hat sie natürlich auch geschrien: „Hoffentlich bist du bald weg“ und so.

U: Es kam so ein bisschen mehr Gemeinsamkeit auf zwischen Ihnen und Ihrer Schwester in diesen zwei Jahren?

H: Ja, es gab auf jeden Fall Momente.

## Die erste Zeit nach der räumlichen Trennung

(14) Der Vater zog sodann in eine eigene Wohnung in einen anderen Stadtteil. Für ihn hat sich bis zum Erwachsenenalter von Hella über längere Zeit keine feste Partnerschaft ergeben.

H: Er hat ganz viel gearbeitet, er hatte auch kein Geld. Er hat ganz viele Überstunden gemacht und eigentlich bestand sein Leben nur aus Arbeit. Seit er in Rente gegangen ist vor ein paar Jahren, ist er viel verreist. Und dann war er erst einmal in Ägypten und in der Türkei und in Thailand. Und dort hat er dann noch eine Frau kennen gelernt.

(15) Die Mutter ist in der Folge Partnerschaften zu zwei verschiedenen Männern eingegangen, aus denen keine weiteren Kinder hervorgingen.

H: Nach so zwei Wochen, nachdem mein Vater ausgezogen war, kam halt der nächste. Und das war der Horror überhaupt. Also das war nicht mein Stiefvater irgendwie, das wäre schon zuviel.

U: Aber sie lebten zusammen?



H: Nicht direkt, also er hatte schon noch seine eigene Wohnung, aber er hat den ganzen Tag bei uns rumgehockt.

U: War das eine längere Beziehung?

H: Vier Jahre.

U: Dann waren Sie 16.

H: Ja, und danach kam dann der Mann, der jetzt mit meiner Mutter verheiratet ist.

(16) In dem Alter zwischen 12 und 16 Jahren war Hella durch die neue Partnerschaft der Mutter mit dem um 30 Jahre älteren Mann großen Belastungen ausgesetzt:

H: Ja, der ganze Mensch war der Horror. Also er war viel, viel älter als meine Mutter, kam aus Spanien, hat dann irgendwo so gebrochen deutsch geredet und hatte keine Ausbildung, also war auch absolut ungebildet. Ja, er war einfach total primitiv, also von seiner ganzen Sprache her, was er gesagt hat, wie er gedacht hat, falls er überhaupt gedacht hat. Er war halt einfach, konnte nichts mit sich anfangen, saß den ganzen Tag vor der Glotze.

...

U: ... Konnten Sie das verstehen, dass sich Ihre Mutter so einen Partner suchte?

H: Nein, überhaupt nicht. Also für mich war das auch kein Partner. Ich meine, sie wusste das eigentlich auch selbst. Sie ist immer demonstrativ zum Tanzen gegangen, als mein Vater ausgezogen war, denn sie konnte das Alleinsein nicht ertragen. Und dann hätte sie, glaube ich, jeden genommen. Und er war es dann halt zufällig.

U: Gab es da auch Spannungen, Gewalt oder anderes? Oder war das nur der Horror, weil das so Mensch war, den Sie nicht akzeptieren konnten?

H: Nein, es gab schon mehrere Gründe. Erst einmal saß er die ganze Zeit vor dem Fernseher, hat alles für sich beschlagnahmt. Also ich hatte im Prinzip nur noch mein Zimmer als Rückzugsmöglichkeit. Er hat immer verbal herumgepöbelt, hat auch meine Schwester angepöbelt und dann immer noch versucht, mich anzugrabschen, ich musste immer Abstand halten.

U: Er war sexuell übergriffig?

H: Ja, also er hat es versucht.

U: Wusste Ihre Mutter davon?

H: Ja. Also später. Ich habe es auch meiner Schwester erzählt und dann hat meine Schwester es meiner Mutter erzählt, wobei sie mir eigentlich versprochen hatte, es nicht zu erzählen. Und dann wusste meine Mutter das auch. Aber sie hat mich nie darauf angesprochen.

U: Und der Mann blieb auch.

H: Ja, klar. Also sie haben sich dann im Verlauf ungefähr 20 Mal getrennt und 20 Mal sind sie wieder zusammengekommen. Und ständig, wenn sie sich gestritten hatten, hat meine Mutter herumgeheult und ich musste mir das immer anhören oder ich habe es mir immer angehört. Sie konnte einfach nicht allein sein.

(17) Insgesamt hat sich Hella von ihrer Mutter nicht ausreichend gegenüber deren Partner geschützt und verteidigt gefühlt:

H: ... Also ich bin dann auch ein paar Mal abgehauen von zu Hause und dann habe ich einmal so ein Gespräch mitbekommen. Da war ich dann wieder zurück und habe an der Tür gelauscht. Und dann weiß ich noch, wie er geschimpft hat: „Deine Tochter, diese kleine Schlampe“ und so. Und meine Mutter hat nichts gesagt. Oder wenn, dann nur „Ja, komm, ist doch nicht so schlimm, was sie gemacht hat“ und so. Also er hat auch versucht, mich dann ganz massiv zu beeinträchtigen. Wenn ich telefoniert habe, dann hat er zum Beispiel einfach den Stecker raus gezogen, weil er meinte, ich würde zu lange telefonieren, ich würde ja auf Kosten meiner Mutter leben hier.

(18) Durch diese Entwicklung wurde die Beziehung von Hella zur Mutter massiv belastet.

H: Ich konnte das nicht akzeptieren. Ich habe mich von ihr auch verraten gefühlt, weil ich erwartet hatte, dass sie mich wenigstens einmal in Schutz nimmt. Und ich weiß noch, wie ich an der Tür stand und so wütend war. Wie ich so eine Wut hatte auf meine Mutter. Und ich meine, ich hatte auf meine Mutter sogar noch mehr Wut und vor allen Dingen war es auch gepaart mit Enttäuschung. Bei dem Typen war es einfach nur Wut. Ich war wirklich so weit, dass ich dachte, irgendwann bringe ich den Kerl um.

U: So tyrannisch hat er sich da aufgespielt?

H: Ja, ich wollte ihn einfach nur loswerden.

(19) Hella war damals weitgehend auf sich alleine gestellt. Versuche, die mütterliche Aufmerksamkeit über „Problemverhalten“ zu erreichen, waren letztlich nicht erfolgreich. In der Schule hatte Hella nach sehr guten Zensuren in den ersten Jahren einen regelrechten Leistungseinbruch.

U: Ist das jetzt zuviel gesagt, dass Sie auch ein bisschen die Achtung vor Ihrer Mutter verloren haben in der Zeit?

H: Das ist nicht zuviel gesagt, habe ich auch. Also erst jetzt hat es sich wieder ein bisschen geändert, aber ich habe lange Zeit danach so schlecht über meine Mutter geredet. Und auch immer gesagt: Wenn ich alt bin und die Frau etwas von mir will, die kann mir gar nichts.

U: So haben Sie sich im Stich gelassen gefühlt?

H: Ja, ich war richtig wütend. Und ich habe sie auch sehr stark provoziert in der Zeit. Weil das auch nie angekommen ist. Ich habe sehr oft Schule geschwänzt, ich habe auch sehr schlechte Leistungen gebracht, fand ich aber eigentlich auch ganz lustig. Und ich habe dann angefangen zu rauchen, dann habe ich ganz viel getrunken und habe gekiffed. Also ich habe eigentlich alles Mögliche gemacht, um vielleicht auch ein bisschen ihre Aufmerksamkeit zu bekommen, dass sie einmal sagt: „Hey, so geht das nicht.“ ...

U: Sie konnten sie nicht erreichen, sie hat nicht reagiert?

H: Nein. Also zumindest hatte es keine Konsequenzen. Sie hat das teilweise nicht einmal gesehen.

U: Sie hat ihre Mutterrolle eigentlich nicht ausgefüllt.

H: Ja.

U: Kann man auch sagen, das war die Zeit, wo Sie sich alleine aufgemacht haben ins Leben?

H: Ja, genau.

...

H: Ich habe mir einfach keine Mühe gegeben. Ich wollte auch schlecht sein, ich wollte nicht gut sein. Und dann bin ich herunter gegangen auf die Realschule, das wollte ich gerne, auf meinen Wunsch. Und da war ich aber auch ziemlich schlecht, weil ich mich da nicht wohl gefühlt habe. Und weil es mir auch in der Zeit sehr schlecht ging.

...

U: Dann mussten Sie damals schon Fähigkeiten ausbilden, alleine durch das Leben zu gehen?

H: Ja. Also selbstständig war ich schon, ich konnte alleine kochen irgendwie, ich habe alles für mich selber besorgt, das war kein Problem.

U: Das war das äußerliche. Und das innerliche war, dass Sie sich selbst tragen mussten?

H: Das habe ich eigentlich nicht so geschafft.

(20) Von der Mutter ging in Bezug auf den Vater und die Kontakte eher eine ablehnende Haltung aus:

H: ... Meine Mutter hat natürlich auch immer versucht, uns gegen ihn aufzuhetzen und wir sollten ihn eben auch möglichst wenig sehen.

U: Wie hat sie das gemacht, dieses Aufhetzen?

H: Sie hat uns immer schlechte Sachen erzählt über ihn, was er früher gemacht hat und wie er sich eben uns gegenüber auch benommen hat.

U: Wie war das für Sie, als Sie diese Geschichten über ihn gehört haben?

H: Also ich wollte es eigentlich nicht mehr hören. Aber ich habe damals nicht so klar gesagt: Jetzt hör auf damit, ich will es nicht mehr hören. Sondern ich bin dann schon immer darauf eingegangen. ... Irgendwie passte es auch. Also ich habe zwar abgewehrt, ich habe ihn auch oft verteidigt, aber irgendwie in meinem Kopf ist schon etwas hängen geblieben. Also ich konnte es nicht ganz verdrängen. Na ja, und dann hat er viel gearbeitet und wir haben uns sehr wenig gesehen in der Zeit.

...

H: Ja, sie hätte nicht dauernd schlecht über ihn reden dürfen und auch nicht mir das Gefühl vermitteln dürfen, dass es besser ist, wenn ich nicht zu ihm gehe.

U: Im Prinzip hing das schon so in der Luft?

H: Ja, klar.

U: Für wen soll es besser sein?

H: Ja, für sie.

U: Sie hat signalisiert: Mir geht es eigentlich besser, wenn du den nicht besuchst? Hatten Sie deshalb auch Schuldgefühle?

H: Ja, ja, wollte sie mir einreden, ich weiß aber nicht, ob ich die so hatte. Ich glaube nicht.

U: Wenn Sie sich jetzt für einen Besuch zum Vater entschieden haben, dann mussten Sie sozusagen auch einen gewissen Widerstand überwinden als Kind?

H: Ja, also ich habe ihr dann immer gesagt, dass ich gar nicht so gerne zu ihm gehe, sondern dass ich es halt eher mache, weil er mir leid tut irgendwie.

U: Um das auch zu rechtfertigen?

H: Ja, genau. Damit konnte sie dann besser umgehen. Und dann hatte ich wieder im Kopf ein schlechtes Gewissen gegenüber dem Vater, was ich halt so über ihn rede irgendwie, als ich ihn dann gesehen habe.

(21) Es wurde ein 14-tägiger Besuchsrhythmus am Wochenende vereinbart, allerdings ohne Übernachtung, da hierfür in der 1-Zimmer-Wohnung des Vaters kein Platz gewesen sei. Letztlich habe es jedoch hinsichtlich der Besuchshäufigkeit keine strenge Vorgabe gegeben. Hella habe den Vater auch zwischendurch sehen können, wenn sie dies gewollt habe. Die Schwester hat sich an den Besuchen nicht mehr beteiligt. Hella hat die Besuche als bedrückend in Erinnerung. Auch durch eine gewisse Schuldzuweisung seitens des Vaters haben sich Belastungen ergeben.

H: Also eigentlich wollte ich ihn ja gar nicht mehr sehen. Und am liebsten wollte ich dadurch, dass ich ihn nicht mehr sehe, einfach auch mit diesen Problemen nichts mehr zu tun haben. Ich wollte einfach nur meine Ruhe haben. ... Und ich wollte ihn auch nicht mehr sehen, weil er irgendwie so kaputt war und es mir auch Leid getan hat. Am liebsten wollte ich das alles vergessen.

U: Das war wie eine Belastung, der Sie ausweichen wollten?

H: Genau. ...

U: Wie war es, wenn Sie mit Ihrem Vater zusammen waren?

H: Komisch. Also es war für mich ganz schlimm, es war für mich total bedrückend. ... Dass ich überhaupt in eine andere Wohnung gehen musste, um ihn zu sehen. Dass er dann da in einer 1-Zimmer-Wohnung gelebt hat und alles so provisorisch. So kaum Möbel, es war alles kaputt irgendwie. Und jedes Mal ist es mir wieder bewusst geworden, dass es kaputt ist. Und das wollte ich eigentlich nicht mehr sehen.

U: Was war kaputt?

H: Ja, die Familie.

U: Und jeder Besuch war eine Konfrontation damit?

H: Ja. Und dann war es natürlich auch so, dass er sich jetzt nicht bemüht hat, mir dort eine schöne Zeit zu machen, sondern er dann rumgejammert hat und erzählt hat, wie schlecht es ihm geht und wie enttäuscht er auch von uns ist.

U: Auch von seinen Kindern?

H: Ja, klar.

U: Was hat ihn denn da enttäuscht bei Ihnen? Hat er Ihnen das gesagt?

H: Ja, dass wir uns so selten melden und dass es unsere Mutter wohl geschafft hat, uns gegen ihn aufzuhetzen. Und dass wir nicht mehr zu ihm halten und dass wir beide gesagt haben, was natürlich für ihn auch sehr enttäuschend war, dass wir bei unserer Mutter bleiben möchten, dass wir da wohnen bleiben möchten. Dass keiner gesagt hat, wir möchten zu ihm.

U: Wollte er das gerne?

H: Ich weiß gar nicht, ob er das unbedingt gerne wollte, aber es war für ihn einfach irgendwie so ein Schlag ins Gesicht, dass es keiner gesagt hat. War er denn so ein schlechter Vater?

U: Hat er Ihnen das vorgeworfen?

H: Ja, klar.

(22) Hella wurde zuvor von einem Familienrichter angehört und hat sich dort für den Verbleib in der Betreuung bei der Mutter und in der vertrauten Wohnung ausgesprochen.

U: Und darauf hat der Vater sich dann später bezogen? Hat Ihnen das vorgeworfen?

H: Genau. Ich habe mich auch ganz schlecht gefühlt, muss ich sagen.

U: Haben Sie sich dann schuldig gefühlt?

H: Ja klar. Ich hatte auch immer das Gefühl, ich muss mich jetzt dafür erklären.

U: Haben Sie dafür eine Erklärung gefunden?

H: Also eigentlich habe ich niemals wirklich überlegt, wohin ich will, weil das für mich irgendwie so klar war, dass ich bei meiner Mutter bleibe. Weil meine Mutter auch ein bisschen dafür gesorgt hat, dass es klar ist. Und ich wollte ja auch nicht mit ausziehen. Also irgendwie wurde das nie thematisiert. Und deswegen hatte ich auch gar nicht so richtig die Wahl.

U: Also der Erhalt der Wohnung hat für Sie als Kind auch eine Rolle gespielt?

H: Ja, ganz doll.

U: Und der Vater hat sie dann bei den Besuchen damit konfrontiert, hat also eigentlich wieder Belastung für Sie hergestellt?

H: Genau. Es war dann jetzt nicht so, dass ich mich freuen konnte ihn zu sehen, sondern es war einfach nur eine Belastung.

(23) Auf die Frage, was Hella sich damals von ihrem Vater in seinem Verhalten anders gewünscht hätte:

H: Dass er dann wenigstens irgendwie versucht, es mir halt besonders schön zu machen. Und dass wir auch einmal über mich reden. Ich meine, gut, er hat dann zwar einmal gefragt und so, aber letztendlich lief das eigentlich nur darauf hinaus, dass er dann mich natürlich gern bestätigt hat in meiner negativen Sicht meiner Mutter gegenüber oder der negativen Sicht dem Freund meiner Mutter gegenüber. Das fand er natürlich gut, das passte ja in sein Bild. Aber es ging mehr um ihn, also es ging nicht so sehr um mich, glaube ich.

U: Das heißt, so richtig frei erzählen konnten Sie auch nicht, weil er das gleich wieder genommen hat, um sich bestätigt zu fühlen, dass die Mutter das jetzt nicht gut gemacht hat.

H: Ja, klar. ... Also ich glaube, ich war auch nie so ganz frei gegenüber meinem Vater, weil er einfach auch nicht frei ist. Ich habe schon überlegt, was ich ihm erzähle. Es ging mir ja auch schlecht unter der Situation zu Hause, dann konnte ich das natürlich auch loswerden. Es hat mir dann vielleicht schon ein bisschen geholfen.

(24) Befragt nach Kraftquellen und Vertrauenspersonen berichtet Hella:

H: Ja, also ich hatte eine sehr gute Freundin, die hat im selben Haus gewohnt, zwei Stockwerke unter uns und unsere Familie war befreundet bzw. sie hat halt mit ihrer Mutter allein gelebt und mit ihrer Schwester. Meine Mutter und ihre Mutter waren befreundet und wir waren auch ganz oft zusammen im Urlaub. Also wir kennen uns halt, seit wir zwei Jahre alt sind. Und bei ihr war ich dann auch oft unten. Das hat mir manchmal Halt gegeben.

U: Mit der konnten Sie über so etwas sprechen?

H: Ja, doch, also auch mit ihrer Mutter.

U: Konnten Sie auch etwas mit sich alleine tun? Dass Sie sich entlasten können oder dass Sie privat halt herstellen konnten oder Rückzug. Gab es da noch etwas, was irgendwie eine Kraftquelle war?

H: Nein, wüsste ich nichts. Nein, also ich glaube auch, wenn ich mir jetzt Fotos anschau oder so, dass ich ziemlich unglücklich war zu der Zeit dann auch. Es ging mir nicht gut.

U: Also es gab wirklich wenig, was Ihnen Tröstung geben konnte.

H: Sehr wenig ja.

(25) Später hat Hella noch eine andere Freundin kennengelernt, die eine wichtige Vertrauensperson gewesen ist.

H: ... Und die hatte auch solche Probleme in ihrer Familie, hat sich nicht wohl gefühlt und wir haben immer ganz viel geredet und alles zusammen gemacht und ich bin auch ganz viel weggegangen zu der Zeit. Ich war da nach Möglichkeit wenig zu Hause.

(26) Die Möglichkeit, die innere Welt im Schreiben auszudrücken, auch im Austausch mit der Freundin, hatte damals für Hella eine stabilisierende Funktion:

H: ... Das ist wahrscheinlich etwas, was ich wirklich für mich gemacht habe in der Zeit, sehr, sehr viel geschrieben. Ganz viel, wie nie wieder so danach ... Ja, also ich habe nur so ein halbes Jahr Tagebuch geschrieben, dann hatte ich keine Lust mehr und ich habe mehr Gedichte geschrieben. Und was ich noch mit meiner besten Freundin gemacht habe, wir haben uns dann so Geschichten ausgedacht und geschrieben immer, gegenseitig nur vorgestellt.

U: So kleine Prosastücke sozusagen?

H: Ja, genau. Die sind auch nie fertig geworden, aber da waren halt immer die verrücktesten Sachen drin.

U: Wozu waren diese Gedichte oder das Schreiben insgesamt hilfreich?

H: Ich konnte einfach Druck ablassen, ich habe mich auch irgendwo dadurch verstanden gefühlt, so dass ich mich ausdrücken konnte. Das hat mir geholfen, als wenn mir jemand zuhören würde.

(27) Hella berichtet, sie habe damals ein Gedicht geschrieben, welches in besonderer Weise ihr damaliges Lebensgefühl ausgedrückt habe:

H: Ja, ich habe damals also ein Gedicht geschrieben und das habe ich noch zu Hause und das hat meine Stimmung ganz gut interpretiert.

U: Können Sie das auswendig?

H: Möchte ich jetzt nicht. Es ist halt sehr persönlich und das habe ich auch niemandem gezeigt und es ist halt so für mich.

U: Mögen Sie sagen, welches Gefühl es besonders ausdrückt?

H: Ja, also es beschäftigt sich halt eben auch mit Suizid.

## **Veränderungen in der Pubertät:**

(28) Das Bild vom Vater hat sich bei Hella in der Folge sehr geändert. Insbesondere hat sie nicht mehr an die früher bestandene Nähe zu ihm anknüpfen können.

H: Nein, da war keine Nähe mehr.

U: Was ist geschehen, damit das so verschüttet werden konnte? Waren das diese zwei Jahre vor der eigentlichen Trennung?

H: Nein, ich glaube, das war nicht der einzige Grund. Ich bin ja auch älter geworden und ich habe viele Sachen einfach auch reflektierter gesehen. Das war auch er als Person.

U: Ist er denn eine andere Person geworden?

H: Er hatte auf jeden Fall sein Leben schlechter im Griff. Vorher war halt so die heile Fassade, die Familie, er wusste, wofür er gearbeitet hat, er war angesehen, es war alles in Ordnung, nach außen jedenfalls. Auf einmal war das halt nicht mehr, er war auch offiziell gebrandmarkt als Geschiedener. Aber ich habe auch einfach Defizite bei ihm irgendwo erkannt und ich hatte auch nicht mehr so diesen Anpassungswillen, den ich als Kind hatte. Als Kind denkt man nicht darüber nach, die Eltern sind einfach die Eltern. Die sind nicht gut oder schlecht, die sind einfach die Eltern. Jetzt habe ich halt schon mehr bewertet im Leben.

...

U: Was hätte er tun können, damit es anders gewesen wäre, damit Sie diese Nähe zu ihm wieder gefunden oder sozusagen aufrechterhalten hätten können? Was hätten Sie von ihm gebraucht? ...

H: Ja, es ist schwierig zu sagen, weil irgendwo ist es halt mein Vater. Man hätte ihn, glaube ich, als Person verändern müssen. Ich glaube, dass er mir das gegeben hat, was er mir geben konnte, und zu mehr, glaube ich, war er nicht in der Lage.

U: Was hätte er lernen müssen?

H: Er hätte lernen müssen, zum Beispiel mit Kritik umzugehen. Ja, er hätte lernen müssen, dass man irgendwie Liebe nicht erzwingen kann, dass man auch etwas dafür tun muss.

U: Zwingen zum Beispiel mit „jeder lässt die Tür auf“?

H: Genau. Vertrauen auch. ... Also er hätte auf jeden Fall nicht immer gegen meine Mutter hetzen dürfen, er hätte mich nicht irgendwie so zwischen den Fronten stehen lassen dürfen ... er hätte mich nicht immer als Vertrauensperson für sein Leben nehmen dürfen. ... Ja, und er hätte einfach mehr auf mich eingehen müssen und er hätte auch einmal meine Interessen in den Vordergrund stellen müssen und mir halt auch einmal eine schöne Zeit einfach bereiten. Und darüber dann versuchen, Liebe und Vertrauen zu gewinnen, nicht durch Druck und Kontrolle und durch Vorwürfe vor allen Dingen.

U: Und das gilt dann auch besonders für die Besuche nach der Trennung? Dass Sie eine schöne Zeit hätten gebrauchen können?

H: Ja, gerade da hätte ich sie gebrauchen können mit einer Vertrauensperson. Aber so war es halt für mich immer nur eine zusätzliche Belastung.

(29) Hella hatte eine Neigung, die Besuche beim Vater zunächst gänzlich einzustellen. Dies hat sie nicht umgesetzt, die Häufigkeit wurde jedoch deutlich geringer als der zuvor beabsichtigte 14-tägige Rhythmus. Diese Situation blieb letztlich unverändert, bis Hella etwa 18 Jahre alt war und von zu Hause ausgezogen ist.

H: Ich wollte einfach nur in Ruhe gelassen werden.

U: Also wenn Sie so gekonnt hätten, wie Sie gewollt hätten, hätten Sie eigentlich den Kontakt damals zu ihm abgebrochen?

H: Ja.

U: Das wäre das Beste für Sie gewesen?

H: Ja, das wollte ich.

U: Aber das konnten Sie nicht sagen?

H: Nein.

...

U: Sie wissen nicht, ob es auch wirklich alle zwei Wochen war?

H: Nein, war nicht alle zwei Wochen, auf keinen Fall.

U: Konnten Sie das selbst bestimmen?

H: Ja, also mich hat keiner gezwungen.

U: Das heißt, Sie mussten sich dann auch durchringen, das zu tun?

H: Ja. ... Ich habe dann immer überlegt, es sind schon wieder so und so viele Tage vergangen, jetzt muss ich wieder einmal hin. Dann habe ich ihn angerufen, ich musste mir natürlich dann immer erst einmal Vorwürfe anhören oder er hat auch einmal angerufen, glaube ich, ich weiß es nicht mehr genau.

...

U: So eine Verpflichtung? Aber es kam von Ihnen heraus kein Wunsch eigentlich?

H: Nein, kein Wunsch.

(30) Zwischenzeitig hat sich eine ca. einjährige Besuchspause ergeben:

H: Ja, wobei wir auch zwischendurch einmal ein Jahr Pause hatten.

U: Von wem ging das aus?

H: Weil wir Streit hatten und er sich nicht gemeldet hat und ich mich auch nicht gemeldet habe.

U: Das war so mit 16, 17?

H: Nein, das war noch früher.

U: Und wodurch kam die Pause wieder in Bewegung?

H: Ich glaube, dass wir uns dann auch einmal wieder getroffen haben oder so. ... Ja, ich glaube, ich war dann auch in der Zeit ganz froh, dass er sich nicht gemeldet hat. Wobei ich auch immer ein schlechtes Gewissen hatte, das war immer im Hinterkopf so. Du musst doch eigentlich einmal wieder den Papa anrufen und so.

(31) Einmal war Hella anlässlich eines auswärtigen Verwandtenbesuches mit dem Vater über einige Tage zusammen. Dort hat sie etwas von dem früheren Gefühl der Nähe wieder finden können.

H: Also wenn man länger mit ihm zusammen war, fühlte sich das besser an, als wenn man kurz mit ihm zusammen war.

U: Aber länger in seiner Wohnung wollten Sie auch nicht sein, weil das nicht so ging, weil das nur ein Zimmer war?

H: Ja.

U: Da hatten Sie gar keinen persönlichen Bereich für sich?

H: Da hätten wir auch nichts machen können. Und noch dazu, es war ja so, dass mein Vater mir immer alles befohlen hat ... ich darf ja nicht einmal irgendwie Zeitung lesen, wenn er das nicht will. Also wenn er meinte, wir müssen uns unterhalten, dann kann ich nicht irgendwie sagen, ich möchte jetzt aber gerne Zeitung lesen. Das geht weniger.

...

U: Und wenn Sie so Verwandte besucht haben, dann war ja Aktivität, das war irgendwie anders, da hat man zusammen etwas unternommen?



H: Ja eben, das war der Unterschied, dass wir dann auch etwas gemeinsam geplant haben und es war nicht einfach nur so rum sitzen. ... Es war auch anstrengend. Also irgendwo hatte es schöne Anteile, aber trotzdem war es schon auch anstrengend. Also es war nicht nur schön.

U: Und das Anstrengende, woran lag das?

H: Ja, an ihm. Also dass er sich halt so benommen hat wie immer, viel vorgeschrieben hat und so. Aber auf der anderen Seite habe ich in dieser Zeit auch wieder so ein bisschen das Gefühl gehabt wie ich es halt früher hatte als kleines Kind, weil er dann auch wieder für mich gesorgt hat, weil er sich um mich gekümmert hat und diese Wärme habe ich ja von meiner Mutter zum Beispiel nicht bekommen.

...

U: Dafür brauchten Sie Zeit mit ihm, nicht wahr?

H: Ja, also das war nicht sofort, weil dann kamen erst einmal die Vorwürfe und das Jammern, wie schlecht es ihm geht und nach einer Zeit kam dann auch so ein bisschen das Vertrauen und ein bisschen mehr.

...

U: Hätten Sie sich auch einmal so richtig gewünscht, eine Woche oder zwei mit dem Vater in den Urlaub zu fahren?

H: Ja, vielleicht wäre das gut gewesen.

U: Aber als Wunsch war das nicht so präsent, das war gar nicht denkbar?

H: Nein, es war nicht denkbar.

U: Und in der Rückschau?

H: In der Rückschau wäre es gut gewesen, doch, ich glaube ja, dass das gut gewesen wäre, weil ich dann wenigstens in dieser Zeit diese Geborgenheit nicht vermisst hätte, weil ich die mit Sicherheit bekommen hätte von meinem Vater, weil er war ja nicht nur anstrengend, sondern er hätte auch die andere Seite zeigen können. Aber das konnten wir in dieser kurzen Zeit eben immer nicht. Das wäre auch für ihn wichtig gewesen.

(32) Hella berichtet, dass die Mutter nach der Trennung negativ über den Vater gesprochen hat. Auch der Vater hat keinen Hehl gemacht, der Mutter ablehnend gegenüber zu stehen. Auf die Frage, ob dies mit Belastungen verbunden gewesen sei, erklärt Hella:

H: Ja, vielleicht diese Geheimhaltung. Weil ich habe denen auch gegenseitig nicht erzählt, was sie über den anderen gesagt haben.

U: Wurden Ihnen da auch Versprechungen abgenommen? Oder war es etwas, was Sie sich selbst auferlegt haben?

...

H: Ich hätte nie denen irgendetwas gesagt, was sie verletzen würde. Und wenn, dann habe ich das erst einmal schön umformuliert, dass es sich wenigstens nett anhört.

U: ... Gab es damals eigentlich etwas, wenn Sie gekonnt hätten, was Sie Ihren Eltern gerne gesagt hätten? ...

H: Also zu meinem Vater hätte ich gerne einmal gesagt: „Lass mich in Ruhe“. Und zu meiner Mutter, da hätte ich gerne einmal gesagt: „Kannst du dir eigentlich vorstellen, wie ich mich fühle? Es geht hier nicht immer nur um dich.“

U: Was für den Vater ja eigentlich auch gepasst hätte, nicht wahr?

H: Ja, aber bei ihm hatte ich halt weniger dieses Empfinden, dass er sich egoistisch verhält, sondern dass er wirklich nicht damit klarkommt.

U: Dass er wirklich leidet?

H: Ja, dass er wirklich nicht anders kann. Und bei meiner Mutter war es halt so, dass sie schon auch hätte sich anders verhalten können, weil bei ihr nicht dieser enorme Leidensdruck war, vielleicht schon, aber auf eine andere Art und Weise.

U: Also beim Vater hatten Sie eher das Gefühl, für den sorgen zu müssen, dass es ihm nicht ganz so schlecht geht?

H: Ja.

U: Und die Mutter hätten Sie lieber geschüttelt und gesagt: „Wach mal auf.“

H: Genau.

U: Und beides haben Sie aber nicht gemacht?

H: Nein, habe ich nicht gemacht. Aber ich erinnere mich jetzt, dass ich meiner Mutter gegenüber teilweise schon sehr aggressiv war. Also wenn ich sie gesehen habe und sie auch wieder geheult hat und so hysterisch war. Dann habe ich manchmal gedacht: „Ach, du blöde Kuh.“

U: Damals oder jetzt vor kurzem?

H: Damals und auch jetzt kann ich das nicht so gut ab irgendwie. Also ich zeige meiner Mutter gegenüber aber nie meine Gefühle so, ich bin immer relativ distanziert.

U: Die ist seitdem ausgefallen als intime Vertrauensperson.

H: Absolut. Also ich habe es dann noch ein paar Mal versucht. Aber wenn ich dann einmal wirklich über Gefühle reden wollte, hat sie die immer abgeblockt.

(33) Mit 16 Jahren hat Hella sich zunehmend verselbstständigt und sich auch emotional von den Belastungen mehr distanzieren können. Das ging einher mit einer ersten Liebesbeziehung.

H: Also mit 14 habe ich gekämpft, da ging es mir richtig schlecht so. Und ich glaube, dann wurde es allmählich besser. So mit 16 weiß ich, da hatte ich dann auch so meinen ersten richtigen Freund und bei dem war ich dann ganz oft, da war ich kaum noch zu Hause. Und dann habe ich eben mit 16 angefangen mit dem sozialen Jahr. Und dadurch war ich auch nicht mehr oft zu Hause, weil ich dann ständig Nachtbereitschaften hatte und so. Und ich habe mich auch dann unabhängig gefühlt... also gedanklich war ich schon unabhängig, es fehlte noch diese räumliche Unabhängigkeit. Es hat mich angekotzt, nach Hause zu gehen, weil ich habe mich da überhaupt nicht mehr wohl gefühlt so.

U: Sie hatten eigentlich keinen Platz mehr da, der passte?

H: Gar nicht, also meine Mutter hat den Haushalt auch nicht auf die Reihe bekommen und ich habe auch vermieden, jemanden zu mir nach Hause kommen zu lassen, also bis auf meine beste Freundin, die das alles konnte irgendwie. Ja, dann mit 18 halt so der Auszug.

## **Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung?**

(34) Auf die Frage, ob nach Hellas Empfinden die frühere Trennung der Eltern ihre Entwicklung insgesamt in einer bestimmten Weise beeinflusst hat, wird berichtet, das sei ihr erst mit ca. 22 Jahren bewusst geworden:

H: Es hat Spuren hinterlassen. Aber das habe ich auch erst Jahre später gemerkt. Es war nicht sofort, als ich ausgezogen bin, da habe ich erst einmal durchgeatmet und musste mich so langsam erholen. Aber ich hatte auch nicht so wirklich Zeit, mich jetzt mit den Sachen zu beschäftigen, weil ich voll in der Ausbildung war und so viel Stress hatte. Ich bin auch eigentlich nicht wirklich die ersten Jahre gut klargekommen. Anfangs hatte ich Probleme bei der Wohnung, dass ich da alles sauber halte und das hat nicht so gut geklappt am Anfang. ... Ich glaube, damals das soziale Jahr hat mir wirklich sehr geholfen. Es ging mir auf einmal wieder viel, viel besser. Weil ich mich um andere Menschen gekümmert habe und ich habe das auch ein bisschen so mit dem Ziel gemacht, dass ich meine Probleme vergessen will. Und dann die Ausbildung habe ich mir mit Sicherheit auch bewusst – oder unbewusst – ausgesucht. Ich wollte mich eben mit anderen Problemen beschäftigen, aber nicht mit meinen eigenen. Also es war erst Jahre später, dass ich wirklich gemerkt habe: Da ist etwas schief gelaufen.

(35) Mit etwa 22 Jahren ist Hella dann in eine schwere Lebenskrise geraten.

H: Ja, es war ganz schlimm. Ich bin da in eine richtig tiefe Krise rein gekommen. Ich hatte das Fachabitur beendet gerade und hatte so drei Monate Zeit bis zu meinem Studienanfang. Das war eigentlich das erste Mal seit Jahren, dass ich wirklich einmal nur mit mir beschäftigt war. Und da bin ich halt in ein ganz großes Loch gefallen.

U: Das waren Depressionen, kann man das sagen?

H: Ja.

U: Haben Sie da für sich Hilfe gesucht?

H: Ja, habe ich. Also es war irgendwann einmal so, dass ich sagte: Nein, es geht nicht mehr. Ich wusste auch nicht, wie ich das mit dem Studium machen soll. Ich wollte es eigentlich nicht antreten, weil ich mich nicht in der Lage gefühlt habe dazu, ich konnte gar nichts mehr machen. Da habe ich beim psychologischen Bereitschaftsdienst angerufen und bin dann zu einem Psychotherapeuten gegangen und habe dann auch ungefähr 9 oder 10 Stunden mit dem gemacht. Aber es hat mir nichts gebracht. Ich kam dann irgendwann an so einen Punkt ..., ich habe mich nicht von ihm verstanden gefühlt, der war mir nicht sympathisch. Und er hatte mir dann auch ein Antidepressivum verschrieben, das habe ich auch genommen, das ist mir aber nicht bekommen. Also ich bin damit nicht klargekommen, weil ich dauernd nur noch eingepennt bin und so träge war, dass ich nichts mehr machen konnte.

(36) Hella hat damals sowohl die Psychotherapie wie auch die medikamentöse Behandlung beendet. Nach einer gewissen Stabilisierung ist ein vertrauensvoller Kontakt zu einer Reiki-Therapeutin entstanden.

H: ... Ich habe mir dann eine Alternative gesucht und ich wusste, dass ich irgendwie Hilfe brauche, weil ich nicht klar kam. Und ich habe überlegt, was mache ich denn bloß? Also zu dem Zeitpunkt war ich, glaube ich, nicht mehr in so einer Akutphase drin wie zu Beginn der Psychotherapie, weil da habe ich es wirklich gebraucht und da war es für mich auch ein kleineres Übel, mit dem Typen da zu reden, als ganz alleine zu sein. Und dann habe ich aber gemerkt: Ich bin jetzt vielleicht auch stark genug, um

mir etwas anderes zu suchen. Und dann habe ich es alternativ mit Reiki versucht und habe dann eine ganz nette Frau gefunden, wo ich dann immer einmal die Woche, manchmal auch alle zwei Wochen zur Behandlung gegangen bin. Ich habe mit ihr aber eigentlich nicht viel geredet. Also, es hat sich hauptsächlich auf die Behandlung beschränkt. Und mit der Zeit ist aber mein Vertrauen gewachsen und dann haben wir irgendwie angefangen zu reden, das haben wir dann verbunden. Und ihr habe ich ganz viel erzählt. ... Ja, ich habe mich dann stabilisiert, aber wie soll ich sagen, es war halt ein langer Weg. ... Also ich muss sagen, mein Leben hat sich auf jeden Fall total verändert. Es kam so Schritt für Schritt, also es ist immer weitergegangen, so in ganz kleinen Schritten auch, dass ich es teilweise gar nicht so gemerkt habe. Ja, mein Leben ist total anders geworden.

U: Wo würden Sie sagen sind die Hauptveränderungen in der Gesamtströmung?

H: Ja, also erst einmal, dass ich wieder ganz viel Spaß am Leben habe.

(37) Hella hat dann für sich erkannt, dass sich schon in vielen Jahren zuvor Krisenhinweise ergeben haben. Letztlich führt sie diese Entwicklung auf Belastungen im Zusammenhang mit der Trennung ihrer Eltern und auf die problematische Familiensituation davor zurück.

H: Ja, ich habe mich dann stabilisiert, aber wie soll ich sagen, es war halt ein langer Weg. Also ich habe dann auch erkannt, dass diese Krise zwar besonders extrem war, aber dass ganz viele Sachen eigentlich schon Jahre vorher so waren, dass es sich gar nicht auf diese Krise beschränkt hat.

U: All die Themen einfach, die darauf gewartet haben.

H: Ja, und dass es auch ganz viele Auslöser gab. Ich habe immer geschluckt, geschluckt, geschluckt und es nie verarbeitet. Und dann kam halt einfach diese Depression. ... Ich habe die ganzen Jahre über keinen Spaß gehabt und ich habe es auch nicht gemerkt. Weil ich dachte, das ist eben so, das ist eben mein Leben, das ist halt nicht so lustig.

U: Wann hat es vielleicht schon angefangen, ohne dass Sie es gemerkt haben? Vielleicht können Sie das in der Rückschau sagen?

H: Also so richtig angefangen die Krisenzeit, würde ich sagen, ab 12. So mit der Trennung.

U: Das heißt, Sie haben über sechs, sieben, acht Jahre eigentlich in einer Krise gelebt?

H: Ja, kann ich sagen. Weil ich weiß, damals, als ich 14 war, ging es mir auch ganz schlecht und das hat sogar meine Mutter dann mitbekommen. Und dann waren wir auch bei irgend so einer Ärztin, die wollte es mit Bachblütentherapie an mir versuchen, das hat aber auch nichts gebracht. Ich habe mich auch nicht ernst genommen gefühlt.

U: In welcher Weise ist es Ihnen denn schlecht gegangen mit 14 Jahren? Woran haben Sie das gemerkt?

H: Also ich glaube, dass ich auch damals depressiv war, würde ich sagen. Ich habe nur noch geschlafen, ich habe die Schule kaum noch geschafft, ich habe extrem viel getrunken.

U: Alkohol?

H: Ja, ich habe überhaupt keine Freude gehabt, gar nichts. Es war halt alles leer. Und ich hatte auch für mich selber das Gefühl, dass ich irgendwie nicht mehr kann. Das war wirklich eine ganz schlimme Zeit, wo ich teilwei-

se dachte, ich kann irgendwie nicht mehr. Und ich habe auch ganz viel geschrieben so zu der Zeit.

U: Hatten Sie auch Suizidgedanken zu dieser Zeit?

H: Ja.

U: Können Sie sagen, jetzt auch in der Rückschau, dass diese krisenhafte Entwicklung dann mit 14 und dann später noch einmal, dass das eigentlich auch irgendetwas mit dem Auseinanderfallen der Familie zu tun hat? Sehen Sie da Zusammenhänge?

H: Ja. Ich bin damit nicht klargekommen. Also ich habe mich auch einfach von allen verlassen gefühlt. Also ich weiß auch noch genau, als mein Vater dann halt an diesem einen Abend wirklich ausgezogen ist und dann mit dem Auto davongefahren ist, ich weiß es halt noch ganz genau, wie schlimm das war. Da war es auch das erste Mal, dass ich wirklich diese Trennung realisiert habe. Ich habe vorher die Bedeutung gar nicht gewusst. Da bin ich schon in so ein Loch gefallen. Dann, wie gesagt, meine Mutter mit diesem blöden Freund, die ist halt auch weggefallen für mich. Dann ist meine Schwester noch ausgezogen.

U: Und der Vater war auch weg.

H: Und der Vater war auch weg und es war auf einmal keiner mehr da. Meine Verwandten waren alle gegen mich, weil sie meinten, ich wäre so aufmüpfig und würde meiner Mutter nur Ärger machen.

U: Also mit dem Auseinanderbrechen der Familie sind wirklich alle tragenden Strukturen für Sie weggefallen?

H: Ja.

(38) Eine weitere biografische Prägung durch das Erleben der elterlichen Trennung sieht Hella im Bereich freundschaftlicher bzw. partnerschaftlicher Beziehungen:

H: Ja, also dass ich auf jeden Fall sehr schwer Vertrauen fasse zu anderen.

U: Wie bringen Sie das in Verbindung zu dem, was früher passiert ist?

H: Dass ich vielleicht auch Angst habe, verlassen zu werden. ... So, dass ich jemanden gar nicht erst zu nahe an mich heranlasse, um dann nicht zu leiden.

U: So eine Selbstverteidigung?

H: Ja, so Gefühle in Grenzen halten, dann ist es auch nicht so schlimm. Man muss ja jederzeit damit rechnen, dass jemand geht.

U: Also dieser Worst-Case sozusagen, den haben Sie immer im Hinterkopf, dass der eintreten könnte und davor möchten Sie sich ein bisschen schützen?

H: Ja, wobei ich sagen muss, es ist also viel, viel weniger geworden. So mit Vertrauen, dass es eben länger dauert, bis ich mich auch öffne, das ist schon geblieben. Aber dieser Worst-Case ist nicht mehr so extrem, manchmal kommt es vielleicht hoch.

U: Ist das jetzt im partnerschaftlichen Bereich, dieses Vertrauen finden und gegenwärtig haben, dass das evtl. auseinander brechen kann, oder sprechen wir jetzt über Freunde?

H: Eigentlich beides. Aber auch gerade, sage ich jetzt einmal, in einer Beziehung. Früher konnte ich eben gar keine richtige Beziehung führen. Also ich habe die Männer, die ich kennen gelernt habe, auch gar nicht richtig an mich heran gelassen. Also da glaube ich auch, dass ich jetzt erst wirk-

lich bereit bin dazu. ... Ja, ich weiß, damals war es halt ganz extrem. Da war ich gerade ausgezogen, da war ich 18, da hatte ich einen Freund und in den war ich sehr, sehr verliebt. Als ich dann mit ihm zusammengekommen bin, ich kannte ihn schon seit der Schulzeit, wir waren damals schon immer ganz gut zusammen, ging es mir halt ganz, ganz schlecht.

U: Als Sie zusammengekommen sind, ging es Ihnen schlecht?

H: Ja, ich konnte damit überhaupt nicht umgehen.

U: Was hat das Schlechtfühlen ausgemacht?

H: Dass wir zusammen waren. Ich konnte das nicht ertragen. Ich konnte es auch nicht ertragen, dass vielleicht jetzt alles gut wäre oder so.

U: Verstehen Sie das?

H: Ja, heute schon irgendwo.

U: Wie schauen Sie jetzt darauf zurück?

H: Also ich war total überfordert mit mir selber, ich war gar nicht in der Lage, eine Beziehung zu führen. Und dann habe ich einfach auch nicht geglaubt, dass ich halt irgendwie so das Glück auch verdient habe. Ich habe mich auch so wertlos gefühlt und ich dachte, ich habe die ganze Zeit nur darauf gelauert, dass er sagt: „Es ist Schluss.“ Und es ist auch dann so gekommen.

U: Ja, und das bringen Sie mit Ihren kindlichen Erfahrungen auch in Zusammenhang? Dieses Lauern darauf, dass man zweierlei Dinge sagt: Ich bin es nicht wert und dass jemand sagt: Jetzt ist wieder Schluss.

...

H: Also jederzeit könnte Schluss sein: Dass ich diese Angst hatte, alles zu verlieren, kam mit Sicherheit aus dieser Situation, dass ich ja wirklich alles verloren habe. Und das fing an eben, dass mein Vater ausgezogen ist ...auf einmal waren alle weg und ich stand ganz alleine da.

...

H: Ja, und ich glaube vielleicht auch, das Problem bei ihm war, dass ich das nicht konnte (sich ganz auf die Nähe einlassen). Also bei anderen, in die ich nicht so verliebt war, war das nicht so das Problem. Aber in ihn war ich halt so verliebt.

U: Und trotzdem konnten Sie sich nicht so einbringen.

H: Nein, ich konnte nicht so, wie ich wollte. Aber ich konnte auch diese Distanz auf der anderen Seite nicht so wahren, also wie ich es halt früher getan habe.

U: Diesen Sicherheitsbereich?

H: Ja, das hat mir Angst gemacht. Es hat mir sogar richtig wie körperliche Schmerzen bereitet, es ging mir richtig schlecht in dieser Zeit. Und ich habe dann auch ganz stark abgenommen. Und eine Freundin hat gesagt: „Mensch, wie siehst du denn aus, du müsstest doch eigentlich glücklich sein.“

U: Eigentlich müssten Sie ja glücklich sein und eigentlich...

H: Das habe ich auch mir selber dann immer noch so vorgeworfen. Du solltest eigentlich glücklich sein, was machst du denn für einen Scheiß?

U: Aber durch diese Nähe wurde Ihr Sicherheitsbereich verletzt?

H: Ja.

(39) In Bezug auf den inneren Satz „Du bist es nicht wert“ berichtet Hella von einem schwachen Selbstwertgefühl, welches sie in ihrer Kindheit und Beziehung zur Mutter verwurzelt sieht.

H: Dass ich mich einfach als total wertlose Person gefühlt habe. Also äußerlich halt fand ich mich total scheiße, dann dass ich total uninteressant bin und ich dachte nur: Was findet der denn an mir. Und ich habe dauernd auch irgendwie andere gesehen und ich dachte, warum kommt der nicht mit denen zusammen. Ich habe ihm das teilweise auch noch gesagt dann, was er nicht verstehen konnte.

U: Mit welcher kindlichen Erfahrung bringen Sie das als Spur zusammen? Haben Sie als Kind auch sozusagen dieses Gefühl: Ich bin es nicht wert oder...

H: Ja, ich konnte es halt nicht mit allem zusammenbringen. Ich habe immer auch bei ihm versucht, über Leistung seine Anerkennung zu bekommen.

U: Bei dem Vater?

H: Nein, bei meinem Freund. Ich habe dann immer versucht, ganz viel für ihn zu machen, weil ich immer das Gefühl hatte, nur dann, wenn ich etwas für ihn mache, das Gefühl hatte, dass ich auch die Berechtigung habe, mit ihm zusammen zu sein.

U: Sie müssen etwas leisten, Sie müssen besonders lieb sein...

H: Ich muss besonders lieb sein! Ich habe dann immer für ihn gekocht und ich habe ihm Geschenke gemacht. Also ich habe ihn wirklich überhäuft mit irgendwelchen Sachen.

U: Es reicht nicht so, wie ich bin, sondern ich muss etwas dafür tun.

H: Ich muss etwas dafür tun. Und das war halt auch in meiner Kindheit immer so, dass ich immer für alles etwas tun musste. Also wenn ich einmal keine gute Leistung gebracht habe in der Schule oder so, das war eine Katastrophe.

U: Bei wem?

H: Bei meiner Mutter hauptsächlich. ... Ich weiß, dass ich halt auch in der Grundschule immer extrem angespannt war. Also ich habe mir vor den Zeugnissen den Kopf zerbrochen, wie viele Einsen diesmal drinstehen, und dass genug Einsen drinstehen, dass ich auch die Klassenbeste bin.

(40) Hella betont, in den letzten Jahren habe sich hinsichtlich der berichteten Themen eine positive Veränderung ergeben:

U: Wenn wir noch einmal in die Jetztzeit hineinspringen. Wir sprachen über die Spuren, die das bei Ihnen hinterlassen hat, und Sie sagten, dass es da eine positive Entwicklung gegeben hat. Im partnerschaftlichen Bereich oder überhaupt im zwischenmenschlichen Bereich spielt aber immer noch die Frage „Vertrauen und mögliche Trennung“ als Thema eine Rolle?

H: Ja, aber nicht mehr so stark.

U: Wodurch ist das besser geworden? Es scheint ja so, als wenn ein heißes Thema langsam abkühlt.

H: Ja, dadurch, dass ich einfach wieder Vertrauen in mich habe. Und dass ich mir selber auch etwas wert bin. Und dass ich auch nicht immer die Bedürfnisse der anderen über meine stelle. Dass ich weiß, dass ich alleine auch klarkommen kann.

U: Also diese Sicherheit ist jetzt da?

H: Ja, die Sicherheit ist jetzt da. Also dass ich weiß, dass es mich nicht umbringt und dass ich auch die Trennung nicht als so etwas Schicksalhaftes mehr hinnehme, sondern das ist ja eine Entscheidung von beiden letztendlich, wodurch ich mich da nicht mehr hilflos fühle. Also ich habe

mich immer so hilflos gefühlt wie ein kleines Kind, das irgendwie darauf wartet, dass irgendetwas Schlimmes passiert und so fühle ich mich halt nicht mehr.

U: Völlig unbeeinflussbar?

H: Völlig unbeeinflussbar und jetzt weiß ich, dass ich erwachsen bin, so fühle ich mich auch.

U: Hat das jetzt eher damit zu tun, dass Sie auch zum Beispiel Partnerschaftserfahrungen gemacht haben, die vielleicht beständiger waren oder die Ihnen das Vertrauen geben konnten oder sind das eher Änderungen, die in Ihnen entstanden sind?

H: Beides. Es ist so, dass ich am Anfang des Studiums danach jemanden kennen gelernt habe und wir waren zwar in dem Sinne kein Paar, aber wir waren ganz eng befreundet. Ja, er hat mir sehr viel Vertrauen gegeben, also Vertrauen einfach auch in Männer, was ich irgendwie nicht hatte. Ich habe mehr Vertrauen zu Frauen als zu Männern. Also das hat mir sehr, sehr viel geholfen. Dass er einfach mich immer mochte, egal in welcher Situation.

U: Einfach so wie Sie waren, waren Sie richtig.

H: Genau, so war ich richtig. Und er war auch der Erste, den ich wirklich an mich heran gelassen habe, auch wenn es mir schlecht ging. Also vorher hatte ich immer das Gefühl, dass ich alles kontrollieren will und ich hätte jetzt nie einen Freund spüren lassen, dass es mir gerade nicht gut geht oder so. Der hat so viel von mir mitbekommen und er war trotzdem immer da. Er hat nie gesagt, das passt mir jetzt nicht, jetzt gehe ich irgendwie oder so. Und das hat mir ganz viel Vertrauen gegeben. Aber eben auch natürlich die Entwicklung, die ich durch die Gespräche mit der...

U: ... mit der Reiki- Therapeutin?

H: Ja. Das hat mir sehr, sehr viel geholfen. Deswegen habe ich es auch nie bereut, dass ich es gemacht habe, weil ich jetzt eigentlich ein ganz anderes Leben führe und auch ganz andere Beziehungen oder viel bessere Beziehungen habe als vorher.

U: Das heißt, Sie haben aktiv eigentlich auch ein soziales Umfeld aufgebaut, wo Sie das Gefühl haben, die Werte sozusagen auch mit entwickelt zu haben. Das ist nicht etwas, dem Sie sich ausgeliefert fühlen, sondern das Sie selbst mitgestaltet haben?

H: Ja. Also ich habe wirklich das Gefühl, mit den Menschen, mit denen ich jetzt zusammen bin, mit denen will ich auch zusammen sein. Das ist mir ganz wichtig geworden insoweit. Früher war ich auch mit Menschen zusammen, die mir gar nicht so gut getan haben. Aber ich habe mich immer verpflichtet gefühlt und ich habe mich auch immer schuldig gefühlt und das ist es halt auch, dieses Schuldgefühl.

U: Schuldgefühle, wenn Sie an Ihre eigenen Bedürfnisse denken?

H: Ja.

U: War das früher schuldhaft belastet?

H: Genau, also ich musste immer irgendwie das machen, was dem anderen recht ist. Das habe ich nicht mehr.



## Die weitere Entwicklung der Beziehung zur Mutter

(41) Bei Hella hat sich die anfängliche Wut über das Verhalten der Mutter nach der Trennung in zunächst Traurigkeit und sodann Verständnis für die begrenzten Möglichkeiten der Mutter gewandelt, mit ihrem eigenen Leben zurecht zu kommen.

H: Also es war für mich halt eher traurig. Wobei ich nicht mehr wütend bin, kann ich nicht sagen.

U: Gab es einmal eine Zeit, wo Sie wütend waren?

H: Ja, sehr wütend. Ich war auf meine Mutter sehr wütend.

U: Welche Zeit war das?

H: Bis vor ein paar Jahren.

U: Und in welches Gefühl hat sich das gewandelt?

H: Ja, Traurigkeit und dass ich sie halt auch akzeptiert habe, so wie sie ist. Und dass ich einfach glaube, wie soll ich sagen, dass sie nicht zu mehr fähig ist. Und dass ich mir auch angeschaut habe, woran das überhaupt liegen könnte.

U: Zu welchem Schluss sind Sie da gekommen?

H: Ich würde sagen, dass es auch innerhalb der Familie von meiner Mutter liegt. Mein Opa ist auch ein sehr, sehr tyrannischer Mensch, das gibt sie bis heute nicht zu. Wenn ich ihr das sage, dann wird das immer abgeblockt. Und meine Oma war ihm auch immer sehr untertan irgendwie und hat auch immer versucht, so die Harmonie zu halten.

U: Sie meinen, Ihre Mutter hat solche Rollen mitgenommen in ihr eigenes Leben?

H: Ja, meine Mutter kann nicht über Gefühle sprechen, überhaupt nicht.

U: Und hat sich zwei Tyrannen ins Haus geholt?

H: Und hat sich zwei Tyrannen ins Haus geholt. Und jetzt ist sie halt so ein bisschen der Tyrann. Also mein jetziger Stiefvater sagt halt gar nichts. Der lässt alles mit sich machen.

U: Also ist die Wut gegenüber der Mutter gewichen in Verständnis für die Grenzen Ihrer Mutter? Für ihr *So-geworden-sein* aus der eigenen Biografie ihrer Mutter?

H: Ja. Also manchmal, wenn wir miteinander reden und manchmal bin ich vielleicht auch ein bisschen gemein zu ihr, weil ich ihr Sachen so direkt an den Kopf klatsche irgendwie, dann sehe ich ja, wie sie darauf reagiert und dann denke ich mir, manchmal tut es mir echt leid irgendwie.

U: Den Schritt, den Sie gemacht haben, dass Sie Ihre eigene Familiengeschichte anschauen, den hat Ihre Mutter nie geleistet, bis heute nicht?

H: Nein, sie verleugnet das. Also wir sprechen da schon manchmal darüber und dann vertrete ich meine Position relativ radikal und dann schaut sie mich immer an. Und ich glaube, sie weiß auch, dass da Wahrheit dran ist. Also sie reagiert auch nicht wütend darauf.

U: Aber sie kann es nicht wirklich sagen?

H: Nein. Und ich meine, sie hat auch letztens zu mir gesagt, dass es ein Fehler war, dass sie mit diesem Freund zusammen war, aber dass sie nicht allein sein konnte.

U: Sind solche Bemerkungen für Sie wichtig, die dann doch einmal fallengelassen werden?

H: Ja. Das war wichtig für mich. Weil da dachte ich auch so: Also wenigstens sagt sie einmal, dass es falsch war. Weil sie hätte sich ja einmal bei mir entschuldigen können.

U: Hat sie nie gemacht?

H: Nein, nur so indirekt.

U: Das heißt, auch als erwachsene Frau muss man sagen, dass es immer noch wichtig ist, wenn die Eltern irgendetwas, was früher viele Jahre vorher passiert ist, das die das noch einmal kommentieren oder vielleicht auch noch einmal neu fassen.

H: Es ist ja auch nicht so, dass bei uns jetzt alles in Ordnung ist. Ich meine, die ganze Familie ist halt irgendwo kaputt, weil sie wahrscheinlich niemals heil war. Also weil da viele Leute sind, die einfach so große Defizite haben irgendwie, wo ich auch nicht mit klarkomme. Und die ich trotzdem auf irgendeine Art und Weise auch gern habe. Ich habe versucht, für mich jetzt einen Weg zu finden, sie weder besonders gut zu finden noch zu verteufeln, das will ich auch nicht.

## Die weitere Entwicklung der Beziehung zum Vater

(42) U: Welche Gefühle haben Sie ihm gegenüber entwickelt. Als Kind waren das ja mehr die Gefühle von Schuld und Belastung. Sind Sie irgendwann auch einmal wütend auf ihn geworden?

H: Ja, auch jetzt teilweise noch. Dass ich halt denke: Ich lasse mich nicht weiter so behandeln.

U: Gab es einmal etwas, wo Sie versucht haben, mit ihm aufzuräumen, als Sie sich stark gefühlt haben, ihm Dinge zu sagen, die Sie ihm als Kind nicht sagen konnten?

H: Wir hatten immer wieder so Krach zwischendurch ... also einmal weiß ich noch, als ich gerade ausgezogen war und dann kam er auch zu mir zu Besuch und kam dann irgendwie drei Stunden zu spät. Und dann habe ich ihm gesagt, dass ich das nicht brauche. Er hat es auch immer nicht respektiert, wenn ich meinte, ich habe keine Zeit, dann meinte er: „Doch, ich komme jetzt.“ So, wenn ich mich dann breitschlagen habe lassen, dann hat er sich auch noch verspätet, er kam, wann er wollte. Dann habe ich ihm das einmal gesagt und dann ist er explodiert, weil er kann keine Kritik ab und schon gar nicht von mir. Und dann ist es halt auch zu Handgreiflichkeiten gekommen, dass er auf mich losgehen wollte und ich habe ihn aus der Wohnung geschmissen. ... Und dann hatten wir auch erst mal wieder Funkstille. Und irgendwann sind wir uns dann wieder auf der Straße begegnet, wir haben ja nicht so weit voneinander entfernt gewohnt. Ja, dann konnte ich nicht an ihm vorbeigehen und dann kam er halt und fing halt wieder an: Ja, ihr Frauen, ihr seid ja auch immer so rechthaberisch. Er würde sich niemals entschuldigen oder so. Das würde er nie machen.

U: Dann hat er die Schuldzuweisung nach außen beibehalten?

H: Genau, daran hat sich nichts geändert. Aber dann ließ er also durchblicken: Ja, du kannst ja einmal wieder anrufen oder so.... Das war mir schon klar, dass es halt seine Schwäche ist. Ich wusste auch, dass ich von ihm keine Entschuldigung bekomme oder so.

U: Also darauf zu warten, dass er sein Verhalten anschaut, das ist ähnlich wie bei der Mutter? Dass Sie sich sagen: Die sind beide so und haben ihre enormen Schwächen, daran wird sich nichts ändern?

H: Daran wird sich nichts ändern. Also die Alternative ist halt kein Kontakt. Und da muss man abwägen. Also ich habe auch schon versucht, da so Grenzen zu ziehen mittlerweile, weil er spannt mich schon einmal ganz

gut ein und sieht das auch als sein Recht an, über mich zu verfügen. Er ist ganz viele Monate in Thailand, da wohnt er dann auch, und dann sagt er: „Kannst du einmal das für mich erledigen und dies“ und dann habe ich auch teilweise gesagt: „Du, ich bin hier nicht deine Privatsekretärin, das mach mal schön selber.“ Ja, es kommt immer darauf an. Aber er ist schon ein bisschen ruhiger geworden.

U: Aber Sie können sich jetzt von ihm abgrenzen? Das war früher eben nicht möglich.

H: Ja, teilweise und teilweise ist es mir noch zuwenig, dass ich mich abgrenzen kann.

U: Andererseits liegt dann auch die Gefahr in der Luft, dass dann vielleicht auch der Kontakt wieder ganz abbrechen könnte?

H: Ja, aber ich glaube auch, dass das nicht nur immer auf meine Kosten gehen kann. Und wenn der Kontakt dann abbricht, dann bricht er halt ab. Aber das wird er sich sehr gut überlegen dadurch, dass die ja schon keinen Kontakt zu meiner Schwester haben.

### **Was wäre früher für mich als Kind gut gewesen?**

(43) H: Also mir hätte geholfen, wenn sich meine Eltern sich auch einvernehmlich getrennt hätten und wenn sie dann gesagt hätten: Okay, wir verstehen uns einfach nicht mehr - und dass sie dann Rücksicht darauf genommen hätten, dass es uns ganz natürlich schlecht damit geht und uns dann unterstützt hätten in dieser Zeit. Und wenn es halt zu diesen ganzen Auseinandersetzungen, zu diesem Ärger und diesen gegenseitigen Beschimpfungen so nicht gekommen wäre. Wenn ich einfach hätte mein Leben leben können. Und dann vielleicht meinen Vater besuchen und etwas Schönes mit ihm machen und mich hätte darauf freuen können. Wenn meine Mutter für mich da gewesen wäre und nicht gleich den nächsten Typen angeschleppt hätte.

U: Das bedeutet eigentlich, Ihre Eltern waren die Trennungsgeschädigten und dass da sozusagen noch Kinder waren, die auch geschädigt waren, die fielen so ein bisschen unten durch?

H: Ja, genau, wir mussten die Eltern noch übernehmen und die waren eigentlich die Kinder.

U: Ja, Sie mussten sich um das Leid Ihres Vaters kümmern, hätten Ihre Mutter gerne durchgeschüttelt. Gab es so ein Verhalten von Seiten der Mutter, was sich irgendwie auch hemmend auf den Kontakt von Ihnen zum Vater ausgewirkt hat? Was sie vielleicht hätte anders machen sollen?

H: Ja, Sie hätte nicht dauernd schlecht über ihn reden dürfen und auch nicht mir das Gefühl vermitteln dürfen, dass es besser ist, wenn ich nicht zu ihm gehe.

U: Im Prinzip hing das schon so in der Luft?

H: Ja, klar.

U: Für wen soll es besser sein?

H: Ja, für sie.

U: Sie hat signalisiert: Mir geht es eigentlich besser, wenn du den nicht besuchst? Hatten Sie deshalb auch Schuldgefühle?

H: Ja, ja, wollte sie mir einreden, ich weiß aber nicht, ob ich die so hatte. Ich glaube nicht.

U: Wenn Sie sich jetzt für einen Besuch zum Vater entschieden haben, dann mussten Sie sozusagen auch einen gewissen Widerstand überwinden als Kind?

H: Ja, also ich habe ihr dann immer gesagt, dass ich gar nicht so gerne zu ihm gehe, sondern dass ich es halt eher mache, weil er mir leid tut irgendwie.

U: Um das auch zu rechtfertigen?

H: Ja, genau. Damit konnte sie dann besser umgehen. Und dann hatte ich wieder im Kopf ein schlechtes Gewissen gegenüber dem Vater, was ich halt so über ihn rede irgendwie, als ich ihn dann gesehen habe.

## **Generelle Empfehlungen für Kinder nach elterlicher Trennung**

(44) H: Also erst einmal, wie gesagt, die Kinder halt raushalten aus den persönlichen Streitereien. Das ist ganz wichtig.

U: Da muss ich noch einmal fragen: Eigentlich ist es ja selten böser Wille, sondern eigentlich Unfähigkeit der Eltern. Wie soll man sich da verhalten?

Also Sie sagen jetzt auch, eigentlich konnten meine Eltern nicht anders.

H: Sich selber Hilfe holen. Und ich finde es auch, klar, ich kann auch die Eltern verstehen, dass sie natürlich ganz viel Wut und Enttäuschung und so in sich tragen. Aber das müssen sie an einer anderen Stelle ablassen, nicht bei den Kindern. Und dann eben ganz besonders auf die Kinder eingehen in dieser Zeit.

U: Weil die ganz viel brauchen.

H: Ja, und nicht das kritisieren, wenn die Kinder dann vielleicht nach außen hin aufmüffig wirken oder so. Sondern dann fragen warum, was ist denn mit dir, warum bist du denn so? Ja, und vielleicht immer nicht suchen, ob bei den Kindern was falsch ist, sondern auch einmal in Betracht ziehen, dass man sich selber vielleicht auch nicht richtig verhält und dass das bei den Kindern halt nur irgendwie eine Reaktion ist. Dann also mit der Besuchsregelung: Mehr fragen, was die Kinder wollen. Ich habe mich auch darüber geärgert damals, weil ich dachte, was soll das irgendwie, alle zwei Wochen hat er das Recht, mich zu sehen. Aber was ist mit mir? Das ist ja schön, dass er das Recht hat, aber vielleicht will ich das ja gar nicht irgendwie. Also da mehr auf die Kinder achten.

U: Also die Kinder auch mehr mitbestimmen lassen?

H: Ja.

U: Ab einem bestimmten Alter oder in jedem Alter? Es könnte ja auch eine Überforderung sein, wenn die Kinder zu klein sind. Sie waren ja schon 12.

H: Ja, also auch schon irgendwie fragen, was hättest du denn gerne? Ich kann es mir doch vorstellen, auch kleine Kinder können da schon gute Auskünfte geben. Die werden zwar nicht sagen, ich möchte jeden zweiten Samstag oder so. Aber die können auch sagen, ob sie ihren Papa öfter sehen wollen oder wie oft. Und dann muss man fragen, warum willst du ihn nicht so oft sehen.

U: Einfach das Gefühl, dass man gehört und gesehen wird in seinen Bedürfnissen.

H: Ja, dass es auch wirklich um die Kinder geht und das nicht immer über den Kopf des Kindes letztendlich hinweg entschieden wird. Ich brauche eine Person, die sich halt auch mit mir befasst. ... Was ich auch wichtig

finde, dass vielleicht noch andere Leute ein bisschen darauf achten, ob Kinder Probleme haben durch die Trennung und so. Also das habe ich bei mir auch oft vermisst, dass jemand mich einmal fragt: Was ist denn los mit dir?

U: Wer hätte das sein können?

H: Lehrer zum Beispiel. Verwandte auch, es hätte schon einige gegeben.

U: Hätte Ihnen das damals geholfen, wenn man Ihnen eine therapeutische Vertrauensperson an die Seite gestellt hätte? Eine Kindertherapeutin oder so, die für Sie da gewesen wäre – außerhalb der Familie? Unbelastet sozusagen. Hätte Ihnen das geholfen?

H: Mit Sicherheit. Also ich glaube, dass mir dann viele Probleme vielleicht auch erspart geblieben wären, die ich dann später erst hatte.

U: Ihnen ging es ja so sehr schlecht. Aber auf die Idee ist niemand gekommen?

H: Nein.

U: Weil da läuten doch eigentlich die Alarmglocken an allen Ecken und Kanten?

H: Also in meinem Umfeld haben die nirgendwo geläutet. Also niemand hat das gemerkt. Ich habe es mir ja gewünscht, also ich hätte es nie von mir aus gesagt. Für mich war es auch nicht unbedingt so klar, dass meine Probleme, zum Beispiel meine schulischen Probleme, jetzt daher kommen, hätte ich nicht so gesagt. Aber ich habe mir oft gewünscht und dachte: Warum kommt da eigentlich niemand drauf? Warum kann nicht jemand einmal sagen: „Du, ich glaube, du hast einfach ein Problem, du kommst nicht mit der Situation zu Hause klar.“

U: Also Sie waren auch so eine Stille, Sie haben es ja auch nicht so herausgebracht?

H: Nein, nie. Aber wenn sich wirklich jemand mir zugewendet hätte, hätte ich auch mit Sicherheit Vertrauen gefasst, das glaube ich schon.

## **Gedanken und Gefühle zur elterlichen Trennung in der Rückschau:**

(45) Auf die Frage, was die Eltern ggf. damals auch gut im Zusammenhang mit ihrer Trennung geregelt haben, erklärt Hella:

H: Im Zusammenhang mit ihrer Trennung? Also etwas, was meine Mutter vielleicht ganz gut hinbekommen hat, ist so das Wirtschaftliche, dass wir die Wohnung behalten konnten, dass alle Möbel dageblieben sind. Also mein Vater war halt jetzt finanziell gesehen der absolute Verlierer auch, weil er einen schlechten Anwalt hatte und meine Mutter einen guten Anwalt. Die hat ihn schon ein bisschen abgezogen auch finanziell, würde ich sagen. Ja, aber sonst wüsste ich nichts.

## **Abschluss und Feedback**

(46) H: Nein, also ich fand es gut. Ich fand es wirklich gut. Ich finde, Sie haben das auch gut gemacht, ich habe mich auch nicht irgendwie so ausgefragt gefühlt oder so, sondern ich habe mich schon verstanden gefühlt,

das ist auch wichtig, und, ja, ich hatte auch das Gefühl, dass Sie ein echtes Interesse haben, das habe ich doch gespürt, das ist mir auch wichtig. Teilweise ist es vielleicht ein bisschen schwer, wenn man gerade etwas erzählt und wenn Sie dann noch einmal zurückgehen mit einer Frage, dass man das halt festhält. Den augenblicklichen Gedanken, das augenblickliche Gefühl, was man hatte, dass man das festhält, nicht vergisst. Das ging mir halt so, aber das lässt sich auch nicht unbedingt vermeiden.

...

U: Gibt es noch irgendetwas inhaltlich von dem Gespräch, wo Sie sagen würden, das ist jetzt irgendwie in Ihnen noch einmal haften geblieben ist oder etwas, was Sie noch einmal besonders betonen möchten von Ihrer Seite?

H: Nein, ich glaube, dass ich das alles so betont habe, wie ich es betonen wollte. Und ja, das hat mich mitunter schon berührt, das haben Sie ja auch gesehen.

U: Das ist ja auch etwas, was ein großer Teil der Biografie ist. Ein Teil von einem selbst. Insofern fand ich es ganz toll, dass Sie das heute mitgebracht haben und mir so als Wildfremden ja auch als Geschenk gegeben haben. Also vielen Dank noch einmal.

## 6.3.2 Hella: Verallgemeinernde Aussagen

### Das Erleben vor der elterlichen Trennung

- Ein Kind kann auf die ersten Lebensjahre mit einem eher positiven Lebensgefühl zurückschauen, mit dem Älterwerden dann jedoch zunehmende Belastungen erinnern, einerseits durch schulischen Leistungsdruck und eine entsprechende Erwartungshaltung der Mutter, andererseits durch zunehmende Konfliktspannung innerhalb der Familie (zwischen den Eltern einerseits und zwischen der älteren Schwester und den Eltern teilen andererseits). (1) – (3)
- Ein Kind kann seitens des Vaters wiederholt aggressive Impulsdurchbrüche erleben, die eine ängstliche Erwartungsspannung erzeugen und unter denen die gesamte Familie leidet. *Also wir hatten teilweise Angst, wenn er von der Arbeit nach Hause kam. Also ich war dann auch immer richtig angespannt. Wenn er hereinkam, dann wusste man nie, was jetzt als nächstes passiert.* (5)
- Es ist möglich, dass ein Mädchen im Grundschulalter von dem zu Impulsdurchbrüchen neigenden Vater als Vertrauensperson adressiert wird, während seinerseits zu allen anderen Familienmitgliedern zeitweise der Kontakt verweigert wird. *Ich war dann eher seine Bezugsperson. ... Also ich habe dann versucht, mich natürlich möglichst ruhig zu halten und habe versucht, für keinen Partei zu ergreifen und mein Vater kam dann meistens zu mir, weil er hat dann auch immer eine ganz lange Zeit mit niemandem geredet und dann halt nur mit mir.* (4)
- Die bevorzugte Wahl der jüngeren Tochter als Vertrauensperson durch den zu Impulsdurchbrüchen neigenden Vater kann auf Seiten der älte-

ren Schwester zu Eifersuchtsgefühlen und Beziehungsspannungen unter den Geschwistern führen. (6)

➤ Es ist möglich, dass ein Mädchen in der Kindheit trotz der sich wiederholenden choleralen Ausbrüche des Vaters zu diesem eine emotional nähere und tragende Bindung spürt als zur emotional eher als distanzierter erlebten Mutter. (6); (7)

## **Das Erleben im zeitlichen Umfeld des Trennungsgeschehens**

### **Unmittelbare Reaktionen auf die Trennungsankündigung und -durchführung**

➤ Es ist möglich, dass ein Mädchen (ca. 10 Jahre) die vertrauliche Mitteilung der Mutter, sie wolle sich vom Vater trennen, ohne erkennbare Reaktion zur Kenntnis nimmt, möglicherweise, weil eine Antizipation der tatsächlichen Auswirkungen in diesem Moment gar nicht möglich ist. *Es hat überhaupt keinen Reaktionsfluss bei mir ausgelöst. ... Also ich glaube, dass ich das gar nicht so richtig realisiert habe.* (9)

### **Regelungen für die Zukunft**

➤ Der Erhalt der gegenwärtigen Wohnsituation mit sozialem Umfeld kann für ein Kind (12 Jahre) ein wichtiges Kriterium für die Wahl des Lebensmittelpunkts nach der elterlichen Trennung sein. (22)

➤ Es ist möglich, dass für ein Kind (12 Jahre) der zukünftige Lebensmittelpunkt eine Selbstverständlichkeit darstellt, teils auch befördert durch ein entsprechendes Verhalten der Mutter. *Also eigentlich habe ich niemals wirklich überlegt, wohin ich will, weil das für mich irgendwie so klar war, dass ich bei meiner Mutter bleibe. Weil meine Mutter auch ein bisschen dafür gesorgt hat, dass es klar ist.* (22)

### **Veränderung der emotionalen Beziehungen des Kindes in der Familie**

➤ Durch die bevorzugte Adressierung eines Kindes (10 Jahre) als Vertrauensperson durch einen Elternteil kann es zu einer Parentifizierung und damit Funktionalisierung des Kindes im Elternkonflikt im Sinne eines emotionalen Missbrauchs kommen. *Also mein Vater hat uns schon ein bisschen ausgespielt, würde ich sagen. Und er hat schon immer ganz systematisch mich genommen. Und ich konnte mich nicht so richtig dagegen wehren, weil ich konnte oder wollte nicht sagen: „Nein, mit dir rede ich jetzt auch nicht mehr.“ ... Ja, ich war seine Partnerin eigentlich, seine Freundin, seine Verbündete.* (8)

➤ Ein Mädchen (10-12 Jahre) kann sich für den unter der bevorstehenden Trennung leidenden Vater verantwortlich fühlen und diesbezüglich Schuldgefühle entwickeln. *Dieses Leiden konnte ich halt irgendwie nicht ertragen. Er hat mir sicherlich auch irgendwo Leid getan. Ich habe mich auch noch schuldig gefühlt ... und dass ich immer dafür sorgen muss, dass es ihm einigermaßen gut geht.* (11)

- Die anhaltende Wahrnehmung des Vaters als Aggressor, einhergehend mit Tötlichkeiten gegenüber der Mutter, kann bei einem Mädchen (10-12 Jahre) die zuvor als emotional nah und tragend empfundene Beziehung zum Vater belasten und eine Distanzierung einleiten. *Ich bin misstrauischer geworden ihm gegenüber. Also in dieser Zeit habe ich auch so Abstand von ihm genommen.* (11)
- Die anhaltende Wahrnehmung des Vaters als Aggressor, einhergehend mit Tötlichkeiten gegenüber der Mutter, kann bei einem Mädchen (10-12 Jahre) das vorherige positive Vaterbild nachhaltig schädigen. *Also vorher war er irgendwie mein Papa und jetzt kam er mir irgendwie auch so kaputt vor. Also er war auch kaputt, aber so, das hat in mir auch noch einmal mein ganzes Bild irgendwie zerstört.* (11)
- Ein Kind kann sich im Trennungskonflikt der Eltern mit der Mutter solidarieren (der Vater wird als Aggressor erlebt), obwohl zu dieser keine tiefe emotional tragende Bindung besteht. (12)
- Es ist möglich, dass ein Mädchen (10-12) im anhaltenden Trennungskonflikt von beiden Elternteilen als Vertrauensperson in jeweils eigene Trennungsbelastungen und Kritik am anderen Elternteil einbezogen wird. (8); (12)
- Im anhaltenden Trennungskonflikt der Eltern kann es geschehen, dass in der zuvor spannungsreichen Beziehung zur Schwester auch Momente der Gemeinsamkeit entstehen. (13)

### **(Bewältigungs-) Verhalten in Situationen elterlicher Konflikte**

- In einem sich verstärkendem Konfliktgeschehen zwischen den Eltern kann ein Mädchen (10 Jahre) versuchen, zwischen den Parteien zu vermitteln und für den Erhalt des Familiensystems etwas zu tun. *Und ich habe immer versucht, zwischen den beiden Parteien irgendwie zu handeln. ... Also ich wollte alle zusammenhalten.* (8)

### **Belastungsreaktionen des Kindes**

- Das Übernehmen einer Vermittlerrolle im Elternkonflikt kann für ein Mädchen (10 Jahre) zu Belastungs- und Überforderungserleben sowie zu Spannungen in der Geschwisterbeziehung („Verräterin“) führen. *Dass ich mich immer schlecht gefühlt habe. Ich habe mich immer bedrückt gefühlt und hatte immer Angst, etwas Falsches zu tun. ... Ich habe mich unwohl gefühlt. Ich wollte einfach, dass dieser Zustand wieder vorbei ist, dass die wieder miteinander reden.* (8)
- Ein längeres Getrenntleben der Eltern in gemeinsamer Wohnung kann zu einer gewalttätigen Eskalation der Konflikte führen, die auf ein Kind (10 Jahre) bedrohlich wirken und den Wunsch erzeugen, dies möge ein Ende haben. *Und es ist dann halt auch immer häufiger zu Handgreiflichkeiten gekommen, dass mein Vater auch auf meine Mutter losgegangen ist und dann hatten wir eben auch einmal die Polizei und die hat ihn dann auch eine Nacht mitgenommen und so. ...Bedrohlich. Ich wollte, dass es aufhört.* (10)



➤ Anhaltende, auch gewalttätige Elternkonflikte können dazu führen, dass die vorherigen Versuche eines Kindes (w, 10-12 Jahre), die Familie zusammen zu halten, abgelöst werden von dem Wunsch nach einer Beruhigung und Entlastung durch räumliche Trennung der Eltern. *Also eigentlich wollte ich auch, dass er möglichst schnell aus der Wohnung rausgeht. Ich wollte eigentlich nur, dass er weg ist und ich wollte meine Ruhe haben und fertig.* (11)

## **Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung**

### **Veränderung der emotionalen Beziehungen des Kindes in der Familie**

➤ Die starke Einbeziehung der Tochter in die Erfahrungswelt und Problemsicht der Mutter kann zu einem Abgrenzungsimpuls auf Seiten des Kindes und dem Wunsch führen, der Mutter deutlich zu machen: *Denke auch einmal an mich und meine Gefühle.* (32)

### **Belastungsreaktionen des Kindes**

➤ In der Zeit nach der elterlichen Trennung und im Zusammenhang mit einer für ein Kind (12-16 Jahre) belastenden neuen Partnerschaft der hauptbetreuenden Mutter kann es zu einem massiven Leistungseinbruch in der Schule kommen. (19)

➤ In der Zeit nach der elterlichen Trennung und im Zusammenhang mit einer für ein Kind (12-16 Jahre) belastenden neuen Partnerschaft der hauptbetreuenden Mutter kann es zum Schulschwänzen, Nikotin-, Alkohol- und Cannabiskonsum kommen, auch in dem Versuch, die Aufmerksamkeit der Mutter zu erreichen. *Ich habe sehr oft Schule geschwänzt, ich habe auch sehr schlechte Leistungen gebracht, fand ich aber eigentlich auch ganz lustig. Und ich habe dann angefangen zu rauchen, dann habe ich ganz viel getrunken und habe gekiff't. Also ich habe eigentlich alles Mögliche gemacht, um vielleicht auch ein bisschen ihre Aufmerksamkeit zu bekommen, dass sie einmal sagt: „Hey, so geht das nicht.“* (19)

➤ In der Zeit nach der elterlichen Trennung und im Zusammenhang mit einer für ein Kind (12-16 Jahre) belastenden neuen Partnerschaft der hauptbetreuenden Mutter ist es möglich, dass ein Kind hinsichtlich Stimmung und Motivation einen Einbruch erlebt und sich psychisch in extrem schlechter Verfassung erlebt mit Suizidgedanken erlebt. Diese Phase kann rückblickend als nicht behandelte Depression bezeichnet und dem damaligen Auseinanderfallen der Familie zugeschrieben werden. *Ich bin damit nicht klargekommen. Also ich habe mich auch einfach von allen verlassen gefühlt.* (19) (37)

### **Gegenseitige (negative) Bewertungen und Konflikte der Elternteile**

➤ Manche Mütter wirken nach der Trennung auf ihre Kinder ein, indem sie negativ über den Vater und dessen früheres Verhalten sprechen.

*Meine Mutter hat natürlich auch immer versucht, uns gegen ihn aufzuhetzen und wir sollten ihn eben auch möglichst wenig sehen. ... Sie hat uns immer schlechte Sachen erzählt über ihn, was er früher gemacht hat und wie er sich eben uns gegenüber auch benommen hat. (20)*

➤ Wenn die hauptbetreuende Mutter gegenüber der Tochter (12-16 Jahre) negativ über früheres Verhalten des Vaters spricht, kann dies zwar vom Kind abgewehrt werden und zu seiner Verteidigung führen, dann aber doch mittelfristig das Vaterbild beeinträchtigen. *Also ich habe zwar abgewehrt, ich habe ihn auch oft verteidigt, aber irgendwie in meinem Kopf ist schon etwas hängen geblieben. Also ich konnte es nicht ganz verdrängen. (20)*

➤ Negative Bewertungen eines Elternteils über den anderen können bei einem Kind (12-16 Jahre) zu Loyalitätsdruck gegenüber dem abwertenden Elternteil und Schuldgefühlen gegenüber dem bewerteten Elternteil führen. *Ja, also ich habe ihr dann immer gesagt, dass ich gar nicht so gerne zu ihm gehe, sondern dass ich es halt eher mache, weil er mir leid tut irgendwie. ... Damit konnte sie dann besser umgehen. Und dann hatte ich wieder im Kopf ein schlechtes Gewissen gegenüber dem Vater, was ich halt so über ihn rede irgendwie, als ich ihn dann gesehen habe. (20)*

➤ Ein Kind (12-16 Jahre) kann sich belastet fühlen durch gegenseitige negative Bewertungen der Elternteile in dem Versuch, diese vor dem jeweils anderen zu verbergen bzw. umzuformulieren, um Verletzungen zu vermeiden. (32)

### **Neue Partner des hauptbetreuenden Elternteils und Patchworkfamilie**

➤ Ein Kind (12 Jahre) kann den wenige Wochen nach der elterlichen Trennung auftauchenden neuen Partner der Mutter als für diese und für sich selbst völlig inakzeptabel empfinden. *Nach so zwei Wochen, nachdem mein Vater ausgezogen war, kam halt der nächste. Und das war der Horror überhaupt. ... Er hat immer verbal herumgepöbelt, hat auch meine Schwester angepöbelt und dann immer noch versucht, mich anzugrabschen, ich musste immer Abstand halten. (15); (16)*

➤ Auch in der neuen Partnerschaft der Mutter kann ein Mädchen (12-16 Jahre) von dieser in Beziehungsprobleme eingeweiht und damit parentifiziert werden. *Und ständig, wenn sie sich gestritten hatten, hat meine Mutter herumgeheult und ich musste mir das immer anhören oder ich habe es mir immer angehört. Sie konnte einfach nicht allein sein. (16)*

➤ Das Gefühl, von der Mutter nicht ausreichend gegenüber deren neuen Partner verteidigt und geschützt zu werden, kann bei einem Trennungskind zu einer ernsthaften Beeinträchtigung der Beziehung zur Mutter, zu Gefühlen von Wut, Enttäuschung und Verratenwerden und zum Verlust der Achtung führen. (17)-(19)

### **Der Kontakt mit dem nicht hauptbetreuenden Elternteil**

➤ Es ist möglich, dass die hauptbetreuende Mutter nach der Trennung

dergestalt auf ihre Kinder einwirkt, so dass der Umgang mit dem Vater beeinträchtigt wird. *Meine Mutter hat natürlich auch immer versucht, uns gegen ihn aufzuhetzen und wir sollten ihn eben auch möglichst wenig sehen.* (20)

➤ Ein Mädchen (12-16 Jahre) kann den Umgangskontakt mit dem Vater als belastend empfinden, weil dies eine wiederkehrende Konfrontation mit dem Auseinanderbrechen der Familie darstellt. *Und jedes Mal ist es mir wieder bewusst geworden, dass es kaputt ist. Und das wollte ich eigentlich nicht mehr sehen.* (21)

➤ Ein Mädchen (12-16 Jahre) kann den Umgangskontakt mit dem Vater als belastend und Schuldgefühle erzeugend empfinden, weil dieser deutlich macht, unter der Trennung zu leiden, von seinen Kindern enttäuscht zu sein und ihnen zum Vorwurf macht, dass diese erklärt haben, bei der Mutter wohnen bleiben zu wollen. (21); (22)

➤ Stehen die Eltern sich in einer abwertenden Haltung gegenüber, können sie sich durch Klagen des Kindes über den jeweils anderen Elternteil bestätigt fühlen und weiterhin das Kind in seiner Bewertung bestärken. *Letztendlich lief das eigentlich nur darauf hinaus, dass er dann mich natürlich gern bestätigt hat in meiner negativen Sicht meiner Mutter gegenüber oder der negativen Sicht dem Freund meiner Mutter gegenüber. Das fand er natürlich gut, das passte ja in sein Bild.* (23)

### **Allgemeine Bewältigungsstrategien sowie Kraftquellen des Kindes**

➤ Ein Trennungskind (12-16 Jahre) kann durch Kontakt zu einer langjährigen Freundin und auch durch Gespräche mit deren Mutter eine gewisse Unterstützung und emotionalen Halt erfahren. (24)

➤ Es ist möglich, dass sich ein Trennungskind (12-16 Jahre) über längere Zeit sehr unglücklich fühlt und für sich wenig Möglichkeiten sieht, Entlastung zu finden. (24)

➤ Durch das Finden einer Freundin mit ähnlichem familiären Hintergrund kann sich ein Kind (12-16 Jahre) eine wesentliche unterstützende Ressource erschließen. (25)

➤ Der Versuch, möglichst viel weg zu gehen und sich nicht so viel zu Hause aufzuhalten, kann es einem Kind (12-16 Jahre) erleichtern, familiären Belastungen auszuweichen.

➤ Manches Kind (12-16 Jahre) kann durch Tagebuchs schreiben oder den Austausch kleiner selbst geschriebener Geschichten mit der Freundin Belastungen abbauen in dem Gefühl, sich ausdrücken zu können und verstanden zu werden. *Ich konnte einfach Druck ablassen, ich habe mich auch irgendwo dadurch verstanden gefühlt, so dass ich mich ausdrücken konnte. Das hat mir geholfen, als wenn mir jemand zuhören würde.* (26)

### **Spezielle Entwicklungen im Verlauf von Pubertät und Adoleszenz**

➤ Im Verlauf der Pubertät kann ein Kind die Kontakte zunehmend als verpflichtende Belastung empfinden und deren Häufigkeit von sich aus einschränken. Dabei ist es möglich, dass sich eine einjährige Kontaktpause von beiden Seiten aufgrund eines Konflikts einstellt. Dies kann bei dem Kind mit ambivalenten Gefühlen (Erleichterung, Schuldgefühle) einhergehen. (29); (30)

➤ Ab 16 Jahren kann es einem Trennungskind möglich sein, sich im Zusammenhang mit einer ersten eigenen Partnerschaft sowohl emotional zunehmend von dem elterlichen Konfliktfeld und der familiären Problemlage zu distanzieren als auch räumlich seltener Zuhause zu sein. (33)

➤ Ein freiwilliges soziales Jahr kann wesentlich zur Verselbstständigung und psychischen Stabilisierung eines Trennungskindes beitragen, indem ein emotionaler Abstand zu dem familiären Problemfeld hergestellt wird. *Ich glaube, damals das soziale Jahr hat mir wirklich sehr geholfen. Es ging mir auf einmal wieder viel, viel besser. Weil ich mich um andere Menschen gekümmert habe und ich habe das auch ein bisschen so mit dem Ziel gemacht, dass ich meine Probleme vergessen will.* (34)

### **Das damalige Lebensgefühl (ggf. als Bild, Gedicht, Analogie usw.)**

➤ Ein Trennungskind (12-16 Jahre) kann sein Lebensgefühl damals in einem Gedicht ausdrücken, welches sich u. a. mit Suizid beschäftigt. (27)

### **Die weitere Entwicklung der Beziehung zum nicht hauptbetreuenden Vater bis ins Erwachsenenalter**

➤ Ein Trennungskind (w) kann im Erwachsenenalter versuchen, gegenüber dem Vater die Balance zwischen Abgrenzung in Hinblick auf dessen egozentrische Perspektive und mangelnde Kritikfähigkeit einerseits und der Möglichkeit eines vollständigen Kontaktabbruchs andererseits zu finden. (42)

### **Die weitere Entwicklung der Beziehung zur hauptbetreuenden Mutter bis ins Erwachsenenalter**

➤ Obwohl die Mutter nach der elterlichen Trennung Hauptbetreuerperson bleibt, kann sich die emotional distanzierte Beziehung der Tochter zur Mutter bis in das Erwachsenenalter fortsetzen. (41)

### **Was war oder wäre früher für mich als Kind gut gewesen?**

➤ Manches Trennungskind mag sich rückschauend von den Eltern damals wünschen, dass diese sich einvernehmlicher und weniger konfliktträchtig getrennt hätten und mehr die durch die Trennung bei den Kindern ausgelösten Belastungen wahrgenommen und die Kinder gemein-

sam in der Trennungsbewältigung mehr unterstützt hätten. (43)

➤ Es ist möglich, dass sich ein Kind von seiner damals hauptbetreuenden Mutter gewünscht hat, diese möge nicht so häufig negativ über den Vater sprechen und das Gefühl vermitteln, es sei besser, nicht zu ihm zu gehen. (20); (43)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann sich rückschauend von der damals hauptbetreuenden Mutter wünschen, dass diese nicht sofort nach der Trennung eine neue Partnerschaft eingegangen wäre und sich mehr um die Belange ihrer Tochter gekümmert hätte. (43)

➤ Ein Kind (12-16 Jahre) kann sich rückschauend von seinem umgangsberechtigten Vater wünschen, dass dieser sich damals während der Kontakte seiner Tochter gewidmet, im Gespräch an ihrem Leben teilgenommen und darüber Liebe und Vertrauen gewonnen hätte - anstatt durch Vorwürfe und Kontrolle. *Ja, und er hätte einfach mehr auf mich eingehen müssen und er hätte auch einmal meine Interessen in den Vordergrund stellen müssen und mir halt auch einmal eine schöne Zeit einfach bereiten. Und darüber dann versuchen, Liebe und Vertrauen zu gewinnen, nicht durch Druck und Kontrolle und durch Vorwürfe vor allen Dingen.* (23); (28); (43)

➤ Ein Kind (12-16 Jahre) kann sich rückschauend von seinem umgangsberechtigten Vater wünschen, dass dieser nicht so häufig über die Mutter negativ gesprochen und die Tochter damals nicht als Vertrauensperson in das Konfliktfeld einbezogen hätte. (28); (43)

➤ In der Rückschau kann es ein Trennungskind, das in der Regel nur kurze Besuchszeiten mit dem Vater ohne Übernachtung verbracht hat, für hilfreich erachten, damals auch längere Zeiten mit dem Vater verbringen zu können, um nach der ersten Phase des Wiedersehens, die seinerseits eher mit Klagen über die eigene Situation gestaltet wurde, auch wieder dessen Fähigkeit zur Zuwendung und elterlichen Sorge spüren zu können. (31)

### **Das Verhalten der Eltern aus der Sicht des erwachsenen Trennungskindes**

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (w) kann auf das damalige Verhalten des Vaters (aggressive Impulsdurchbrüche vor der Trennung; Schuldzuweisung und mangelndes Eingehen auf die Tochter nach der Trennung) mit Verständnis insofern zurückblicken, als ihm persönlichkeitsstrukturell ein anderes Handeln nicht möglich gewesen ist. *Ich glaube, dass er mir das gegeben hat, was er mir geben konnte, und zu mehr, glaube ich, war er nicht in der Lage.* (28)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind (w) kann rückschauend erklären, der Vater hätte damals kritikfähig und sich bewusst sein sollen, dass er sich für den Erhalt der Liebe seiner Tochter aktiv hätte bemühen müssen. (28)

- Es ist möglich, dass sich bei einem erwachsenen Trennungskind (w) die anfängliche Wut über das Verhalten der Mutter nach der Trennung in zunächst Traurigkeit und sodann Verständnis für die begrenzten Möglichkeiten der Mutter vor dem Hintergrund von deren eigener Biografie wandelt, mit ihrem eigenen Leben zurecht zu kommen. *Traurigkeit und dass ich sie halt auch akzeptiert habe, so wie sie ist. Und dass ich einfach glaube, wie soll ich sagen, dass sie nicht zu mehr fähig ist.* (41)
- Ein erwachsenes Trennungskind (w) kann auf die Eltern und deren Verhalten aus einer gewissen emotionalen Distanz heraus in dem Bemühen schauen, deren Defizite klar zu sehen und andererseits die innere Verbundenheit nicht gänzlich abreißen zu lassen und somit einen eigenen Weg zu finden, eine einseitige Bewertung zu vermeiden. (41)
- In der Rückschau kann ein erwachsenes Trennungskind (w) das damalige familiäre Beziehungssystem als Rollenumkehr empfinden in der Hinsicht, dass das Kind damals die Eltern nach deren Trennung als emotional bedürftig wahrgenommen und versucht hat, auf deren Bedürfnisse einzugehen. *Wir mussten die Eltern noch übernehmen und die waren eigentlich die Kinder.* (43)

### **Biografische Prägung bzw. „Spuren“ durch die elterliche Trennung?**

- Ein Trennungskind (w) kann mit 22 Jahren im Verlauf einer mehrmonatigen Ausbildungspause in eine schwere Lebenskrise mit Depression kommen, so dass aktiv psychotherapeutische und medikamentöse Hilfe gesucht wird, die jedoch auf längere Dauer als unbefriedigend erfahren wird. *Das war eigentlich das erste Mal seit Jahren, dass ich wirklich einmal nur mit mir beschäftigt war. Und da bin ich halt in ein ganz großes Loch gefallen.* (35)
- Durch einen vertrauensvollen Kontakt zu einer Reiki-Therapeutin, der im Rahmen einer depressiv gefärbten Lebenskrise gesucht wird, kann ein erwachsenes Trennungskind (w) sich schrittweise psychisch stabilisieren und wieder Freude am Leben empfinden. (36)
- In der Rückschau kann eine mit 22 Jahren aufgetretene schwere depressive Lebenskrise von dem Trennungskind (w) auf die seit dem 12. Lebensjahr nach der elterlichen Trennung anhaltende familiäre Konfliktlage und die ständige belastende Konfrontation damit zurück geführt werden. *Ich habe immer geschluckt, geschluckt, geschluckt und es nie verarbeitet. Und dann kam halt einfach diese Depression. ... Ich habe die ganzen Jahre über keinen Spaß gehabt und ich habe es auch nicht gemerkt. Weil ich dachte, das ist eben so, das ist eben mein Leben, das ist halt nicht so lustig.* (37)
- In Bezug auf emotional nahe Beziehungen (Partner, Freunde) kann ein Trennungskind (w) bei sich die Tendenz beobachten, nur sehr zögernd Nähe herzustellen aus der Angst heraus, verlassen zu werden, und dieses

im Zusammenhang sehen mit den Verlassenheitsgefühlen nach der elterlichen Trennung. *Ja, so Gefühle in Grenzen halten, dann ist es auch nicht so schlimm. Man muss ja jederzeit damit rechnen, dass jemand geht.* (38)

➤ In der Entstehungsphase von partnerschaftlichen Beziehungen kann ein erwachsenes Trennungskind Angst erleben, weil einerseits die schützende emotionale Distanzierung wegen der Verliebtheit nicht mehr aufrecht erhalten werden kann, andererseits die Befürchtung aktiviert wird, erneut durch Verlassenwerden verletzt zu werden. (38)

➤ Im Rahmen einer der ersten eigenen intimen Beziehungen kann ein Trennungskind das Empfinden haben, diese Nähe und das Glück nicht verdient zu haben und aus einer tiefen Selbstwertkrise heraus schon die zukünftige Trennung antizipiert.

*Und dann habe ich einfach auch nicht geglaubt, dass ich halt irgendwie so das Glück auch verdient habe. Ich habe mich auch so wertlos gefühlt und ich dachte, ich habe die ganze Zeit nur darauf gelauert, dass er sagt: „Es ist Schluss.“* (38)

➤ Es ist möglich, dass ein erwachsenes Trennungskind (w) im Rahmen einer der ersten eigenen Partnerschaften das Gefühl hat, für die Liebeserwiderung des anderen nicht als Mensch genug zu sein, sondern dafür etwas leisten zu müssen (für den Partner zu sorgen). (39)

➤ Es ist möglich, dass ein erwachsenes Trennungskind (w) im Rahmen einer der ersten eigenen Partnerschaften erlebt, dass die Artikulation und Durchsetzung eigener Bedürfnisse zu Schuldgefühlen führt. (40)

➤ Im Rahmen einer partnerschaftlichen Beziehung kann ein Trennungskind (w) in dem Gefühl leben, schicksalhaft und hilflos einem möglichen Trennungsgeschehen ausgeliefert zu sein, und dieses mit dem Lebensgefühl eines kleinen Kindes assoziieren. *Also ich habe mich immer so hilflos gefühlt wie ein kleines Kind, das irgendwie darauf wartet, dass irgendetwas Schlimmes passiert.* (40)

➤ Ein erwachsenes Trennungskind kann bei sich selbst nach einer schweren Lebenskrise eine grundlegende Stabilisierung beobachten, indem das Selbstwertgefühl gewachsen ist, die eigenen Bedürfnisse im Vergleich zu denen anderer wieder mehr Raum bekommen haben und die Überzeugung gewachsen ist, im Falle einer partnerschaftlichen Trennung auch alleine im Leben zurecht kommen zu können. *Ja, dadurch, dass ich einfach wieder Vertrauen in mich habe. Und dass ich mir selber auch etwas wert bin. Und dass ich auch nicht immer die Bedürfnisse der anderen über meine stelle. Dass ich weiß, dass ich alleine auch klarkommen kann.* (40)

➤ Das Erleben von emotional nahen Beziehungen (Freundschaft, Partner), in denen ein Trennungskind sich als Person auch in den eigenen Schwächen geachtet und respektiert fühlt, kann wesentlich dazu beitragen, dass das eigene Selbstwertgefühl, das Vertrauen in die Beständigkeit von Beziehungen und der Mut zur Äußerung eigener Bedürfnisse wächst sowie die Angst vor Trennung und Verlassenwerden abnimmt.

## Allgemeine Aussagen und Empfehlungen für Trennungskinder

- Ein erwachsenes Trennungskind kann dringend empfehlen, dass die Kinder im Trennungsprozess der Eltern aus deren Konfliktgeschehen heraus gehalten werden. (44)
- Die Eltern sollten sich an anderer Stelle Unterstützung holen, um die eigenen Gefühle wie Wut oder Enttäuschungen zu bearbeiten, und sich im Zusammensein mit den Kindern auf deren Erleben einstellen und diese unterstützen. (44)
- Bei Verhaltensproblemen eines Kindes nach elterlicher Trennung sollten die Eltern dieses nicht einfach nur deswegen kritisieren, sondern nach den Ursachen forschen und insbesondere auch eigene Verhaltensweisen und das Trennungsgeschehen insgesamt als möglichen mitauslösenden Ursachenfaktor prüfen. (44)
- Kinder sollten in die Ausgestaltung der Umgangsregelung mit einbezogen werden, auch in jüngerem Alter zumindest in dem Sinne, dass sie äußern können, den nicht hauptbetreuenden Elternteil häufiger / länger oder eher weniger sehen zu wollen. Insgesamt sollten Kinder das Gefühl bekommen, diesbezüglich in ihren Bedürfnissen wahrgenommen zu werden. (44)
- Ein erwachsenes Trennungskind kann empfehlen, dass Personen im Umfeld der Familie (Lehrer, Verwandte) bei einem Trennungsgeschehen achtsam in Hinblick auf möglich Belastungsreaktionen des Kindes sind und zu diesem ggf. angemessen Kontakt herstellen und ein Gespräch suchen. *Also das habe ich bei mir auch oft vermisst, dass jemand mich einmal fragt: Was ist denn los mit dir?* (44)
- Zeigt ein Kind nach elterlicher Trennung ernsthafte Belastungsreaktionen, kann es sehr wichtig erscheinen, diesem Kind eine außerhalb der Familie stehende psychologisch/pädagogisch geschulte Vertrauensperson als Unterstützung anzubieten. *Also ich glaube, dass mir dann viele Probleme vielleicht auch erspart geblieben wären, die ich dann später erst hatte.* (44)

## Abschluss und Feedback

- Für eine Gesprächspartnerin kann es ganz wesentlich sein, im Kontakt zu spüren, dass an den eigenen Erfahrungen ein wirklich echtes Interesse besteht und man sich nicht diesbezüglich ausgefragt fühlt. (46)
- Das persönliche Gespräch wurde insgesamt als positive Erfahrung erlebt, mit dem Gefühl, verstanden worden zu sein. Als hinderlich für das Fließen der eigenen Erinnerung wurden mitunter Rückmeldungen erlebt, die eine gerade geäußerte Erfahrung nochmals verbalisieren, während



der innere Erlebnisfluss schon fortgeschritten ist. (46)

## 6.4 Weitere Gesprächsteilnehmer

Aus Platzgründen sind die Verdichtungsprotokolle und die zugehörigen allgemeinen Aussagen für die weiteren 11 Gesprächspartner auf der anliegenden Daten-CD als PDF-Datei im Anhang A enthalten.

## 7. Fragebogen: Beispiele

In diesem Kapitel stelle ich beide Versionen (zur Unterscheidung s. 4.2) des internetbasierten Fragebogens im ausgefüllten Zustand vor, damit ein Eindruck von der Qualität der Daten gewonnen werden kann. Die Auswertung lehnte sich sodann an die der Gespräche an. Jede Antwort der Teilnehmer wurde hinsichtlich ihrer Inhaltspunkte den schon vorhandenen Kategorien der Gesprächsauswertung zugeordnet, so dass sich 168 Seiten kategorisierte Fragebogendaten ergaben. Diese wurde sodann mit den Inhaltskategorien der Gespräche zum Gesamtpanorama zusammen geführt.

### 7.1 Kurzversion (k15)

Hinweis: Bei der Installation des Fragebogens auf dem privaten PC wurde bei jedem Teilnehmer zunächst ein Begrüpfungsfenster geöffnet, welches den Hintergrund der Studie und die Zielrichtung erläutert. Der Text mit einem Foto von mir ist identisch mit der Webseite, welche von den Interessenten für das Herunterladen des Fragebogenprogramms aufgerufen wurde.

Mit einem Klick auf den Button „Nächste Frage“ werden Sie durch den Fragebogen geführt.

Mit einem Klick auf „Zur Themenliste“ erhalten Sie eine Übersicht über alle Kategorien und ob Sie diese schon bearbeitet haben.

Zunächst möchte ich von Ihnen einige Basisinformationen erfragen, die für die Auswertung wichtig sein können.

- Auf welchem Wege sind Sie auf diesen Fragebogen bzw. auf die Studie aufmerksam geworden?

Es folgt die Abfrage diverser soziografischer Daten wie Alter, Geschlecht, Ausbildung, derzeitige Berufstätigkeit, Anzahl der Kinder. So ist die Teilnehmerin des Fragebogens k15 weiblich, 23 Jahre alt und derzeit im Studium an einer deutschen Hochschule. Sie hat 1 Kind.

Bevor wir zu Ihren konkreten Erfahrungen als Kind kommen, möchte ich Sie zunächst bitten, mir einige Daten Ihres Lebens als Kind im Umfeld der Trennung Ihrer Eltern zu nennen. Es geht also um die Fakten, soweit Sie diese erinnern.

- Wie alt waren Sie ungefähr, als Ihre Eltern sich räumlich trennten?
- Wie wurde die Betreuung von Ihnen als Kind nach der Trennung geregelt (bei wem lebten Sie hauptsächlich)? Falls es mehrere Phasen unterschiedlicher Betreuungsregelungen gegeben hat, nutzen Sie bitte die weiteren Zeilen:
- Haben Sie Geschwister?
- Falls Ja: Wie wurde die Betreuung Ihrer Geschwister nach der Trennung Ihrer Eltern geregelt?
- Wie oft haben Sie den nicht-hauptbetreuenden Elternteil gesehen (sog. Besuchs- oder Umgangsregelung)? Falls es mehrere Phasen unterschiedlicher Umgangsregelungen gegeben hat, nutzen Sie die weiteren Zeilen. Es genügt, wenn die Angabe Ihres damaligen Alters ungefähr ist und die Besuchsregel im Großen und Ganzen eingehalten wurde.
- Wenn es längere Zeiten des vollständigen Kontaktabbruchs zum nicht-hauptbetreuenden Elternteil gegeben hat, notieren Sie diese bitte hier:
- Hatten Ihre Eltern nach der Trennung neue Partner?  
Bei meiner Mutter war es wie folgt:  
Bei meinem Vater war es wie folgt:

Die Teilnehmerin des Fragebogens k15 war bei der Trennung ihrer Eltern 7 Jahre alt, danach hatte sie ihren Lebensmittelpunkt bei der Mutter. Bis 12 Jahre besuchte sie ihren Vater regelmäßig 14-tägig über das Wochenende, in der Phase 12–16 Jahre etwa einmal monatlich. Ab diesem Alter brach der Kontakt zu ihm ab („Ich habe mich mit ca. 16 mit meinem Vater zerstritten“). Beide Eltern haben neu geheiratet, aus diesen neuen Ehen ist jeweils ein Halbgeschwister entstanden.

## Der eigentliche Fragebogen

Sie können nun mit der Beantwortung der Fragen beginnen. Sie können soviel schreiben, wie Sie möchten. Vielleicht stellen Sie sich vor, an einem fiktiven Tagebuch zu schreiben ... Der notwendige Platz wird automatisch geschaffen.

Mit dem Button „Weiter zur nächsten Frage“ gehen Sie einfach durch den Fragebogen hindurch. Sie können jederzeit mit dem Button „Zurück“ zu schon bearbeiteten Fragen zurück gehen, um Ergänzungen oder Korrekturen einzufügen. Wenn Sie alle Fragen fertig bearbeitet haben, wählen Sie den Button „Absenden“ am Ende des Fragebogens.

Um sich inhaltlich einzustimmen, versetzen Sie sich vielleicht zuvor gedanklich in die Zeit vor der Trennung Ihrer Eltern. Versuchen Sie, innerlich Kontakt zu Ihrem damaligen Lebensgefühl aufzunehmen. Stellen Sie sich die Wohnung vor, in der Sie als Kind gelebt haben. Können Sie sich an die Einrichtung erinnern, ggf. den Garten, die unmittelbare Umgebung? Sehen Sie sich selbst als Kind vor Ihrem inneren Auge in dieser Wohnung, mit Ihren Eltern und ggf. Geschwistern. Können Sie sich daran erinnern, welche Kleidung Sie anhatten? Sehen Sie Spielzeug von damals? Gibt es Gerüche, die Sie erinnern?

- Wie habe ich mein Leben als Kind vor der Trennung meiner Eltern empfunden? Gibt es besondere Erinnerungen an die Partnerschaft meiner Eltern, an Konflikte, die Atmosphäre zuhause?

In meiner Kindheit sind wir einmal umgezogen. Vor dem Umzug hatte ich eine schöne Kindheit: Wir wohnten mit meinen Großeltern, meiner Tante, meinem Onkel und den beiden Cousins, die etwa gleichaltrig wie ich und mein Bruder waren, unter einem Dach. Wir haben jeden Tag gespielt und waren eine große Familie. Die klassische Kleinfamiliensituation gab es eigentlich selten, wir waren auch kaum in unserer Wohnung, überwiegend bei der Tante oder den Großeltern. Unsere Wohnung war kahl und unfreundlich, kein zu Hause. Meine beiden Eltern waren Vollzeit erwerbstätig. Wenn mein Vater den Kontakt zu uns Kindern gesucht hat, empfand ich das schon immer als unangenehm. Bei meiner Tante habe ich mich richtig wohl gefühlt, der Lebensmittelpunkt von mir und meinem Bruder war dort.

Als ich etwa fünf Jahre alt war, sind wir umgezogen. In dem neuen Ort waren wir Fremde und konnten uns kaum integrieren. Mein Bruder und ich waren viel bei einer Tagesmutter und deren Sohn, unsere Eltern arbeiteten weiterhin Vollzeit. Abends kümmerte sich meine Mutter rührend um uns, mein Vater weniger und ist auch nicht auf die Belange seiner Kinder eingegangen.

Wegen uns Kindern kam es dann öfter zum Streit, dabei hat meine Mutter auf der Seite von uns Kindern gestanden, mein Vater war immer der Meinung, sie würde uns verwöhnen und wir hätten keine Ahnung, was wir wirklich wollen und brauchen. Drei Beispiele:

1. Ich brauchte neue Socken. Der Winter und damit die Strumpfhosenzeit war vorbei, die Socken aus dem vergangenen Jahr zu klein. Meine Mutter hat mir neue gekauft, welche mit Rüschen (also besonders hübsch für Mädchen.) Mein Vater hat nicht nur die Ausführung der Socken, sondern den Kauf an sich als Verwöhn- Programm abgestempelt und kritisiert.

2. Mein Bruder und ich (ich 5-6, er 3-4) schliefen in einem Bett. Durch den Umzug bedingt ist er wieder zum Bettnässer geworden. Ich wollte ein Hochbett, um nicht länger jede Nacht angepinkelt zu werden. Mein Vater beharrte trotz meines starken Wunsches darauf, dass es für Kinder schön sei, in einem Bett zu schlafen. Dass mein Bruder wieder zu pinkeln angefangen hatte, ignorierte er schlicht. Es war meine Mutter, die jede Nacht aufstand, das Bett neu zu machen. Er hat davon nichts mitbekommen. Erst nach heftigem Streit und einem Jahr in dieser Situation hat meine Mutter ein Hochbett für uns durchsetzen können.

3. Wir waren öfter schwimmen. Als Anregung, damit ich schwimmen lerne, hat mein Vater mir versprochen, dass, sobald ich das Seepferdchen habe, ich einen echten Badeanzug bekomme. Die Zeit davor bin ich in einer alten Unterhose geschwommen. Als ich das Schwimmbadzeichen dann im Alter von fünf Jahren bestand, fand er, es sei dennoch zu früh für einen Badeanzug (andere Kinder hatten schon viel früher welche). Meine Mutter hat mir dann einen gekauft. Das musste mein Vater hinnehmen.

- Welche Erinnerungen habe ich an die Monate vor und nach der räumlichen Trennung meiner Eltern? Wie ging es mir? Welche besonderen Situationen erinnere ich? Wie kann ich mein Lebensgefühl damals beschreiben?

Meine Eltern haben sich häufiger gestritten. Wegen uns Kindern, aber auch, weil meine Mutter den Arbeitsplatz bekommen hat, den mein Vater haben wollte. Er war ein halbes Jahr arbeitslos (wir trotzdem bei der Tagesmutter),

dann hat er eine Fortbildung begonnen. Er hat sich in seinem Ego als Mann verletzt gesehen, da nicht er, sondern meine Mutter die Familie ernährte. Hausarbeit war seiner Meinung nach aber weiterhin Frauensache. Als ich meine Mutter das erste Mal habe weinen sehen, habe ich sie getröstet und gefragt, ob sie sich jetzt trennen werden. Sie hat nein gesagt, es aber ein halbes Jahr später doch getan. Die Trennung fand erst innerhalb der Wohnung statt: Meine Mutter zog mit dem Schlafsofa ins Schlafzimmer, das Wohnzimmer wurde in zwei Bereiche getrennt, das Ehebett in den einen Teil gestellt, als neues Zimmer für meinen Vater. Der Umbau fand an einem Vormittag für meinen Vater überraschend statt; meine Mutter und mein Onkel haben umgeräumt, mein Vater hat getobt, als er nach Hause gekommen ist. Aber er hat es akzeptiert und von nun an im Wohnzimmer geschlafen. Jetzt hat er sich zu einer Paartherapie bereit erklärt, etwas, worum meine Mutter ihn vor einem halben Jahr gebeten hat. Nun war es aus ihrer Sicht zu spät.

Auf einer Fortbildung hat meine Mutter meinen Stiefvater kennen gelernt. Sie hat viel mit ihm telefoniert und ist jedes zweite Wochenende die 200 Kilometer zu ihm gefahren. Anfangs ohne uns Kinder, später mit uns. Das andere Wochenende haben meine Eltern ausgemacht, dass mein Vater bei seinen Eltern übernachten soll, damit mein Stiefvater uns besuchen kommen kann. An einem Wochenende war er aber nicht weg, als wir nach Hause kamen. Er hat geschrien, dass er sich nicht aus seiner eigenen Wohnung vertreiben lassen will, und sich mit meinem Stiefvater geschlagen. Das war das erste Mal, dass ich mitbekommen habe, dass nicht nur Kinder, sondern auch Erwachsene sich prügeln können. Ich war geschockt. Meine Mutter hat uns Kinder zu den Nachbarn gebracht und wollte den Streit schlichten. Als sie uns nach einer Stunde abgeholt hat, hatten sie und mein Stiefvater blutende Nasen, er eine gebrochene Brille, mein Vater ein blaues Auge, ein Schrank und eine Tür waren kaputt. Danach sind wir jedes Wochenende zu meinem Stiefvater gefahren, er ist nicht mehr zu und gekommen.

Etwa ein halbes Jahr später sind wir dann ganz zu ihm gezogen. In der neuen Umgebung habe ich mich von Anfang an wohl gefühlt. Mein Stiefvater hat schnell mein Herz erobert und war mir ein besserer Vater, als mein leiblicher Vater es je gewesen ist. Er hat sich Zeit für uns Kinder genommen, sich mit uns unterhalten, uns die Welt erklärt, mit uns Legoburgen gebaut usw. Das erste Mal überhaupt, dass ein Mann mit uns Kindern richtig gespielt und uns ernst genommen hat. Ich war in meiner neuen Heimat gleich zu Hause, was ich in dem Dorf, in dem ich die beiden vorherigen Jahre verbracht habe, nie war. Meinen leiblichen Vater habe ich dennoch vermisst. Jedes zweite Wochenende waren wir bei ihm. Getroffen haben wir ihn jedoch immer bei einer Freundin von ihm mit deren beiden Kindern. Eigentlich haben wir dort mehr Zeit mit den anderen beiden Mädchen verbracht als mit ihm.

Als mein Vater seine jetzige Frau kennen lernte, sind wir, wenn wir bei ihm waren, immer dorthin gefahren. Sie hat eine Tochter, die genauso alt ist wie ich. Anfangs haben wir uns noch einigermaßen gut verstanden (obwohl ich es schade fand, dass wir die anderen beiden Mädchen jetzt kaum noch gesehen haben). Später schien sich ein Hass meiner Stiefmutter auf mich zu entwickeln. Ich habe den Konflikt nicht entschärft, sondern noch gestärkt. Mein Vater hat sich auf die Seite meiner Stiefmutter geschlagen.

- Wie ging mein Leben als Kind / Jugendliche(r) in den nächsten Jahren weiter? Welche Erfahrungen oder besondere Situationen erscheinen mir wichtig - auch im Zusammenhang mit der zurückliegenden Trennung meiner Eltern? Wie kann ich mein Lebensgefühl damals beschreiben?

Mein Vater wurde mir zunehmend unwichtiger. Mein Lebensmittelpunkt war ein anderer. Er hat sich -wohl nicht völlig zu Unrecht- ausgegrenzt gefühlt. Er hat verlangt, zu den Geburtstagen von uns eingeladen zu werden. Meine Mutter hat das untersagt, da sie schlimmste Erwartungen an ein Zusammentreffen meines Vaters und meines Stiefvaters knüpfte. Geburtstags- und Weihnachtsgeschenke bekamen wir von ihm irgendwann mit der Begründung nicht mehr, dass er sie nur geben würde, wenn wir zusammen feiern.

Als meine Tante einmal zu Besuch war, habe ich meinem Vater kurzerhand abgesagt. Das hat er nicht akzeptiert. Wir seien seine Kinder und er habe ein Recht darauf, und zu sehen. Er ist zu uns gekommen und hat uns Kinder aus der Wohnung zerren wollen. Mein Stiefvater hat ihn rausgeschmissen. Mein Vater hat die Türe eingetreten, sich mit meinem Stiefvater geschlagen, meine Tante hat die Polizei gerufen, mein Vater hat Hausverbot bekommen. Einige Stunden saß er noch im Auto vor dem Haus. Dann ist er gefahren.

Ein anderes Mal, als wir auf dem Rückweg von meinem Vater nach Hause waren, hat er mir erzählt, wie es denn vor meiner Geburt war. Ich wusste, dass ich Resultat aus einem One-Night-Stand bin, nicht geplant war, und mein Vater erst nach meiner Geburt von meiner Existenz erfahren hat. Was er erzählt hat, war noch erschreckender: Meine Mutter hätte zu spät für eine Abtreibung erfahren, dass sie schwanger ist, und mich aushungern wollen. Sie habe gefastet um eine Fehlgeburt zu provozieren. Sie habe in der Schwangerschaft viel geraucht und ab- statt zugenommen. Deshalb sei ich auch eine Mangelgeburt gewesen. Das hat er mir erzählt, als ich neun Jahre alt war. Ich habe geweint, drei Tage nicht mit meiner Mutter gesprochen und nicht gewusst, wo ich hingehöre- warum ich überhaupt lebe. Dann habe ich mit meiner Mutter geredet und festgestellt, dass es so schlimm doch nicht war. Meine Mutter hat in der 8. Woche die Schwangerschaft festgestellt- es wäre eine Abtreibung noch möglich gewesen. Zehn Kilo hat sie in der Schwangerschaft zugenommen. Dass sie geraucht hat, stimmt, dass sie sich an den Gedanken, Mutter zu werden, erst noch gewöhnen musste, stimmt, und dass sie von diesem Mann eigentlich kein Kind wollte, stimmt auch. Ich war der Grund, warum sie nach der Geburt dann doch versucht hat, mit meinem Vater eine Familie zu gründen. Aber richtig Liebe ist da nie gewesen. Meine Mutter hat meinem Vater nicht gesagt, dass sie ein Kind von ihm erwartet. Er hat sie in der ganzen Schwangerschaft nicht gesehen, hat also auch nicht ihr Essverhalten beurteilen können. Nach der Geburt hat ihm eine gemeinsame Freundin gesagt, dass meine Mutter ein Kind bekommen hat und nicht sagt, von wem sie es habe. Er ist also zu ihr gefahren, um zu hören, dass er nicht der Vater ist. War er doch. Erst hat er ihr Verleumdung vorgeworfen, dann vorgeschlagen, zusammen zu ziehen. Ich war ein Jahr, als meine Eltern richtig ein Paar wurden.

Als mein Vater meine Stiefmutter geheiratet hat, hat er mich und meinen Bruder zur Hochzeit eingeladen. Als wir dann dort waren, haben wir feststellen müssen, dass wir nicht mitdürfen, weder aufs Standesamt noch hinterher auf die Feier im Restaurant. Wir saßen allein bei ihm zu Hause.

In meiner Familie mit meiner Mutter, meinem Bruder, meinem Stiefvater und meinem kleinen Bruder habe ich mich wohl gefühlt. Bei Besuchen bei meinem Vater ist mir immer wieder aufgefallen, wie anders die Lebenseinstellung und die Lebensart dort sind. Meine Stiefmutter und mein Vater sind viel konservativer und traditioneller- gerade in der Pubertät bin ich damit nicht klar gekommen. Ich war Vegetarier -zu Hause kein Problem, da gab es eh nur einmal die Woche Fleisch und dann konnte ich mir mein Essen immer anders zusammen stellen- aber dort wurde von mir erwartet, zu essen, was auf den Tisch kommt. Und es gab nichts, was ich hätte essen können. Eintopf mit Fleisch, Fleisch mit Kartoffeln und Gemüse, an dem Speck war, Speck sogar im Salat. Rauspulen war verboten. Dann bin ich in Essensstreik getreten. Zwei Wochen in den Sommerferien waren wir da, mit 13 war ich sehr schlank, als ich 5 Kilo abgenommen habe, war ich mager. Meine Hüftknochen stachen hervor und ich fühlte mich hässlich. Aber ich wollte mich dieser Esskultur nicht ergeben, bin beim Streik geblieben. Zu Hause habe ich wieder zugenommen.

Bei einem weiteren Besuch habe ich einmal mit meiner Mutter telefoniert. Meine Stiefmutter will rausgehört haben, dass ich sie nicht leiden kann. Sie hat meinem Vater mit Trennung gedroht. Sie hasst mich seit dem. Als ich mit 16 das letzte Mal da war - ich hätte eigentlich eine Woche bleiben sollen - bin ich nach zwei Tagen wieder abgereist. Meine Stiefmutter hat fern gesehen, ich habe mich zu ihr gesetzt. Sie hat gefragt, warum ich das tue, ich solle doch gefälligst rausgehen. Also bin ich gefahren. Einmal habe ich sie - auf anraten ihrer eigenen Tochter - belogen. Diese hat mich dann verraten. Seit dem bin ich die Lügnerin.

Meine Oma ist gestorben. Meine Cousine hat mich angerufen und mir davon erzählt. Unter Tränen habe ich bei meinem Vater angerufen, und wollte näheres wissen. Meine Stiefmutter war am Telefon. In zwei Stunden wäre mein Vater zurück. Beim zweiten Anruf war er noch nicht da. Aber ich musste mir von meiner Stiefmutter anhören, dass ich beim letzten Anruf hochnäsiger zu ihr gewesen sei. Weil meine Stimme unter Tränen anders klingt?!

Mein Vater wollte sich mit uns nie über Finanzen unterhalten. Er hat sich ein schönes Haus gebaut und wollte nicht sagen, wie teuer das war. Mich interessiert so etwas sehr. Er hat auch nicht sagen wollen, wie viel er verdient. Bei einem Blick in die Düsseldorfer Tabelle ist mir aber aufgefallen, dass seine Unterhaltszahlungen in jedem Fall zu niedrig sein müssen, weil er auch, als ich 16 war, so viel zahlte wie in der untersten Einkommensgruppe für ein bis 7-jähriges Kind. Er war der Meinung, er zahle eher zu viel, als zu wenig. Mit 17 bin ich vor Gericht gezogen, d.h. am Anfang meine Mutter für mich (aber auf meine Initiative hin), später stritt ich selber. Das entzweite uns völlig.

- Wie hat sich mein Verhältnis zu meinen Eltern später - bis ins Erwachsenenalter hinein - verändert? Sehe ich Zusammenhänge dieser Entwicklung mit der früheren Trennung meiner Eltern?

Mit meinem leiblichen Vater verstehe ich mich nicht mehr. Heute habe ich entstandene Gerichtskosten zu tragen und bekomme, seit dem ich mitten im Abitur gesteckt habe, kein Unterhalt mehr. Ich musste selber arbeiten, verlor deshalb den Prozess. Obwohl mein Vater laut Bafög-Bescheid zahlen sollte, tut er es nicht. Es ist ihm egal, wie ich über die Runden komme. Auch mit

Kind. Er will seine Enkeltochter kennen lernen, aber nicht seinen Unterhaltspflichtigen nachkommen. Er sagt nie, dass er stolz auf mich ist. Das tut am meisten weh. Dabei dürfte er es ruhig sein: Trotz Job 1,6 im Abitur, trotz Kind erfolgreich im Studium, Scheinfrei im 8. Semester. Kontakt haben wir nur noch über E-Mail und der Inhalt ist selten erfreulich. Ich möchte mich von meinem Stiefvater adoptieren lassen. Er ist ein besserer Vater. Den anderen wäre ich dadurch los. Doch mein leiblicher Vater hat Beschwerde eingereicht - mit dem Resultat, dass die Adoption auch nach 1,5 Jahren nicht durch ist.

In meiner Schwangerschaft habe ich versucht, mich mit meinem Vater wieder anzunähern. Doch es hat nicht geklappt. Die e-Mails sind immer verletzend geworden. Ich habe festgestellt, dass wir von einem ganz anderen Schlag Menschen sind und scheinbar gar nicht miteinander zurecht kommen können, die Denkart und Argumentationsweisen sind so unterschiedlich. Ich will mit diesem Menschen nichts mehr zu tun haben - aber er soll dennoch stolz auf mich sein. Oder neidisch.

Mit meiner Mutter und meinem Stiefvater verstehe ich mich bestens. wir telefonieren fast täglich und sehen uns etwa einmal die Woche.

Manchmal denke ich, dass ich mich mit meinem Vater entzweien musste: Gewollt hat er mich nie (obwohl er sich doch zur Vaterschaft bekannt hat, als er davon erfahren hat). Er beharrt sehr auf seiner Meinung, ist unzugänglich für Argumente und verschließt sich vor dem Augenscheinlichen. Er sieht in mir, je nach Wahl, ein Kind, mit dem nicht zu reden ist, oder einen Erwachsenen, der schon alles wissen muss. Und er hat eine Frau, deren Tochter gleich alt wie ich ist. Die ein nicht so gutes Abitur hat wie ich und die nicht so hübsch ist. Kurz: Ich vermute, dass meine Stiefmutter mich hasst, weil sie es hasst, dass die Exfrau ihres Mannes ein schöneres Kind hat als sie selber. Deshalb hat sie aktiv zur Entzweigung beigetragen, um meine Gegenwart nicht ertragen zu müssen.

- Wie sehe ich mit den Augen eines Erwachsenen auf meine Erfahrungen im Zusammenhang mit der Trennung meiner Eltern zurück? Wie sehe ich das Verhalten meiner Eltern vor und nach der Trennung?

Die Trennung war für mich als Kind im ersten Augenblick schmerzlich. Ich konnte nicht verstehen, warum wir nicht wie bisher alle zusammenwohnten, warum ich mich plötzlich entscheiden sollte, ob ich meine Mama oder meinen Papa lieber habe, bei wem ich in Zukunft wohnen will. Aber mit der neuen Situation war ich sehr schnell sehr zufrieden, nicht zuletzt, weil mein Stiefvater seine Rolle so gut erfüllt hat. Ich denke aber auch, dass es mir geholfen hat, dass ich diese Situation nicht alleine durchleben musste, sondern dass mein Bruder mit genau den gleichen Problemen konfrontiert war.

Das Verhalten meiner Eltern war nicht immer so, wie man es von Erwachsenen erwartet. Mein Vater ist in der Zeit der Trennung zu wenig auf meine Mutter eingegangen und hat gar nicht gemerkt, dass sie dabei ist, sich von ihm zu trennen. Für ihn war es, als ob sie sich plötzlich getrennt hätte, dabei handelte es sich um einen Prozess von etwa 1,5 Jahren. Meine Eltern haben zu wenig miteinander geredet, zu wenig gemeinsam gehabt, eine zu unterschiedliche Erwartungshaltung dem Leben gegenüber gehabt.

Nach der Trennung haben beide übereinander gelästert. Uns Kindern immer wieder erzählt, wie schlecht der Andere doch ist.

Wenn wir Kinder von etwas begeistert waren, beispielsweise davon, dass meine Mutter aufgehört hat zu rauchen, dann hat mein Vater es ihr gleichgetan. Er hat auch aufgehört zu rauchen. Er hat auch eine Partnerin gefunden. Er hat auch einen Sohn gezeugt. Er hat sich auch ein Haus gebaut, als wir uns eins gekauft haben. Es schien oder scheint mit heute noch so, dass er nie schlechter, immer gleich gut oder besser sein wollte wie meine Mutter.

- Welche Empfehlungen kann ich als „Trennungsexperte“ geben: Was ist für Kinder im Zusammenhang mit der Trennung ihrer Eltern besonders wichtig?

Man muss als Kind schneller selbstständig sein. Mit dem Punkt der Trennung ist man mit Entscheidungen konfrontiert, die sonst erst viel später kommen. Man muss Verantwortung für jede Handlung übernehmen können und zwischen wahren und unwahren Aussagen der Eltern differenzieren lernen. Früher war alles wahr, was die Eltern sagten. Jetzt geht beides nicht mehr zusammen. Man muss seine Wahrheit finden und diese leben.

Man braucht eine dritte Vertrauensperson. Bei mir war es mein Bruder, ich denke, es kann auch eine Oma oder Tante oder so sein, aber jemand, der der Trennung so gegenübersteht, dass er dich nicht zwingt, sich nur immer für ein Elternteil zu entscheiden.

- Wie habe ich das Beantworten dieser Fragen empfunden? Welche Anregungen habe ich für Verbesserungen?

Es ist eine Reise in die Vergangenheit. Altes kommt hoch, und ich merke schon wieder, welche Aggressionen ich immer noch gegen meinen Vater hege.

Ich merke, wie ich Vater=böse, Mutter=gut setze, wobei es sicher nicht immer so war. Bei der Trennung war ich wirklich traurig. Erst im Nachhinein kann ich sagen, dass ich mich als Kind bei meinem Vater unwohl gefühlt habe. Ob das stimmt oder ob sich meine heutige Sicht so auswirkt, dass ich die Erinnerung verfälsche, kann ich nicht sagen. An vielen Stellen hat mein Vater nicht schlecht gehandelt, meine Mutter schon. Doch irgendwie lasse ich das nicht gelten, dass meine Mutter meine Schwangerschaft verheimlicht hat, er sich aber zu der Vaterschaft bekannt hat. Vielleicht, weil es vor der Zeit meiner eigenen Erinnerung liegt, oder weil es nicht in mein schwarz/weiß- Weltbild passt.

Der Fragebogen hat sehr viel Zeit in Anspruch genommen. Ich würde weniger Fragen oder präzisere Fragen stellen. So weiß ich auch nicht, wie man den Fragebogen denn auswerten will. Stelle ich mir sehr anstrengend und langwierig vor.

Ende

Herzlichen Dank, Sie haben mich sehr unterstützt.

Möchten Sie die Ergebnisse der Studie als E-Mail zugesandt bekommen? Ich würde mich freuen, dies zu tun.

Tragen Sie einfach Ihre Mailadresse ein.

(Hinweis: Die Studie wird in ca. 2 Jahren abgeschlossen sein - erst dann werden die



Ergebnisse vorliegen).

Klicken Sie jetzt auf den Button „Fragebogen absenden“ unten rechts am Fensterrand - nochmals ein großes Dankeschön von Carsten Unger

## 7.2 Langversion (I18)

Die Eingangsfragen in der Langversion entsprechen bis zum Abschnitt „Der eigentliche Fragebogen“ der Kurzversion.

Die Teilnehmerin im Fragebogen (I18) ist weiblich, 45 Jahre alt und nach einem Hochschulstudium als Sozialpädagogin tätig. Sie wurde über das „Hamburger Abendblatt“ auf die Studie aufmerksam gemacht. Sie hat zwei eigene Kinder.

Die Teilnehmerin war bei der Trennung ihrer Eltern 12 Jahre alt, sie lebte danach mit ihrem Bruder bis zu ihrer Volljährigkeit bei der Mutter. Zum Kontakt mit dem leiblichen Vater wird ausgeführt:

Ich hatte bis zur Volljährigkeit keinen oder höchstens zeitweise schriftlichen Kontakt zu meinem Vater

Auf die Frage nach der weiteren (partnerschaftlichen) Lebensgestaltung der Eltern wird erklärt:

Wir zogen zum neuen Partner meiner Mutter für 4 Jahre, dann zog meine Mutter mit den Kindern in eine neue Stadt und nahm ihren Vater mit im Haushalt auf. Danach hatte mein Mutter wieder einen neuen Lebensgefährten mit Heirat. Nach der Scheidung hatte sie wieder einen Lebensgefährten.

Mein Vater hat sich getrennt wegen einer neuen Frau, die auch ein Kind von ihm bekam. Die hat ihn verlassen oder er sie? Danach hat er Freundinnen gehabt, jetzt ist er verheiratet.

Es folgen nun die Hinweise zur Navigation (keine Platzbeschränkung, Ergänzungen sind möglich usw., Vorstellung des Tagebuchschreibens) parallel zur Kurzversion sowie die dort schon beschriebene inhaltliche Einstimmung (Erinnerung an damalige Einrichtung, Umgebung, sich selbst bzw. Familienmitglieder vor dem inneren Auge sehen, Spielzeug, Gerüche usw.).

### <I> Mein Erleben unmittelbar vor der Trennung meiner Eltern

- Bitte beschreiben Sie die damalige Wohnsituation von Ihnen als Kind und Ihrer Familie in der Zeit vor der elterlichen Trennung.

Wir hatten ein Haus gebaut und der Garten wurde angelegt. Ich hatte ein eigenes Stück Garten zur freien Verfügung. Es war alles noch nicht ganz fertig, wuchs aber nach und nach. Wir waren von der Stadt aufs Land gezogen und sind recht naturverbunden aufgewachsen. Ich habe mir mit meinem Bruder ein Zimmer geteilt und das Dachgeschoss sollte ausgebaut werden. Meine Eltern haben viel in Eigenleistung gemacht. Meine Mutter war Hausfrau und mein Vater ist in die Stadt zum Arbeiten gefahren, er kam spät

nach Hause und morgens haben wir ihn nicht gesehen. Am Wochenende hat er uns manchmal mit zur Arbeit genommen.

- Bitte beschreiben Sie Ihre damalige emotionale (gefühlsmäßige) Beziehung zu beiden Eltern vor deren Trennung.

Die Beziehung zu meiner Mutter war damals ...

Meine Mutter war da und versorgte uns, ich hatte eine behütete Kindheit. Als große Schwester fühlte ich mich manchmal ungerecht behandelt meinem Bruder gegenüber. Er kniff und boxte mich in den Bauch und wenn ich mich wehrte, rannte er zur Mutter und ich bekam den Ärger. Bei Hausaufgaben oder anderen Anforderungen an mich war meine Mutter sehr ungeduldig mir gegenüber. Sie war abends froh, wenn wir im Bett waren und sie ihre Ruhe hatte. Sie konnte aber auch herzlich und fürsorglich sein. Ich konnte ihr alles sagen, auch wenn sie mir nicht immer geglaubt hat.

Die Beziehung zu meinem Vater war damals ...

gut, ich hatte das Gefühl, er nimmt mich ernst, ist stolz auf mich und ich habe Einfluss auf ihn. Ich konnte ihn überreden, ins Bett zu gehen, wenn er besoffen war. Ich konnte ihn aus den Gaststätten raus holen. Mir hat er gesagt, dass er eine neue Frau hat und deshalb auszieht. Mir hat er gesagt, warum er für meine Mutter ein Auto gekauft hat und dass sie einen Führerschein machen soll, um selbstständiger zu sein. Mich hat mein Vater gelobt vor allen Leuten und in den Arm genommen. Er hat mir Dinge gezeigt und erklärt, er hat sich Zeit genommen und Geduld gehabt. Nur wenn er besoffen mit dem Auto über meinen Schlitten gefahren ist, weil dieser vor dem Garagentor stand, war Schluss mit lustig.

- Haben Sie als Kind Konflikte ihrer Eltern vor deren Trennung miterlebt? Schildern Sie bitte ggf. eine oder mehrere typische Situationen. Was ging damals in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

Abends wenn wir im Bett lagen und noch nicht schliefen, hörten wir das Geschrei der Eltern. Ich konnte mich mit meinem Bruder damals nicht austauschen, weil ihn das nicht zu interessieren schien. Ich lag dann im Bett und habe mich in den Schlaf geweint, ganz leise unter der Bettdecke. Beim gemeinsamen Sonntagsessen gab es oft Streit wegen der Tischmanieren von mir. Ich habe den Ellenbogen nicht richtig hoch gehoben und mein Vater hat es mir gesagt. Dann hat meine Mutter interveniert und gesagt, er soll mich in Ruhe lassen. Es ging so weit, dass mein Vater mit einer Nähnadel mir von unter in den Ellenbogen piekte und meine Mutter kreischend und weinend raus rannte. Ich hasste die Sonntagsessen und aß wohl auch nicht schnell genug, sondern langsam (mir blieb das Essen im Hals stecken), so dass ich vor meinem kalten Essen saß und mein Bruder schon die Filme wie Flipper etc. im Fernsehen sehen durfte und ich in meinem Essen rumstocherte und weinte. Wenn mein Vater besoffen war und ich die Aufgabe hatte, ihn zu „retten“, ( raus holen, einhaken, abstützen, zureden) und ich auch erfolgreich damit war, fühlte ich mich groß und stark, da konnte ich handeln.

- Wurden Sie als Kind von einem oder beiden Elternteil(en) gezielt vor der Trennung in deren partnerschaftliche Konflikte einbezogen (z. B. durch Gespräche über den anderen Elternteil oder Trennungspläne)?

Ja, von meinem Vater. Meine Mutter schien ahnungslos. Es war Weihnachten und wir saßen im Wohnzimmer, meine Mutter war in der Küche. Mein Vater bat mich, sich zu ihm zu setzen, sagte, ich sei ja jetzt schon ein großes Mädchen und darum will er mir etwas sagen. Er erzählte von einer neuen Frau und dass er ausziehen wird. Ich habe gar nicht alles mehr gehört, weil ich ganz traurig in die Küche lief, um meine Mutter zu fragen, ob das stimmt und sie sagte nein. Das Schlimme war, dass er dann doch ging.

Im Rückblick gab es, glaube ich, von beiden Eltern Beschwerden übereinander. Meine Mutter sagte, mein Vater ist ein Säufer und ein Choleriker, er quält dich und macht deine Sachen kaputt und wenn ich groß bin, dann erzählt sie mir mal „alles“. Das verstand ich noch nicht, aber sie hat mir bis heute nicht alles erzählt. Mein Vater beschwerte sich über die Unselbständigkeit meiner Mutter und dass sie nur rumjammert, sich beschwert, wenn der Bus nach Fahrplan fährt und nicht auf sie wartet. Darüber konnte er sich aufregen. Dann konnte sie nicht mit Geld umgehen, sie sah nur, was sie sparte, und nicht was sie ausgab.

- Wie und von wem haben Sie als Kind von der bevorstehenden räumlichen Trennung Ihrer Eltern erfahren? Können Sie sich noch an Ihre erste Reaktion auf diese Nachricht erinnern (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

Für mich brach eine Welt zusammen, ich wollte, dass sich nichts ändert. Ich hätte am liebsten geschimpft und gewütet, aber es war schon alles gelaufen, er ging seiner Wege und ich hatte keinen Einfluss mehr. Mein Vater hat nichts vom Hausstand mitgenommen, aber das Haus musste nach einer gewissen Zeit verkauft werden. Vorher habe ich noch das ehemalige Schlafzimmer als mein eigenes Zimmer bekommen und mir schön eingerichtet. Ich glaube, es war 1 Jahr so.

## <II> Mein Erleben nach der Trennung meiner Eltern

Im Folgenden geht es nun um Ihr persönliches Erleben, Ihre Gedanken, Gefühle, Ihr Verhalten nach der Trennung Ihrer Eltern. Bitte versuchen Sie wie schon zu Beginn dieses Fragebogens, sich in diese Zeit nach der Trennung der Eltern hinein zu versetzen. Sehen Sie sich vor Ihrem inneren Auge in Ihrer damaligen Lebenssituation

- Wie haben Sie sich nach der Trennung Ihrer Eltern gefühlt? Wie ging es Ihnen? Wie haben Sie die Ereignisse in den ersten Monaten verarbeitet? Erinnern Sie sich an Ihre konkreten Reaktionen auf die elterliche Trennung in dieser ersten Phase nach der Trennung?

Wir haben in dem Haus und der gewohnten Umgebung weiter gewohnt. Meine Großeltern kamen öfter zu Besuch. Ich hatte mein eigenes Reich bekommen und habe viel Rollenspiele mit den Barbie Puppen gespielt, die zogen ständig um.

- Wie veränderte sich Ihre damalige Situation später? Wie ging es Ihnen im weiteren zeitlichen Verlauf?

Ich habe meinen Vater vermisst, wir durften keinen Kontakt haben und ich glaube, er ist dann auch zur See gefahren. Ich habe viel an ihn gedacht und mich gefragt, was er macht. Erst war ich wütend und fand das Lied „Wenn

du denkst, du denkst, dann denkst du nur, du denkst, ein anderer kann das nicht...“ toll oder „Du glaubst, dieses Lied ist für dich“. Jedenfalls habe ich versucht, in Liedtexten mich wieder zu finden und habe gesungen und meiner Wut freien Lauf gelassen. Meine Mutter hat sich nicht mit uns unterhalten, damit wir nicht belastet werden. Und damit wir nicht hin und her gerissen werden, sollten wir zum bösen Papa auch keinen Kontakt haben.

Das Haus wurde verkauft und wir zogen in einen anderen Kreis, ein anderes Dorf zu einem anderen Mann, der jetzt unser Ersatzvater sein sollte. Der war auch sehr naturverbunden und hatte keine Kinder und auch noch keine Frau gehabt. Bevor wir umgezogen sind, haben wir öfter einzeln bei den Großeltern in der Stadt übernachtet. Dort kam mein Opa dann auch zu mir ins Bett und wollte mir zeigen bzw. zeigte mir, wie man küsst und wie und wo man anfasst. Ich wollte dort nicht mehr schlafen und meine Mutter wollte mir nicht glauben, was mein Opa da macht. Das war noch schlimmer als das zeigen. Aber dann hat sie wohl doch was gesagt und er hat es gelassen.

- Hatten Sie damals konkrete Schwierigkeiten als Kind (z. B. im Umgang mit anderen, in der Schule, in der Familie ...)? Sehen Sie Zusammenhänge zwischen Ihren damaligen Schwierigkeiten und der Trennung Ihrer Eltern?

Neue Klasse, neue Schule und ich stand ganz alleine vor der Klasse als Neue. Ich bin rot geworden und mir war alles peinlich. Ich fühlte mich richtig ausgeliefert.

- Waren Sie als Kind oder Jugendliche(r) damals wegen evtl. Probleme in ärztlicher, psychotherapeutischer oder anderer Behandlung? Bitte schildern Sie die damaligen Probleme und Behandlungen. Haben Ihnen diese damals geholfen?

(keine Antwort)

- Ggf.: Wie kamen Sie mit den neuen Partnern Ihrer Eltern zurecht? Welche gefühlsmäßige Beziehung entwickelten Sie zu diesen? Welche Bedeutung hatten die Partner damals und im weiteren Verlauf für Sie als Kind?

Zuerst distanziert, aber er ließ mich auch in Frieden. Dann habe ich mit ihm gemeinsam Hühner gerupft und Küken aufgezogen, ich hatte ein eigenes Kaninchen, das ich selber versorgt hatte. Leider wurde es auch geschlachtet und ich habe gehofft, dass es alt und zäh war. Onkel Frido ermöglichte uns den Lebensstandart und war froh über Familie, weil er keine eigene hatte. Leider hat er auch getrunken und meine Mutter geschlagen, da hat sich meine Mutter mir anvertraut und ich habe dann natürlich zu ihr gehalten. Wir sind dann wieder umgezogen und haben den Mann verlassen.

- Wie ging es Ihnen als Kind mit Ihrem Lebensmittelpunkt - also mit der entstandenen Betreuungslösung nach der Trennung Ihrer Eltern? Hätten Sie gerne etwas anders gehabt?

Die Frage stellte sich damals gar nicht. Mein Vater war nicht da und machte sein Ding. Meine Mutter machte auch etwas, ohne unsere Meinung einzuholen, weil sie uns nichts zutraute und ich war froh, das ich einigermaßen mit heiler Haut da raus kam. Das heißt, ich hätte mir mehr Solidarität mit meiner Mutter gewünscht oder Anteilnahme oder einen Mentor oder jemanden, der sagt, alles wird gut.

- Zum Lebensmittelpunkt: Gab es ein Alter von Ihnen als Kind, ab dem Sie selbst entschieden haben, wo Sie leben wollen, unabhängig davon, was Ihre Eltern oder

andere Personen „richtig fanden“? Haben Sie dann Ihren Willen durchgesetzt - falls ja, auf welche Weise?

(keine Antwort)

- Gab es irgendetwas, was Ihnen damals als Kind inneren Halt, Kraft und Tröstung gegeben hat? Konnten Sie konkret etwas tun, damit Sie sich besser fühlen? Haben Sie als Kind dafür etwas „erfunden“ oder „gefunden“?

Rollenspiel mit Barbies, singen oder Liedtexte, die Gefühle beschreiben. Freunde besuchen.

- Konnten Sie sich mit Ihren Gedanken und Gefühlen, was die Trennung Ihrer Eltern angeht, an irgend jemanden vertrauensvoll wenden?

Nein.

- Gab es irgend etwas, was Sie sich damals als Kind tief gewünscht haben?

Ich war zum Konfer und habe dort zugehört und war dann noch 1 x die Woche zu einer Bibelstunde, da wurde von Liebe und Trost und Angenommen-sein gesprochen, das hat mich berührt und glücklich gemacht. Ich habe gebetet und ich habe meinen ersten Freund kennen gelernt. Ich habe mir gewünscht, Zuneigung und Anerkennung und Liebe zu bekommen und dieses so auch in einer Form erfahren

- Fällt Ihnen ein Bild, eine Landschaft, ein Gedicht, ein Lied, ein Vergleich oder ähnliches ein, wodurch sich das Lebensgefühl ausdrücken ließe, welches Sie damals als Kind nach der Trennung Ihrer Eltern hatten? Bitte schildern Sie diese Assoziationen und benennen Sie möglichst, warum genau dieses Bild, dieser Vergleich für Ihr damaliges Lebensgefühl so passend erscheint.

Wut-Angst-Trauer-Leere-Neuanfang-Veränderung-Liebe-Geborgenheit-wieder Umzug-Unbeständigkeit.

### <III> Konflikte meiner Eltern nach der Trennung

- Hatten Ihre Eltern damals nach ihrer Trennung Konflikte, die Sie als Kind direkt oder indirekt miterlebt haben? Schildern Sie bitte ggf. eine oder mehrere typische Situationen. Was ging damals in solchen Situationen in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

Der einzige Konflikt schien materieller Art zu sein. Meine Mutter sagte, der Vater zahlt keinen Unterhalt und das Haus wird auch nicht mehr bezahlt. Ich hatte keine Einflussmöglichkeit und vertraute auf meine Mutter.

- Ggf.: Hatten Sie für sich als Kind eine subjektive Erklärung, wodurch dieser Streit der Eltern entsteht und was Sie selbst evtl. damit zu tun haben?

Ich hatte keine Erklärung für den Streit, nur das Gefühl, ich muss sie wieder zusammen bringen

- Haben Ihre Eltern mit Ihnen als Kind über diesen Elternstreit gesprochen - falls ja: In welcher Weise? Was ging damals in solchen Situationen in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

(keine Antwort)

- Haben Ihre Eltern (oder ein Elternteil) mit Ihnen als Kind über den anderen Elternteil gesprochen? Falls ja: Schildern Sie bitte, in welche Richtung. Ggf: Schildern Sie konkrete Situationen, an die Sie sich erinnern. Was ging damals in solchen Situationen in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

(keine Antwort)

- Haben Sie als Kind versucht, Einfluss zu nehmen auf das Verhalten Ihrer Eltern nach deren Trennung? Haben Sie eine bestimmte „Methode“ entwickelt, das Verhalten Ihrer Eltern zu verändern?

(keine Antwort)

- Haben Sie als Kind mitbekommen (atmosphärisch oder durch direkte Gespräche), was die Elternteile gegenseitig voneinander halten oder denken? Bitte schildern Sie, wodurch Sie dieses damals mitbekommen haben und welche Gedanken oder Gefühle Sie dabei hatten. Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

(keine Antwort)

- Ggf.: Hat sich das Verhalten Ihrer Eltern (z. B. im Umgang untereinander) im weiteren zeitlichen Verlauf verändert? Bitte schildern Sie diese Veränderungen und wann diese ungefähr eingetreten sind.

Als meine Eltern Großeltern waren, sind sie sich an Kindergeburtstagen begegnet. Ich habe bis zu meinem 40. Geburtstag gedacht, ich muss meine Eltern versöhnen und da erst gemerkt, dass es nicht geht, weil sie grundverschieden sind und weil es nicht mein Auftrag ist, es ist deren Leben und deren Versöhnung oder auch nicht. Ich gebe jetzt auf die Fragen von meiner Mutter, was ich von meinem Vater gehört habe, den Ball zurück und bitte sie, ihn selber anzurufen.

- Ggf.: Ab welchem Alter hatten Sie als Kind das Gefühl, sich unabhängiger von dem Verhalten der Eltern (z. B. deren Konflikten) machen zu können? Was hat sich dadurch für Sie selbst geändert?

Mit 16 habe ich mir Bücher aus der Bücherei ausgeliehen über Pubertät und Beziehungen und Konflikte und habe sie meiner Mutter vorlesen wollen. Sie ist dabei eingeschlafen und da habe ich mich entschieden, das ist vergebene Liebesmühe, ich kümmere mich um mein Leben und meine Beziehungen und sie macht das so, wie sie will. Ich fühlte mich mit 16 total erwachsen und selbstständig und wollte auch autonom sein. Ich habe nur noch das Nötigste gefragt und abgesprochen und bin meiner Wege gegangen.

#### **<IV> Kontakte zum Elternteil, bei dem ich nicht lebte**

- Haben Sie als Kind gespürt, welche Haltung Ihre Hauptbetreungsperson, bei der Sie damals ihren Lebensmittelpunkt hatten, gegenüber Ihren Besuchen bei dem anderen Elternteil hatte? Welche Haltung konnten Sie wahrnehmen und woran merkten Sie dies? Welche Auswirkungen hatte das auf Sie als Kind? Ggf.: Was hätten Sie sich damals als Kind für eine Haltung Ihrer Hauptbetreungsperson gewünscht?

Meine Mutter hasste meinen Vater und ich habe mit 18 selber Kontakt zu meinem Vater gesucht und gefunden. Ich hätte mir meinen Vater gewünscht

oder zumindest, dass er vorhanden ist, ich konnte es nur heimlich wünschen oder durch Liedtexte ausdrücken. Ich hätte mir von meiner Mutter mehr Verständnis gewünscht und mehr Offenheit.

- Zur Besuchsregelung: Gab es ein Alter von Ihnen als Kind, ab dem Sie selbst entschieden haben, wie oft sie den nicht-hauptbetreuenden Elternteil sehen wollen, unabhängig davon, was Ihre Eltern oder andere Personen „richtig fanden“? Haben Sie dann Ihren Willen durchgesetzt? Was wurde dadurch anders in Ihrer Beziehung zum umgangsberechtigten Elternteil?

(keine Antwort)

- Falls es Zeiten gegeben hat, in denen der Kontakt zum nicht-hauptbetreuenden Elternteil abgebrochen ist: Wodurch ist diese Unterbrechung Ihrer Meinung nach entstanden? Hätte dies vermieden werden können, ggf. wodurch? Beziehen Sie sich dabei ggf. auf die verschiedenen Phasen von Frage 10 im Kapitel „Vorab einige Daten“ am Anfang dieses Fragebogens.

Mein Vater ist zur See gefahren und hat sich räumlich so unerreichbar gemacht. Es gab damals (1974) das Schuldprinzip, dadurch hatte mein Vater Schuld und kein Recht und meine Mutter Recht in jeder Hinsicht.

- Hatten Sie in diesen Zeiten, als Sie einen Elternteil nicht sehen konnten, andere Möglichkeiten, mit diesem Kontakt aufzunehmen (z. B. über Telefon, Brief, etc.)?

Nein.

- Hat sich der Elternteil, zu dem der Kontakt zeitweilig abgerissen ist, von sich aus bei Ihnen gemeldet (z. B. über Telefon, Brief, Geschenke zu Festtagen)? Wie haben diese Kontaktversuche auf Sie als Kind gewirkt?

Manchmal. Ein Geschenk zum Geburtstag per Post. Das habe ich gehütet und meine Mutter hat es schlecht gemacht: Das hat die neue Frau für dich ausgesucht, so was hätte dein Vater nie gekauft. Für mich war das ein Lebenszeichen, ich wollte wissen, wie es meinem Vater geht, was er macht, Anteil haben.

## **<V> Das damalige Verhalten meiner Eltern - wie war es für mich?**

- Gab es Verhaltensweisen Ihrer Mutter, aus denen sich für Sie als Kind besondere Belastungen ergeben haben? Bitte schildern Sie die Verhaltensweisen Ihrer Mutter und die daraus entstandenen Belastungen.

Ich musste mich heimlich nach meinem Vater sehnen, ich konnte meine Schmerz nur verschlüsselt ausleben. Ich wurde bei meiner Trauer nicht begleitet.

- Was hätten Sie sich von Ihrer Mutter damals gewünscht, wie sie sich anders hätte verhalten sollen? Was wäre dadurch für Sie als Kind besser oder anders geworden?

Meine Mutter sagte, sie wollte mich schützen, wenn ich wissen wollte, was ist, wieso es so ist, und hat mir keine Fragen beantwortet. Ich hätte meine Position, meinen Selbstwert besser finden können, gerade in der Pubertät, wo man Antworten sucht zu seiner Identität. Sie hat mir nur gesagt, ich bin ein Kind der Liebe und aus Liebe entstanden, dann hat mein Vater sich

durch den Alkohol so verändert und sie musste uns alleine durchbringen. Sie hat auf alles für die Kinder verzichtet, ihr Leben waren die Kinder. Ich habe mit ihr im Kino „Kramer gegen Kramer“ gesehen und wollte mich mit ihr mit dem Thema auseinandersetzen, aber sie ist nicht bereit dazu gewesen. Ich habe mich so naiv und autodidaktisch mit dem Thema auseinandergesetzt. Als ich mit 17 von meiner ersten großen Liebe verlassen wurde, war ich ernsthaft suizidgefährdet und meine Mutter hat es nicht mitbekommen. Sie hat zwar gemerkt, dass ich 1 Woche nicht zur Schule war und nicht gegessen und nur geheult und im Bett gelegen habe, aber das Gespräch hat sie nicht gesucht. Es waren Freunde, die mich besucht, aufgebaut, gesprochen, mich da raus geholt haben und mich in meiner Trauer begleitet haben. Die Interesse an mir hatten und mich nicht alleine ließen.

- Was hat Ihre Mutter damals in Bezug auf die elterliche Trennung „am besten hinbekommen“?

Satt und sauber.

- Gab es Verhaltensweisen Ihres Vaters, aus denen sich für Sie als Kind besondere Belastungen ergeben haben? Bitte schildern Sie die Verhaltensweisen und die daraus entstandenen Belastungen.

Mein Vater war feige, er hat mich vorgeschickt, aber er war mit mir (früher) im Dialog. Die Belastung bestand darin, dass er mich (dann) allein gelassen hat, dass er keinen Unterhalt gezahlt hat, er war nicht mehr im Dialog, ich wurde nicht mehr geschützt und gefördert.

- Was hätten Sie sich von Ihrem Vater damals gewünscht, wie er sich anders hätte verhalten sollen? Was wäre dadurch für Sie als Kind besser oder anders geworden?

Er hätte zum Gespräch da sein sollen, er hätte mich in meiner Trauer begleiten können, wir hätten am Leben des anderen teilhaben können. Ich hätte nicht nach einem „Ritter“ auf dem weißen Pferd gesucht, hätte kein idealistisches Männerbild und ich hätte mich nicht so unvollständig gefühlt.

- Was hat Ihr Vater damals in Bezug auf die elterliche Trennung „am besten hinbekommen“?

Er hat die Chance für den Neuanfang gegeben, indem er nur gegangen ist und nicht alles in 2 geteilt hat. Er hätte den Prozess aber weiter begleiten sollen und sich nicht aus der Verantwortung stehlen sollen. Der Abstand war okay, aber nicht so lange.

## <VI> Die spätere Entwicklung der Beziehung zu meiner Mutter

- Wie hat sich Ihre Beziehung zu Ihrer Mutter über die Pubertät und das junge Erwachsenenalter bis in die Gegenwart entwickelt?

Ich habe mich weiter entwickelt, meine Mutter ist stehen geblieben. Ihr Einfluss war groß auf mich und ich habe lange gebraucht zu merken, dass ich es ihr nicht recht machen kann, und dann noch mal, dass ich es ihr nicht recht machen muss. Die normale Distanz und Ablösungsprozesse in der Pubertät habe ich mir durch Literatur und Freunde erarbeitet, meine Mutter hat mit Schuldzuweisungen dagegen gesteuert. Ich bin mit 18 mit meinem jetzigen Mann zusammen gezogen und sie hat immer versucht, wieder Ein-



fluss auf mich auszuüben. Meiner Mutter geht es gesundheitlich und finanziell schlecht, aber sie ändert sich im Verhalten nicht, sie tut nichts für ihre Situation. Unser Verhältnis ist ambivalent. Sie beschimpft mich und sagt, wie sehr sie mich liebt und dass dies das Wichtigste ist, aber ich bin als Kind undankbar. Sie ist für mich furchtbar anstrengend und ich habe meine Einstellung schon überdacht. Wenn ich ihr z. B. etwas leihe weiß ich, dass ich es nicht wieder bekomme. So leihe ich ihr nur noch Sachen, auf die ich verzichten kann. Früher war ich freizügiger und sie konnte alles von mir haben.

- Haben Sie versucht, mit Ihrer Mutter über frühere Erfahrungen und ggf. Belastungen als Kind im Zusammenhang mit der damaligen elterlichen Trennung zu sprechen? Ggf.: Wie war die Resonanz auf diesen Versuch?

Ja, sie meint, ich bin das Kind und habe keine Ahnung und ich kann andere belehren. Dazu fällt mir doch das alte Sprichwort ein: Jeder ist seines Glückes Schmied.

- Gibt es etwas, das Sie Ihrer Mutter in Bezug auf deren früheres Verhalten im Umfeld der elterlichen Trennung immer noch übel nehmen?

Ja, dass sie nicht ehrlich war. Dass sie nicht offen war. Dass sie heute behauptet, wir können über alles reden und wir können immer offen und ehrlich zu einander sein.

- Glauben Sie, dass Ihr gegenwärtiges Verhältnis zu Ihrer Mutter beeinflusst ist von früheren Erfahrungen im Umfeld der elterlichen Trennung bzw. der dann folgenden Probleme? Ggf.: Welche Einflüsse sehen Sie?

Sie manipuliert heute immer noch, bzw. versucht sie es und ist beleidigt, wenn es ihr nicht gelingt. Der Kontakt wird daraufhin unterbrochen.

## <VII> Die spätere Entwicklung der Beziehung zu meinem Vater

- Wie hat sich Ihre Beziehung zu Ihrem Vater über die Pubertät und das junge Erwachsenenalter bis in die Gegenwart entwickelt?

Mit 18 hatte ich wieder Kontakt zu meinem Vater. Er konnte von der weiten Welt erzählen, mir Dinge zeigen, mich neugierig machen und mich inspirieren. Leider ist sein Suchtproblem weiterhin latent vorhanden. Er scheint Quartalssäufer zu sein und konnte so für seinen Lebensunterhalt bis zur Rente sorgen. Wir müssen uns jetzt nicht regelmäßig sehen, aber wir haben regelmäßig Kontakt und tauschen uns über Probleme oder Sichtweisen aus.

- Haben Sie versucht, mit Ihrem Vater über frühere Erfahrungen und ggf. Belastungen als Kind im Zusammenhang mit der damaligen elterlichen Trennung zu sprechen? Ggf.: Wie war die Resonanz auf diesen Versuch?

Ja, er hat Erklärungsversuche gestartet und ich habe versucht, ihn zu verstehen, habe aber auch eine eigene Meinung, die er stehen lassen kann.

- Gibt es etwas, das Sie Ihrem Vater in Bezug auf dessen früheres Verhalten im Umfeld der elterlichen Trennung immer noch übel nehmen?

Sein Egoismus.

- Glauben Sie, dass Ihr gegenwärtiges Verhältnis zu Ihrem Vater beeinflusst ist von früheren Erfahrungen im Umfeld der elterlichen Trennung bzw. der dann folgenden Probleme? Ggf.: Welche Einflüsse sehen Sie?

Wir haben nicht das klassische Vater-Tochter-Verhältnis, wir sehen uns nicht zu Fest- und Feiertagen und er hat keinen Familiensinn, aber wir lassen den anderen am Leben teilhaben.

## **<VIII> Meine Sicht als Erwachsener auf die früheren Erfahrungen**

- In der Rückschau als Erwachsener: Hätten Ihnen damals als Kind Hilfs- oder Unterstützungsmaßnahmen genutzt? Was genau hätten Sie damals gebraucht (bitte auch nennen, obwohl es „unrealistisch“ gewesen wäre)?

Es wäre schön, wenn meine Mutter sich Entlastung durch professionelle Gespräche geholt hätte und so mit mehr Zeit und Interesse die Entwicklung ihrer Kinder hätte verfolgen können und sich nicht so eine Scheinwelt aufgebaut hätte. Ich als Kind hätte vielleicht mehr an meine Ressourcen kommen können und hätte es leichter gehabt, selbstbewusst meinen Weg zu gehen. Ich hätte Gesprächsangebote für mein Seelenheil gebraucht, hatte aber so was durch Bibelstunde und ersten Freund als Ablenkung eher und nicht zur Verarbeitung, so hat man bis ins Erwachsenenalter gut davon.

- Was glauben Sie in der Rückschau als Erwachsener: Warum haben die Eltern sich damals so verhalten, wie sie sich verhalten haben (besonders in den für Sie als Kind belastenden Aspekten)?

Überforderung, kein Problembewusstsein, Flucht, Angst?

- Was glauben Sie in der Rückschau als Erwachsener: Wären damals für Ihre Eltern Unterstützungsmaßnahmen angezeigt gewesen, die auch Ihre Situation als Kind verbessert hätten? Welche Art Hilfen könnten Sie sich damals für Ihre Eltern vorstellen?

Eheberatung, Suchtberatung.

- Glauben Sie, dass Sie Erfahrungen im Zusammenhang mit der Trennung Ihrer Eltern und was daraus gefolgt ist, gemacht haben, die sich hinderlich oder negativ auf Ihre Entwicklung ausgeübt hat? Und andererseits positiv und fördernd?

Man wird früh selbstständig, lernt fürs Leben und kann wachsen.

- Empfinden Sie auch jetzt manchmal gewisse „Spuren“ dieser früheren Erfahrungen in Ihren Beziehungen zu Freunden oder Partnern?

Ja.

- Leiden Sie unter psychischen Problemen, die Sie auf diese früheren Erfahrungen zurückführen (z. B. Abhängigkeitserkrankungen, Ängste, ...)? Haben Sie als Erwachsener deswegen ärztliche oder psychotherapeutische Hilfe in Anspruch genommen?

(keine Antwort)

## <IX> Mein Rat als „Trennungsexperte“ und Abschluss

- Was ist aus Ihrer Sicht als Betroffene(r) für Kinder ganz besonders wichtig, damit sie die Trennung ihrer Eltern angemessen bewältigen können. Was sollte von den Eltern eigentlich diesbezüglich geleistet werden?

Man sollte die Kinder ernst nehmen und sie teilhaben lassen. Es sollten mehrere Wahlmöglichkeiten gegeben werden oder zumindest angesprochen oder konstruiert werden, denn viele Wege führen nach Rom und es gibt immer mehrere Auswege

- Gibt es aus Ihrer Sicht Leitlinien für Sorgerechtsverteilung, Betreuungslösungen und Besuchsregelungen für Kinder nach elterlicher Trennung, die im Großen und Ganzen für alle Kinder anwendbar wären?

(keine Antwort)

- Gibt es noch etwas in Bezug auf die berührten Themen, das Sie gerne berichten möchten?

(keine Antwort)

- Wenn Sie mögen, beschreiben Sie bitte hier, wie Sie das Bearbeiten dieser Fragen empfunden haben. Was haben die angesprochenen Themen ggf. bei Ihnen für Gefühle angerührt?

Ambivalenz, aufgewühlt, Unordnung, desorientiert, ordnend, aufgeräumt, distanziert.

- Haben Sie Anregungen für Verbesserungen dieses Fragebogens? Möchten Sie noch etwas aufschreiben, das Ihnen bedeutsam erscheint?

Ich wollte den Bogen mal eben beantworten, weil ich die Zielsetzung unterstützen möchte und mich angesprochen fühlte. Man rutscht ganz schnell in das Kindheits-Ich und kann nur alles los werden und gar nicht so viel raten. Ich hätte auch pausieren können, aber mit der Zeit ist so ein Problem, die steht nicht immer so zur Verfügung und wann kann man sich wieder darauf einlassen. Also recht zeitintensiv und dadurch kann der Expertenrat drunter leiden.

Ende!

Herzlichen Dank, Sie haben mich sehr unterstützt. Besonders haben Sie aber mit Ihrem Beitrag geholfen, dass Fachleute Kindern besser helfen können, deren Eltern aktuell in einer Trennungssituation stehen.

Möchten Sie die Ergebnisse der Studie als Email zugesandt bekommen?

Ich würde mich freuen, dies zu tun. Tragen Sie einfach Ihre Mailadresse ein.

(Hinweis: Die Studie wird in ca. 2 Jahren abgeschlossen sein - erst dann werden die Ergebnisse vorliegen).

Meine Email-Adresse für die Zusendung der Studie: xxx

Klicken Sie jetzt auf den Button „Fragebogen absenden“ unten rechts am Fensterrand.

Nochmals ein großes Dankeschön von Carsten Unger

## 7.2 Langversion (I22)

Die Teilnehmerin des Fragebogens mit der Codierung (I22) ist ebenfalls über das Hamburger Abendblatt an der Teilnahme interessiert worden. Sie ist 32 Jahre alt, hat nach dem Abitur zunächst eine Lehre absolviert und sodann ein Studium abgeschlossen, derzeit ist sie als Kauffrau tätig. Eigene Kinder sind nicht vorhanden.

Zum Zeitpunkt der elterlichen Trennung war die Teilnehmerin 4 Jahre alt. Im ersten Jahr danach war der Lebensmittelpunkt bei der Mutter, für den Bruder hingegen bei dem Vater. Sodann wechselte auch die Teilnehmerin in die Betreuung zum Vater.

Zuerst war ich bei meiner Mutter. Ich war stets immer sehr hin und her gerissen. Mein Bruder war bei meinem Vater und ich habe ihn sehr vermisst. Ich wollte aber offensichtlich alles auf einmal haben ... meine Mutter, meinen Vater und meinen Bruder. So ging es sehr, sehr oft hin und her, wenn ich irgendwo unglücklich war, wurde ich vom anderen Elternteil wieder abgeholt. Ich erinnere mich, dass ich sehr, sehr viel geweint habe. Schlussendlich sind wir dann beide bei meinem Vater aufgewachsen und haben unsere Mutter anfangs noch alle zwei Wochen gesehen!

Bis zum Alter von 12 Jahren fand in der Regel eine Besuchsregelung zur Mutter über das Wochenende statt, Ferienaufenthalte gab es keine. Später kam es zur Reduktion der Kontakte.

Die erste Phase war überwiegend so. Manchmal war es jedoch auch nur eine Nacht, die ich bei meiner Mutter verbracht habe. Lag daran, dass ich den 2., 3. und 4. Ehemann meiner Mutter nicht besonders mochte! Ganz im Gegenteil. Ich fand sie eher abstoßend, denn schließlich wollte ich meine Mutter für mich und ich mochte es nicht, wenn man sie so rumkommandiert. Außerdem hatte ich immer ein schlechtes Gewissen meinem Vater gegenüber, dass dort nun ein anderer Mann in meiner Nähe war!

- Hatten Ihre Eltern nach der Trennung neue Partner?

Meine Mutter hatte schon während der Ehe mit meinem Vater eine „Beziehung“. Das war der Grund ihrer Trennung. Es folgte eine weitere Beziehung und drei weitere Ehen, die schlussendlich aber alle gescheitert sind! Nun lebt meine Mutter alleine.

Mein Vater hatte eine Beziehung für ca. 2 Jahre relativ kurz nach der Scheidung. Danach lernte er seine jetzige Lebensgefährtin kennen, dort war ich ca. 7 Jahre alt!

### <I> Mein Erleben unmittelbar vor der Trennung meiner Eltern

- Bitte beschreiben Sie die damalige Wohnsituation von Ihnen als Kind und Ihrer Familie in der Zeit vor der elterlichen Trennung.

Wir haben alle in einem Haus mit einem tollen Garten gewohnt. Jeder hatte sein eigenes Zimmer!

- Bitte beschreiben Sie Ihre damalige emotionale (gefühlsmäßige) Beziehung zu beiden Eltern vor deren Trennung.

Die Beziehung zu meiner Mutter war damals ... irgendwie schwer. Ich konnte nicht verstehen warum sie mit Männern zusammen war, die sie nicht gut behandelt haben. Außerdem wurde uns damals erzählt, dass unsere Mutter nicht bemüht war das Sorgerecht für uns zu bekommen. Das war sehr schwer zu verstehen. Ich hatte sie lieb, aber ich habe sie nicht wirklich an mich herankommen lassen. Ich denke, dass dort viel Enttäuschung und sicher auch Wut und Ängste mit im Spiel waren.

Die Beziehung zu meinem Vater war damals ... innig. Schließlich war er für uns „der Einzige“, dem wir vertrauen konnten. So wurde es uns auch immer eingepreßt! Meine Mutter war die Böse und mein Vater der Gute. Das machte es uns wirklich nicht leichter, denn man stand grundsätzlich immer zwischen den beiden und wollte vor allen Dingen seinen Vater nicht unglücklich machen. Die Möglichkeiten meines Vaters Emotionen zu zeigen, sind sehr, sehr begrenzt. Man wurde umarmt und lieb gehabt, aber es wurde niemals geredet! Das war nicht gut.

- Haben Sie als Kind Konflikte ihrer Eltern vor deren Trennung miterlebt? Schildern Sie bitte ggf. eine oder mehrere typische Situationen. Was ging damals in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

An die Konflikte meine Eltern erinnere ich mich gar nicht mehr. Ich erinnere mich auch an keine Sekunde mehr, die wir alle gemeinsam in dem Haus verbracht haben. Die einzige Sekunde, an die ich mich erinnere, war die, als mein Vater, meine Mutter und ich im Schlafzimmer meiner Eltern saßen und die zwei beschlossen haben, sich zu trennen. Da saß ich auf dem Schoß meiner Mutter!

- Wurden Sie als Kind von einem oder beiden Elternteil(en) gezielt vor der Trennung in deren partnerschaftliche Konflikte einbezogen(z. B. durch Gespräche über den anderen Elternteil oder Trennungspläne)?

Nein, vor der Trennung nicht.

- Wie und von wem haben Sie als Kind von der bevorstehenden räumlichen Trennung Ihrer Eltern erfahren? Können Sie sich noch an Ihre erste Reaktion auf diese Nachricht erinnern (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

Ich habe nach wie vor noch ein lähmendes Gefühl, wenn ich an diese ganze Zeit zurückdenke. Es wurde viel zu viel geschwiegen und das war es, was uns schlussendlich so verängstigt hat. Wir waren zwei sehr unsichere Kinder. Die Mutter war laut unseres Vaters schlecht, aber wie sollten wir dann Zeit bei ihr verbringen? Ich glaube, dass es einfach beschlossen wurde, dass wir bei meinem Vater aufwachsen sollten. Meine Mutter hatte keine finanziellen Möglichkeiten und mein Vater hätte sie vor lauter Hass und Enttäuschung auch nicht unterstützt. Zuerst klappte dieser Gedanke ja nicht, weil ich ja bei meiner Mutter bleiben wollte. Aber später wollte ich doch zu meinem Vater.

## <II> Mein Erleben nach der Trennung meiner Eltern

Im Folgenden geht es nun um Ihr persönliches Erleben, Ihre Gedanken, Gefühle, Ihr Verhalten nach der Trennung Ihrer Eltern. Bitte versuchen Sie wie schon zu Beginn

dieses Fragebogens, sich in diese Zeit nach der Trennung der Eltern hinein zu versetzen. Sehen Sie sich vor Ihrem inneren Auge in Ihrer damaligen Lebenssituation

- Wie haben Sie sich nach der Trennung Ihrer Eltern gefühlt? Wie ging es Ihnen? Wie haben Sie die Ereignisse in den ersten Monaten verarbeitet? Erinnern Sie sich an Ihre konkreten Reaktionen auf die elterliche Trennung in dieser ersten Phase nach der Trennung?

Ich erinnere mich sehr, sehr gut an das Hin- und Hergerissensein. Wir hatten danach eine Art „Haushälterin“ und Ersatzmutter, die den ganzen Tag bei uns war. Ich habe viel geweint und vor allen Dingen war ich auch im Kindergarten eher zurückgezogen. Ich habe wenige Menschen an mich heran gelassen und vor allen Dingen war ich unglaublich unsicher.

- Wie veränderte sich Ihre damalige Situation später? Wie ging es Ihnen im weiteren zeitlichen Verlauf?

Je älter ich wurde, umso schwieriger war es für mich, mal bei meiner Mutter zu sein. Ich fand ihre Männer ekelhaft und ich mochte sie nicht. Sie waren nicht wie mein Vater! Meine Mutter war eher eine Art Freundin für mich. Was mich immer störte war, dass sich alles immer nur um sie drehte. Sie erzählte von ihren Männern, von ihren Erlebnissen. Mein Vater erzählte von seiner Wut und davon, wie sehr er betrogen worden war. Und was war mit uns? Uns fragte keiner, wie es uns geht und ob wir das alles verkraften können. So ging das eigentlich bis ich ca. 26 war und ich durch den Suizid meines Cousins (auch ein Scheidungskind) eine schwere Depression bekam. Da kam alles raus! Danach hatte ich für ca. 2-3 Jahre keinen Kontakt zu meiner Mutter. Ich wollte diese Männergeschichten nicht mehr. Ich wollte dieses in der Vergangenheit leben nicht mehr. Ich wollte, dass ICH gesehen werde und es war wirklich allerhöchste Zeit! Seit ein paar Jahren telefoniere ich ab und zu einmal mit meiner Mutter. Wir können ganz normal miteinander reden. Als Mutter empfinde ich sie nicht, aber ich habe viel verarbeitet! Das war für mich unumgänglich. Zu meinem Vater habe ich seit etwa 10 Monaten keinen Kontakt mehr. Nach 32 Jahren habe ich mich einmal getraut, ihm einen Brief zu schreiben. In dem beschrieb ich, wie belastend alles auch für uns Kinder war und dass sich alles immer nur um die Eltern drehte. Natürlich waren wir finanziell abgesichert. Wir hatten ein tolles Zuhause. Einen Hund. Jedes „normale“ Kind würde sagen: TOLL! Aber unsere Seelen waren komplett durcheinander und wurden immer wieder mit dem Kummer unserer Eltern überflutet. Es war einfach kein Platz für uns! Wenn man so will, habe ich mit diesem Brief versucht, mich zu befreien. Mich abzunabeln! Mein Vater hat diesen Brief nicht verstanden und nun haben wir keinen Kontakt mehr. Ich bin nach wie vor sehr froh, ihn geschrieben zu haben!

- Hatten Sie damals konkrete Schwierigkeiten als Kind (z. B. im Umgang mit anderen, in der Schule, in der Familie ...)? Sehen Sie Zusammenhänge zwischen Ihren damaligen Schwierigkeiten und der Trennung Ihrer Eltern?

Von der ersten bis zur vierten Klasse war ich die beste Schülerin der Klasse und war sogar Klassensprecherin. Doch als ich auf das Gymnasium kam, hatte ich große Schwierigkeiten mich einzufinden. Ich war immer sehr unsicher und mit meinem Selbstbewusstsein habe ich heute noch zu kämpfen. Meine Noten wurden ziemlich schlecht und einmal war ich auch versetzungsgefährdet - ist schlussendlich aber noch gut begangen. Ich war immer auf der Suche nach Freunden und auf „dazu gehören“. Ich hatte eine sehr,

sehr gute Freundin, die immer für mich da war. Große Schwierigkeiten hatte ich mit der Konzentration. Immer, wenn ich lernte, sind meine Gedanken abgedriftet. Daher fielen auch meine Noten nicht mehr so gut aus! Meine Familie betitelte mich immer eher als „zickig“. Hätte man damals mal etwas mehr nachgefragt oder beleuchtet, hätte man mit Leichtigkeit feststellen können, dass uns etwas belastet. Aber das wollte wohl einfach keiner sehen.

- Waren Sie als Kind oder Jugendliche(r) damals wegen evtl. Probleme in ärztlicher, psychotherapeutischer oder anderer Behandlung? Bitte schildern Sie die damaligen Probleme und Behandlungen. Haben Ihnen diese damals geholfen?

Ich hatte ein paar Jahre lange schwere Asthmaanfälle. Im Nachhinein auch für mich ein Zeichen, dass da seelisch eindeutig etwas nicht in Ordnung war. Da war ich ca. 8-10 Jahre alt. In meine Therapie kam ich erst mit ca. 26, nachdem mein Cousin sich das Leben nahm. Das hat mich unheimlich belastet und auch dafür fühlte ich mich verantwortlich, da ich der Meinung war, dass wir ihm hätten helfen müssen. Seit 2001 bin ich in Behandlung und diese neigt sich im Herbst dem Ende zu. Ich wurde mit Medikamenten behandelt: Antidepressiva Trevilor und Schlaftabletten. Ich hatte Selbstmordgedanken über ca. 2 Jahre und ich bin unendlich dankbar und froh, dass ich eine so gute und professionelle Therapeutin gefunden habe. Wenn man so will, habe ich ihr mein Leben zu verdanken. Jetzt lebe ich nämlich - meistens - wieder gern!

- Ggf.: Wie kamen Sie mit den neuen Partnern Ihrer Eltern zurecht? Welche gefühlsmäßige Beziehung entwickelten Sie zu diesen? Welche Bedeutung hatten die Partner damals und im weiteren Verlauf für Sie als Kind?

Die Partner meiner Mutter mochte ich alle nicht. Einer von ihnen wollte mich immer anfassen und sehen, ob mir schon Brüste wachsen. Meine Mutter hat nie etwas gesagt und mir wurde ehrlich gesagt auch erst während der Therapie klar, was da eigentlich alles mit mir passiert ist. Der zweite Partner meiner Mutter hat mich ein paar Mal ausgesperrt, weil ich ihn nicht mochte. Es war einfach alles nicht schön. Zu meiner „Stiefmutter“ hatte ich anfangs ein gutes Verhältnis. Ich fand sie sehr nett. Doch dann schlug alles um, sicher auch mit der Pubertät. Ihretwegen musste unsere Haushälterin uns verlassen und das bedeutete für mich ein weiterer Verlust und eine große Trennung. Meine Stiefmutter war immer so neugierig. Sie wollte immer alles wissen und meine Mutter ersetzen. Ich wollte aber gar keine Mutter mehr haben, weil ich von allen einfach nur enttäuscht wurde! Außerdem war sie natürlich an der Seite „meines“ Vaters und ich hatte das Gefühl, außen vor zu sein. Es kam soweit, dass man mich aufs Internat stecken wollte. Aber glücklicherweise habe ich lange genug dagegenhalten können.

- Wie ging es Ihnen als Kind mit Ihrem Lebensmittelpunkt - also mit der entstandenen Betreuungslösung nach der Trennung Ihrer Eltern? Hätten Sie gerne etwas anders gehabt?

Damals war ich sicher froh, unsere Haushälterin zu haben. Sie war für uns da. Hat mit uns Hausaufgaben gemacht. Gekocht, gespielt. Aber wenn man in der Seele traurig ist und man etwas Großes verloren hat, dann kann auch ein noch so großartiger Mensch die Mutter nicht ersetzen. Ich glaube, dass ich eigentlich immer den Wunsch nach einer „Bilderbuchfamilie“ hatte. Mei-

ne Ideale habe ich sehr hoch gesteckt! Ich hätte gerne Vater und Mutter gehabt. Ich hätte gern beide Elternteile auf Sportveranstaltungen gesehen oder Choraufführungen. Mein Vater kam nie, wenn meine Mutter kam. Es war fürchterlich. Einmal hatten wir eine Aufführung in einer großen Sporthalle. So groß, dass mein Vater meiner Mutter aus dem Weg gehen konnte. Ich weiß noch, dass ich von einer großen Tribüne zur anderen gelaufen bin....von meiner Mutter auf der einen Seite zu meinem Vater auf der anderen Seite. Ich hätte mir „Gemeinsamkeit“ gewünscht.

- Zum Lebensmittelpunkt: Gab es ein Alter von Ihnen als Kind, ab dem Sie selbst entschieden haben, wo Sie leben wollen, unabhängig davon, was Ihre Eltern oder andere Personen „richtig fanden“? Haben Sie dann Ihren Willen durchgesetzt - falls ja, auf welche Weise?

Ich wollte, glaube ich, immer da sein, wo mein Bruder war, den ich sehr geliebt habe und der für mich, glaube ich, eine Art Vaterersatz war. Wir haben viel miteinander geweint.

- Gab es irgendetwas, was Ihnen damals als Kind inneren Halt, Kraft und Tröstung gegeben hat? Konnten Sie konkret etwas tun, damit Sie sich besser fühlen? Haben Sie als Kind dafür etwas „erfunden“ oder „gefunden“?

Leider habe ich viel zu sehr „drin“ gehangen. Ich war traurig, enttäuscht und fühlte mich eher einsam. Ich habe nie etwas dagegen getan, denn ich glaube, dass ich damals auch noch gar nicht wusste, dass das gar nicht der Normalzustand eines Kindes ist. Unser Dackel war tatsächlich eine Zeit ein großer Trost. „Mini“ war immer für uns da. Egal in welcher Situation. Sie war sehr anhänglich und lieb. Das tat meinem Bruder und mir sehr, sehr gut.

- Konnten Sie sich mit Ihren Gedanken und Gefühlen, was die Trennung Ihrer Eltern angeht, an irgend jemanden vertrauensvoll wenden?

Nein. Damals wurde einfach nicht gesprochen!!!

- Gab es irgend etwas, was Sie sich damals als Kind tief gewünscht haben?

Nicht mehr traurig zu sein und irgendwo dazu zu gehören.

- Fällt Ihnen ein Bild, eine Landschaft, ein Gedicht, ein Lied, ein Vergleich oder ähnliches ein, wodurch sich das Lebensgefühl ausdrücken ließe, welches Sie damals als Kind nach der Trennung Ihrer Eltern hatten? Bitte schildern Sie diese Assoziationen und benennen Sie möglichst, warum genau dieses Bild, dieser Vergleich für Ihr damaliges Lebensgefühl so passend erscheint.

Mir fällt mein Traum ein, den ich in meiner Kindheit immer und immer wieder hatte. Ich bin ganz allein in einem ganz, ganz großen weißen Raum. Es steht nichts drin und es sind keine Fenster dort. Ich stehe in einer Ecke und plötzlich kommt ein riesengroßer schwarzer Reifen auf mich zu und will mich überrollen. Dann wache ich auf!

### <III> Konflikte meiner Eltern nach der Trennung

- Hatten Ihre Eltern damals nach ihrer Trennung Konflikte, die Sie als Kind direkt oder indirekt miterlebt haben? Schildern Sie bitte ggf. eine oder mehrere typische Situationen. Was ging damals in solchen Situationen in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?



Meine Eltern haben nicht mehr miteinander gesprochen. Meine Mutter hätte das getan, aber mein Vater wollte meine Mutter weder sehen noch von ihr hören. Wenn meine Mutter mich für ein Wochenende abholte, musste ich immer bis zum Ende der Straße laufen, damit meine Mutter nicht auf das Grundstück geht oder gar das Haus betritt. Einmal hat sie es getan! Dann bin ich mit ihr weggefahren und habe dann abends ganz doll angefangen zu weinen, weil ich so ein schlechtes Gewissen meinem Vater gegenüber hatte, weil meine Mutter geklingelt hat, obwohl sie es nicht „durfte“.

- Ggf.: Hatten Sie für sich als Kind eine subjektive Erklärung, wodurch dieser Streit der Eltern entsteht und was Sie selbst evtl. damit zu tun haben?

Keine Erklärung, nur ein schlimmes, schweres Gefühl.

- Haben Ihre Eltern mit Ihnen als Kind über diesen Elternstreit gesprochen - falls ja: In welcher Weise? Was ging damals in solchen Situationen in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

Es hat keiner darüber gesprochen.

- Haben Ihre Eltern (oder ein Elternteil) mit Ihnen als Kind über den anderen Elternteil gesprochen? Falls ja: Schildern Sie bitte, in welche Richtung. Ggf: Schildern Sie konkrete Situationen, an die Sie sich erinnern. Was ging damals in solchen Situationen in Ihnen vor (Gedanken, Gefühle ...)? Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

Nur mein Vater hat immer gesagt, wie schlecht unsere Mutter sei. Sie hat ihn belogen und betrogen und sie hat uns alle im Stich gelassen.

- Haben Sie als Kind versucht, Einfluss zu nehmen auf das Verhalten Ihrer Eltern nach deren Trennung? Haben Sie eine bestimmte „Methode“ entwickelt, das Verhalten Ihrer Eltern zu verändern?

Nein, wir haben gar nichts getan.

- Haben Sie als Kind mitbekommen (atmosphärisch oder durch direkte Gespräche), was die Elternteile gegenseitig voneinander halten oder denken? Bitte schildern Sie, wodurch Sie dieses damals mitbekommen haben und welche Gedanken oder Gefühle Sie dabei hatten. Was hätten Sie am liebsten damals gesagt oder getan?

Meine Mutter hat kaum über früher gesprochen und wenn, dann nicht schlecht. Mein gekränkter Vater hingegen hat das oft getan und ich bin der Meinung, dass er bis heute noch nicht damit abgeschlossen hat.

- Ggf.: Hat sich das Verhalten Ihrer Eltern (z. B. im Umgang untereinander) im weiteren zeitlichen Verlauf verändert? Bitte schildern Sie diese Veränderungen und wann diese ungefähr eingetreten sind.

Nein. Bis heute will mein Vater meine Mutter nicht sehen. Mein Bruder hat 1996 geheiratet und ich 2006. Hätten wir unsere Mutter eingeladen, wäre unser Vater nicht gekommen.

- Ggf.: Ab welchem Alter hatten Sie als Kind das Gefühl, sich unabhängiger von dem Verhalten der Eltern (z. B. deren Konflikten) machen zu können? Was hat sich dadurch für Sie selbst geändert?

Ich habe erst damit angefangen, mich davon etwas zu lösen, als ich 26 war und mit der Therapie begonnen habe. Vorher fühlte ich mich, glaube ich, immer verpflichtet, „zu meinem Vater zu halten“, wie er es immer so schön

ausdrückte. Ich gab mir innerlich gar nicht die Befugnis, etwas dazu zu sagen, da ja schließlich mein Vater immer so gelitten hat. Erst durch die Therapie habe ich gelernt, dass ich aufstehen darf. Dass ich reden darf!

#### **<IV> Kontakte zum Elternteil, bei dem ich nicht lebte**

- Haben Sie als Kind gespürt, welche Haltung Ihre Hauptbetreuungsperson, bei der Sie damals ihren Lebensmittelpunkt hatten, gegenüber Ihren Besuchen bei dem anderen Elternteil hatte? Welche Haltung konnten Sie wahrnehmen und woran merkten Sie dies? Welche Auswirkungen hatte das auf Sie als Kind? Ggf.: Was hätten Sie sich damals als Kind für eine Haltung Ihrer Hauptbetreuungsperson gewünscht?

Man hat immer gespürt, dass mein Vater meine Mutter verachtet, dass er sie förmlich hasst. Das hatte zur Folge, dass man sich schämte, denn schließlich war man ja ein Teil seiner Mutter. Man fühlte sich schlecht, wenn man Zeit mit ihr verbracht hat. Eben immer zwischen den Stühlen! Ich hätte mir gewünscht, dass mein Vater und meine Mutter ganz normal miteinander reden. Dass man mal einen Geburtstag miteinander feiern kann oder ähnliches.

- Zur Besuchsregelung: Gab es ein Alter von Ihnen als Kind, ab dem Sie selbst entschieden haben, wie oft sie den nicht-hauptbetreuenden Elternteil sehen wollen, unabhängig davon, was Ihre Eltern oder andere Personen „richtig fanden“? Haben Sie dann Ihren Willen durchgesetzt? Was wurde dadurch anders in Ihrer Beziehung zum umgangsberechtigten Elternteil?

Ich hätte sicher sagen dürfen, wenn ich meine Mutter öfter hätte sehen wollen. Aber das wollte ich gar nicht.

- Falls es Zeiten gegeben hat, in denen der Kontakt zum nicht-hauptbetreuenden Elternteil abgebrochen ist: Wodurch ist diese Unterbrechung Ihrer Meinung nach entstanden? Hätte dies vermieden werden können, ggf. wodurch? Beziehen Sie sich dabei ggf. auf die verschiedenen Phasen von Frage 10 im Kapitel „Vorab einige Daten“ am Anfang dieses Fragebogens.

Diese Zeit ohne Kontakt habe ich selbst herbei geführt. Es war eine Zeit während meiner Therapie. Eine Zeit in der ICH endlich mal Platz hatte über meine Kindheit und meine Wut zu sprechen. Es war gut und wichtig, dass es sie gab.

- Hatten Sie in diesen Zeiten, als Sie einen Elternteil nicht sehen konnten, andere Möglichkeiten, mit diesem Kontakt aufzunehmen (z. B. über Telefon, Brief, etc.)? Ja, per Telefon und Brief.
- Hat sich der Elternteil, zu dem der Kontakt zeitweilig abgerissen ist, von sich aus bei Ihnen gemeldet (z. B. über Telefon, Brief, Geschenke zu Festtagen)? Wie haben diese Kontaktversuche auf Sie als Kind gewirkt?

Meine Mutter hat manchmal einen Brief geschrieben. Ich habe dann jedoch ausdrücklich gesagt, dass sie mir Zeit geben soll und dass sie mich in der Zeit bitte NICHT anrufen soll. Sie hat es nicht getan und somit das erste Mal in ihrem Leben verstanden, dass es sich ausnahmsweise mal nicht um sie dreht. Das war gut.

## <V> Das damalige Verhalten meiner Eltern - wie war es für mich?

- Gab es Verhaltensweisen Ihrer Mutter, aus denen sich für Sie als Kind besondere Belastungen ergeben haben? Bitte schildern Sie die Verhaltensweisen Ihrer Mutter und die daraus entstandenen Belastungen.

Meine Mutter war immer sehr, sehr männerfixiert. Egal ob man privat war oder unterwegs. Sie haschte immer nach Anerkennung und Aufmerksamkeit. Für ihre Beziehungen prostituierte sie sich förmlich. Sie tat alles für ihren Partner. Das empfand ich als sehr, sehr unangenehm und ich habe es damals schon als sehr eklig empfunden.

- Was hätten Sie sich von Ihrer Mutter damals gewünscht, wie sie sich anders hätte verhalten sollen? Was wäre dadurch für Sie als Kind besser oder anders geworden?

Ich hätte mir gewünscht, dass sie mehr Stellung zu uns bezieht. Viele ihrer Partner mochten mich nicht. Sie hat nie etwas dazu gesagt, wenn einer dieser Männer mich schlecht behandelt haben. Das fand ich furchtbar. Für mich als Kind hätte ich das Gefühl von „Sicherheit“ und „Vertrauen“ besser erleben und erfahren können.

- Was hat Ihre Mutter damals in Bezug auf die elterliche Trennung „am besten hinbekommen“?

Das ist schwer zu sagen, denn eigentlich konnte sie gar nichts richtig hinbekommen, da ihr alles von meinem Vater verboten wurde. Sie hätte nicht aufgeben dürfen. Nicht, wenn es um das Sorgerecht geht, das meine ich nicht. Aber sie hätte es schaffen müssen meinen Vater dazu zu bringen, bestimmte Feste, Tage im Jahr, Sportveranstaltungen gemeinsam zu erleben.

- Gab es Verhaltensweisen Ihres Vaters, aus denen sich für Sie als Kind besondere Belastungen ergeben haben? Bitte schildern Sie die Verhaltensweisen und die daraus entstandenen Belastungen.

Er ist in Selbstmitleid zerfließen und hat immer nur seine Trauer gesehen. Außerdem hat er pauschal schlecht über Frauen geredet. Alle würden fremd gehen und belügen und betrügen! Wenn man dann „Tochter“ ist, fühlt man sich dadurch nicht besser.

- Was hätten Sie sich von Ihrem Vater damals gewünscht, wie er sich anders hätte verhalten sollen? Was wäre dadurch für Sie als Kind besser oder anders geworden?

Ich hätte mir gewünscht, dass er sich mehr um unsere emotionale, innere Situation kümmert. Ich hätte mir gewünscht, dass er sich helfen lässt und dass er dadurch mehr Platz für uns in seinem Kopf gehabt hätte anstatt der vielen Wut und der Trauer. Wir hätten an Selbstbewusstsein gewonnen, denn wir hätten erfahren, dass wir nicht Schuld an der Trennung sind. Wir hätten eine Kindheit gehabt!

- Was hat Ihr Vater damals in Bezug auf die elterliche Trennung „am besten hinbekommen“?

Er hat uns ein Zuhause geschaffen, was ich aber auch als „Sorgerechtstragender“ als selbstverständlich empfinde. Ich kann es also leider nicht richtig beantworten. Denn die zwei haben einfach alles falsch gemacht.

## <VI> Die spätere Entwicklung der Beziehung zu meiner Mutter

- Wie hat sich Ihre Beziehung zu Ihrer Mutter über die Pubertät und das junge Erwachsenenalter bis in die Gegenwart entwickelt?

Ich würde sagen ,dass ich versucht habe, für sie da zu sein. Ich habe ihr zugehört und mich um sie gekümmert. Wenn man so will, habe ich die Mutterrolle übernommen.

- Haben Sie versucht, mit Ihrer Mutter über frühere Erfahrungen und ggf. Belastungen als Kind im Zusammenhang mit der damaligen elterlichen Trennung zu sprechen? Ggf.: Wie war die Resonanz auf diesen Versuch?

Ich habe es bisher meistens vermieden. Fakt ist, dass meine Mutter während der Ehe permanent fremd gegangen ist. Selbst wenn sie dazu Stellung beziehen würde, würde es das nicht besser machen. Im Gegenteil, meine Wut würde wieder hochkommen. Sie hatte eine Affäre mit meinem Grundschulleiter, mit einem Nachbarn, mit meinem Onkel... da möchte man einfach nicht mehr drüber wissen.

- Gibt es etwas, das Sie Ihrer Mutter in Bezug auf deren früheres Verhalten im Umfeld der elterlichen Trennung immer noch übel nehmen?

Sie hätte Stärke beweisen müssen. Egal was sie getan hat, sie war auch trotzdem noch Mutter und sie hätte unseren Vater darauf festnageln müssen, dass es wichtig ist, dass Vater und Mutter Kontakt zueinander haben.

- Glauben Sie, dass Ihr gegenwärtiges Verhältnis zu Ihrer Mutter beeinflusst ist von früheren Erfahrungen im Umfeld der elterlichen Trennung bzw. der dann folgenden Probleme? Ggf.: Welche Einflüsse sehen Sie?

Mittlerweile glaube ich das nicht mehr. Vor ein paar Jahren war es so. Jetzt bin *ich* diejenige, die sieht und fühlt, und ich fühle nicht mehr über meinen Vater. Früher hat die Trauer meines Vaters mich beeinflusst. Er tat mir immer so leid. Nun sehe ich das alles mit ein wenig mehr Abstand und ich bin einfach müde und leer und möchte nicht mehr in der Vergangenheit leben.

## <VII> Die spätere Entwicklung der Beziehung zu meinem Vater

- Wie hat sich Ihre Beziehung zu Ihrem Vater über die Pubertät und das junge Erwachsenenalter bis in die Gegenwart entwickelt?

Im Prinzip hatten wir immer ein ganz gutes Verhältnis. Dennoch würde ich sagen, dass ich mich in meiner Pubertät nicht genug von meinem Vater abgenabelt habe. Dieser längst fällige Prozess erfolgte erst in den letzten Jahren! Ich glaube, immer aus dem Gedanken heraus, dass ich meinen Vater „nicht im Stich lassen darf“. Doch jetzt weiß ich, dass Menschen stückweit auch selbst für ihr Leben und ihr Glück verantwortlich sind.

- Haben Sie versucht, mit Ihrem Vater über frühere Erfahrungen und ggf. Belastungen als Kind im Zusammenhang mit der damaligen elterlichen Trennung zu sprechen? Ggf.: Wie war die Resonanz auf diesen Versuch?

Ich habe ihm - wie schon geschildert - einen Brief geschrieben. Vor etwa 10 Monaten. Diesen Brief fand er eine absolute Frechheit, als Kränkung und

Unverschämt. Mehr ist bisher leider nicht geschehen. Leider ist mein Vater nicht kritikfähig.

- Gibt es etwas, das Sie Ihrem Vater in Bezug auf dessen früheres Verhalten im Umfeld der elterlichen Trennung immer noch übel nehmen?

Ja. Dass er meine Mutter so systematisch aus unserem Leben löschen wollte. Dass er nicht über seinen Schatten gesprungen ist und nicht einmal UNS zu Liebe damals den Kontakt zu ihr gesucht hat. Er hat sie ausgeblendet, denn sie sollte für das, was sie ihm „angetan“ hat, leiden.

- Glauben Sie, dass Ihr gegenwärtiges Verhältnis zu Ihrem Vater beeinflusst ist von früheren Erfahrungen im Umfeld der elterlichen Trennung bzw. der dann folgenden Probleme? Ggf.: Welche Einflüsse sehen Sie?

Ja, momentan auf jeden Fall. Ich kann ihm zur Zeit nur schwer in die Augen sehen. Sein Verhalten und sein Selbstmitleid beeinflussen unser Verhältnis sehr. Ich kann einfach nicht mehr Mutter spielen für meine Eltern.

### <VIII> Meine Sicht als Erwachsener auf die früheren Erfahrungen

- In der Rückschau als Erwachsener: Hätten Ihnen damals als Kind Hilfs- oder Unterstützungsmaßnahmen genutzt? Was genau hätten Sie damals gebraucht (bitte auch nennen, obwohl es „unrealistisch“ gewesen wäre)?

Ich nehme an, dass eine „lockere“ Form von Therapie sinnvoll gewesen wäre. Es gibt sicher Menschen, die ganz unverbindlich mal ein paar Stunden mit einem Kind verbringen können, um herauszufinden, ob in dieser Seele wirklich alles in Ordnung ist. Es wird viel zu viel geschwiegen. Solche Verletzungen und Verlust sitzen unglaublich tief, ohne es sofort zu wissen.

- Was glauben Sie in der Rückschau als Erwachsener: Warum haben die Eltern sich damals so verhalten, wie sie sich verhalten haben (besonders in den für Sie als Kind belastenden Aspekten)?

Mein Vater glaubt noch heute alles richtig gemacht zu haben. Selbst nachdem er gesehen hat, dass ich eine lange Zeit Depressionen hatte. Ich glaube, dass sie die Augen davor verschlossen haben und es vielleicht sogar gar nicht sehen wollten. Ich glaube, dass sie selbst zu sehr mit sich und ihren Gefühlen beschäftigt waren und dass dort kein Platz für die Sorgen ihrer Kinder war. Ich glaube, dass zumindest mein Vater es versäumt hat, sich helfen zu lassen. Ich glaube, dass es sowohl meiner Mutter als auch meinem Vater zu sehr weh getan hätte, sich wirklich ernsthaft mit uns und diesem Thema zu beschäftigen. In dem Fall waren sie nicht in der Lage, das zu leisten, was Eltern in schlechten Zeiten leisten müssten!!!!

- Was glauben Sie in der Rückschau als Erwachsener: Wären damals für Ihre Eltern Unterstützungsmaßnahmen angezeigt gewesen, die auch Ihre Situation als Kind verbessert hätten? Welche Art Hilfen könnten Sie sich damals für Ihre Eltern vorstellen?

Mein Vater hätte definitiv in eine Therapie gehen müssen. Als ich ca. 9 Jahre alt war, bekam er einen Hörsturz und litt an Depressionen. Er war wochenlang im Krankenhaus und wurde behandelt. Danach kam er wieder

raus und sagte: Nun zeige ich es allen, mir kann keiner mehr etwas. Natürlich ist es wünschenswert, gestärkt aus einer Depression zu gehen, aber mein Vater hatte eine Kampfansage im Kopf. Voll von Frust, Enttäuschung, Wut und Hass! All das steckt noch immer in ihm und ich befürchte die Hälfte seines Lebens hat er verpasst, denn er trauert noch immer, anstatt die schönen Dinge des Lebens zu genießen.

- Glauben Sie, dass Sie Erfahrungen im Zusammenhang mit der Trennung Ihrer Eltern und was daraus gefolgt ist, gemacht haben, die sich hinderlich oder negativ auf Ihre Entwicklung ausgeübt hat? Und andererseits positiv und fördernd?

Auf meine Entwicklung hat es sich definitiv schlecht ausgewirkt, da ich immer nur bestrebt war, meinen traurigen Vater wieder glücklich zu machen. Ich konnte gar nicht erkennen, was ich eigentlich kann und von meinem Leben erwarte. Ich war zu beschäftigt mit Gefühlen und traurigen Dingen. Selbstbewusstsein ist ein großes Thema. Immer wieder kommen Tage, Wochen, an denen ich mich schlecht fühle, nicht gut genug für diese Welt. All das führe ich auf unsere Kindheit zurück. Außerdem bin ich sehr misstrauisch. Als positiv empfinde ich, dass ich ein sehr, sehr wachsam bin, wenn es um Gefühle mir wichtiger Menschen geht.

- Empfinden Sie auch jetzt manchmal gewisse „Spuren“ dieser früheren Erfahrungen in Ihren Beziehungen zu Freunden oder Partnern?

Mit meinem Mann bin ich seit 8 Jahren zusammen und seit 1 Jahr verheiratet. Es hat lange gedauert, bis ich meine Eifersucht ablegen konnte. In Kolleginnen, Freundinnen habe ich Konkurrenz gesehen und für mich war klar, dass ich ihn nicht halten kann. Erst nach ein paar Jahren habe ich die Sicherheit gewonnen, die mir abhanden gekommen war. Er gibt mir unendlich viel Halt und Sicherheit. Ihm vertraue ich, denn ich weiß, dass er mich niemals im Stich lassen würde. Das ist ein Gefühl, welches für mich unbezahlbar ist. Vertrauen, bzw. Misstrauen sind Spuren dieser früheren Erfahrungen.

- Leiden Sie unter psychischen Problemen, die Sie auf diese früheren Erfahrungen zurückführen (z. B. Abhängigkeitserkrankungen, Ängste, ...)? Haben Sie als Erwachsener deswegen ärztliche oder psychotherapeutische Hilfe in Anspruch genommen?

Ich habe große Verlust- und Trennungsängste, die natürlich nicht von ungefähr kommen. In dunklen Phasen überkommt mich ein Gefühl von Einsamkeit, obwohl ich eine wundervolle Familie und tolle Freunde habe. Aber die Psyche tickt eben anders. All das sind Teile meiner Therapie!

## <IX> Mein Rat als „Trennungsexperte“ und Abschluss

- Was ist aus Ihrer Sicht als Betroffene(r) für Kinder ganz besonders wichtig, damit sie die Trennung ihrer Eltern angemessen bewältigen können. Was sollte von den Eltern eigentlich diesbezüglich geleistet werden?

Die Eltern sollten dringend versuchen ihre Probleme und Verletzungen in KEINEM FALL auf dem Rücken ihrer Kinder auszutragen. Man darf nie vergessen, dass die Kinder ein Recht darauf haben, gesund und ohne seelische Schmerzen aufzuwachsen. Sie dürfen nicht als Rücken oder Instru-

ment in solch Konflikten dienen. Wichtig ist, dass die Kinder ihre Eltern auch manches Mal noch gemeinsam erleben. Sei es ein gemeinsames Mittagessen, Spielplatz, Kinobesuch. Es soll den Kindern zeigen, dass sie immer noch die Kinder sind und dass sie nichts mit den Konflikten zu tun haben. Die Kinder sollen weiterhin eine Kindheit haben! Sie sollten nicht die Probleme und Trauer ihrer Eltern tragen müssen.

- Gibt es aus Ihrer Sicht Leitlinien für Sorgerechtsverteilung, Betreuungslösungen und Besuchsregelungen für Kinder nach elterlicher Trennung, die im Großen und Ganzen für alle Kinder anwendbar wären?

Ich denke, dass es für ein Kind toll wäre zu wissen, dass es die Elternteile immer sehen kann und nicht nur an bestimmten Tagen. Natürlich muss es Regeln geben. Wenn aber das Kind nun ausgerechnet an einem Dienstag mal Lust hat seinen Vater zu sehen, sollte man es zumindest versuchen einzurichten. Um den Kindern das Gefühl zu geben, dass der Vater nicht aus der Welt ist und nicht alles nur nach Organisation und Richtlinien abläuft, sondern auch nach Gefühlen und Bedürfnissen der Kinder.

- Gibt es noch etwas in Bezug auf die berührten Themen, das Sie gerne berichten möchten?

(keine Antwort)

- Wenn Sie mögen, beschreiben Sie bitte hier, wie Sie das Bearbeiten dieser Fragen empfunden haben. Was haben die angesprochenen Themen ggf. bei Ihnen für Gefühle angerührt?

Es war mir von Anfang an klar, dass hier Themen angesprochen werden, die mich nach wie vor sehr berühren und mich in Tränen ausbrechen lassen. Es ist und bleibt eben ein bewegendes Thema, welches den Großteil meiner Kindheit bestimmt hat - leider. Ich kenne diesen Kontakt zu diesen Gefühlen von meiner Therapie, daher erschrecken sie mich nicht. Dennoch wird mir immer wieder schwer ums Herz, wenn ich so tief in die Thematik versinke! Tränen, Wut und Leere haben mich auch eben wieder begleitet.

- Haben Sie Anregungen für Verbesserungen dieses Fragebogens? Möchten Sie noch etwas aufschreiben, das Ihnen bedeutsam erscheint?

(keine Antwort)

Ende

Herzlichen Dank,

Sie haben mich sehr unterstützt. Besonders haben Sie aber mit Ihrem Beitrag geholfen, dass Fachleute Kindern besser helfen können, deren Eltern aktuell in einer Trennungssituation stehen.

Möchten Sie die Ergebnisse der Studie als Email zugesandt bekommen?

Ich würde mich freuen, dies zu tun. Tragen Sie einfach Ihre Mailadresse ein. (Hinweis: Die Studie wird in ca. 2 Jahren abgeschlossen sein - erst dann werden die Ergebnisse vorliegen).

Meine Email-Adresse für die Zusendung der Studie: xxxx

Klicken Sie jetzt auf den Button „Fragebogen absenden“ unten rechts am Fensterrand.

Nochmals ein großes Dankeschön von

Carsten Unger

## 8. Panorama der Lebenswirklichkeiten

### 8.0 Ergebnisübersicht

Wie in 5.3 skizziert, werden nun die relevanten Aussagen aller Studienteilnehmer inhaltlich geordnet zusammen geführt. Es fließen in die Darstellung also folgende Datenquellen ein:

- Persönliche Gespräche: 14 Teilnehmer, davon 3 männlich;
- Internetgestützte Befragung Langversion: 36 Teilnehmer, davon 8 männlich;
- Internetgestützte Befragung Kurzversion: 16 Teilnehmer, davon 0 männlich

Die Wirklichkeiten der Trennungskinder gestalten sich wie eine komplexe Landschaft, die einerseits gleichsam aus einer Vogelperspektive von oben mit Abstand in ihrer Gliederung betrachtet werden kann. Andererseits kann man sich auch annähern durch detaillierte Erforschung einzelner „landschaftlicher Zonen“. Es ist insofern ein wiederholter Wechsel zwischen Metaperspektive (über alle Teilnehmer hinweg) und Eintauchen in die jeweils subjektiven Erfahrungen notwendig, um die einzelnen Mosaiksteine schließlich zu einem Gesamtbild zusammen fügen zu können.

Die hier voran gestellte Inhaltsübersicht und Zusammenfassung soll eine Annäherung an das Gesamtpanorama erleichtern. Sie dient nicht nur als Gliederung der gesamten Landschaft, sondern soll auch als Inhaltsverzeichnis, um „Fallschirmsprünge“ aus der Distanz in die jeweils individuellen Welten der Trennungskinder ermöglichen. Schließlich hat diese Übersicht besonders in einzelnen Bereichen auch die Funktion einer Zusammenfassung. So ist z. B. in 8.3.3.3 mit der Überschrift „Funktionalisierung des Kindes im Elternkonflikt“ sofort durch die aufgelisteten Unterkategorien ersichtlich, worin im Erleben der teilnehmenden Trennungskinder diese Funktionalisierungen bestanden haben. Ähnlich auch in 8.4.1 „Das elterliche Verhalten: Unterstützung und Belastung“: Auch hier erschließt sich durch die Kapitelüberschriften unmittelbar eine Liste bedeutsamer elterlicher Verhaltensweisen, die von den Teilnehmern hinsichtlich belastender oder fördernder Auswirkungen für wesentlich gehalten wurden. Durch diese Aufbereitung der gesamten verfügbaren Informationen wurde auf eine dann letztlich redundante neuerliche Zusammenschau der Ergebnisse im Anschluss an das Gesamtpanorama verzichtet.

<b>8.1 Das Erleben vor der elterlichen Trennung .....</b>	<b>233</b>
Fehlende, vage oder bruchstückhafte Erinnerung .....	233
8.1.1 Allgemeines Lebensgefühl .....	234
Übersicht: Lebensgefühl vor der Elterntrennung.....	234
Positive Assoziationen .....	234
Emotional geborgen und getragen.....	234
Mir kann das nicht passieren.....	235
Belastetes oder wechselndes Lebensgefühl.....	235
8.1.2 Beziehung zu den Eltern .....	236



Übersicht: Beziehungsqualitäten vor der Elterntrennung .....	236
Ausgewogene Nähe zu beiden Elternteilen .....	237
Liebevolle Nähe, Innigkeit zur Mutter .....	237
Liebevolle Nähe, Innigkeit zum Vater .....	237
Ambivalentes Beziehungserleben zur Mutter .....	238
Ambivalentes Beziehungserleben zum Vater .....	238
Belastete Beziehung zur Mutter .....	239
Belastete Beziehung zum Vater .....	239
Distanz und ablehnende Gefühle gegenüber beiden Eltern .....	239
<b>8.1.3 Das Erleben der elterlichen Paarbeziehung .....</b>	<b>240</b>
Übersicht: Erleben der elterlichen Paarbeziehung .....	240
Elterliche Nähe und Kooperation .....	240
Elterliche Distanz und Gereiztheit .....	240
Erleben von Elternkonflikten .....	241
Einbeziehung in Elternkonflikte .....	242
Bewältigungsversuche .....	242
Beobachterposition .....	243
Rollenkonfusion: Vermitteln, schlichten, schützen, helfen .....	243
Solidarisierungseffekte .....	244
Kaschierung nach außen .....	244
Es war so schön bei anderen .....	245
<b>8.2 Das Erleben im zeitlichen Umfeld der elterlichen Trennung .....</b>	<b>245</b>
<b>8.2.1 Erste Hinweise .....</b>	<b>245</b>
Ahnungen ... und Hoffnung .....	245
Verändertes Elternverhalten .....	245
Es kam plötzlich und unerwartet .....	246
Aufklärungsgespräch .....	246
Schweigegebot .....	247
<b>8.2.2 Erste Reaktionen .....</b>	<b>247</b>
Verzweiflung, Ins-Bodenlose-Stürzen, Angst, Schmerz, Trauer .....	248
Ohnmacht, Hilflosigkeit .....	249
Ambivalente Gefühle .....	249
Nichts fühlen, nicht verstehen können oder wollen .....	249
Kognitive Überzeugung: Es ist besser so; vernünftig sein .....	250
Wut und Ärger, ich will das nicht, nicht wahrhaben wollen .....	250
Funktionieren im Alltag .....	251
Trennungserleben von einem Elternteil .....	251
Haltgebende Faktoren .....	251
Wiederholte Trennung und Versöhnung der Eltern .....	251
Erleichterung, Entlastung, Freude, Neugier .....	252
<b>8.2.3 Wo soll das Kind leben? .....</b>	<b>253</b>
War sowieso klar .....	253
Das Kind entscheidet sich .....	253
Entscheidungslast, Solidarität, Beeinflussung und Loyalitätskonflikte .....	254
Geschwisterbindungen .....	255
Befragung durch professionell Beteiligte .....	255
<b>8.2.4 Vollziehen äußerer Veränderungen .....</b>	<b>256</b>
Konstruktives Management .....	256
Verstörendes Chaos .....	256
Konspiration der Eltern; in Unwissenheit gehalten .....	256
Grenzverletzungen, schräge Situationen, Verlassenwerden .....	258
<b>8.2.5 Veränderung der emotionalen Beziehungen .....</b>	<b>259</b>
Keine großen Unterschiede .....	259
Verlust eines Elternteils .....	259
Eltern"ersatz" .....	259
Ich stehe „dazwischen“ .....	260
Verlust von Vertrauen, Sicherheit .....	260
Distanzierung .....	260
Verbesserung der Beziehung zu den Eltern .....	261

8.2.6 Elternkonflikte im zeitlichen Umfeld der Trennung .....	261
Schutz der Kinder vor Eskalationen .....	261
Direkte Konfrontation .....	262
Einbeziehung .....	262
Der Riss durch die erweiterte Familie .....	262
<b>8.3 Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung .....</b>	<b>263</b>
8.3.1 Plötzlich ist vieles anders .....	263
Das Wichtigste bleibt unverändert .....	263
Das Leben ist schöner als vorher; Erleichterung .....	263
Neue Normalität .....	263
Es gab keine Alternative .....	263
Ich war eigentlich zufrieden .....	263
Neue Schule, neues soziales Umfeld .....	264
Finanzielle Enge .....	265
Neue Betreuungslösungen; Fremdbetreuung; alleine und einsam sein .....	265
Neue Pflichten; Mithelfen müssen .....	266
Mitschwingen im Erleben der Eltern; Unterstützen wollen .....	267
Eltern sind mit sich selbst und eigenen Problemen beschäftigt .....	267
Verlust der Geborgenheit; nicht Zuhause fühlen .....	268
Weniger Liebe und Aufmerksamkeit .....	269
Frühe Selbstständigkeit und Eigenverantwortung .....	269
Vermissten von Familienangehörigen; beim anderen sein wollen .....	270
Anhaltend unruhige, belastende Lebenssituation .....	271
8.3.2 Belastungsreaktionen des Kindes .....	272
Traurigkeit; allgemeines Belastungserleben .....	272
Wut und Hilflosigkeit .....	272
Alpträume .....	273
Grübeln, Schuldgefühle, sich um die Eltern sorgen .....	273
Ängstlichkeit, Unsicherheit, mangelndes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl .....	274
Regression; Selbstregulation von innerer Spannung .....	275
Rückzug, Isolation, Kontaktschwierigkeiten, Wegträumen .....	275
Ausgrenzungserleben, Scham .....	276
Andere Peer-Group-Probleme .....	276
Auflehnung, Opposition, Aggression, Anschluss an „schwierige Gruppen“ .....	277
Drogenkonsum .....	278
Schulische Leistungs- und Verhaltensprobleme .....	278
(Psycho-) Somatische Erkrankungen .....	279
Depression, dissoziative Wahrnehmungen, Essstörung .....	280
Frühere Therapien des Kindes .....	281
8.3.3 Das Kind im Konfliktfeld der Eltern .....	282
8.3.3.1 Inhalt und Struktur der Konflikte .....	282
Das Kind erlebt kein Konfliktgeschehen .....	282
Meine Eltern haben sich gegenseitig respektiert .....	282
Verständnis für Verfehlungen des anderen Elternteils .....	283
Keine direkte Abwertung – ich wusste aber, was jeder dachte .....	283
Wechsel zwischen Konflikt und Kooperation .....	283
Schlecht über den anderen gesprochen und abgewertet .....	284
Handgreiflichkeiten; Gewalt .....	285
Konfliktpunkt: Sorgerecht .....	286
Konfliktpunkt: Geld .....	286
Konfliktpunkt: Der neue Partner des anderen Elternteils .....	287
Konfliktpunkt: Du kümmerst dich nicht richtig um die Kinder .....	287
Konfliktpunkt: Festtage .....	287
8.3.3.2 Kindliche Reaktionen und Bewältigungsstrategien .....	288
Angst, Panik, den Boden verlieren .....	288
Belastung, Überforderung, Hilflosigkeit, wie gelähmt sein, Suizidgedanken .....	289
Loyalitätskonflikt, niemandem weh tun, in Schutz nehmen .....	290
Schlechtes Gewissen, Schuld- und Schamgefühle .....	291

Wer ist schuld am Streit, an der Trennung – bin ich schuld? .....	291
Das angeblich „Böse“ ist ja auch ein Teil von mir.....	292
(schweigende) Zustimmung, dem Anwesenden nach dem Munde reden .....	293
Lieb sein; ruhig sein und „unsichtbar“ machen; beschönigen .....	293
Sich behaupten in der eigenen Meinung; Abgrenzung .....	293
Bemühung um Vermittlung und Entspannung .....	294
Ärger und Wut.....	295
Bin ich denn nicht wichtiger als euer Streit? .....	295
Rückzug vom Elternteil, der sich abwertend oder aggressiv verhält.....	296
Ausweichen, sich entziehen, auf das Positive konzentrieren .....	296
Solidarisieren, auf eine Seite stellen .....	297
Streit provozieren.....	297
Auftrag zur Wiedervereinigung .....	298
Entlastung: Es hat nichts mit mir zu tun .....	298
Es kann auch helfen zu wissen, was die Eltern übereinander denken .....	298
<b>8.3.3.3 Funktionalisierung des Kindes im Elternkonflikt .....</b>	<b>299</b>
Induzierte Ablehnung eines Elternteils .....	299
Materielle „Bestechung“ .....	300
Stellvertretende Bestrafung .....	301
Botschaft: Du bist genau wie dein Vater / deine Mutter .....	301
Ich sage dir die „Wahrheit“ über deine Mutter/deinen Vater.....	301
Parentifizierung, Rollenkonfusion .....	302
Spitzel- und Auskunftsdienste .....	304
Kontrolle von Sprache und Gefühlen des Kindes.....	305
Schweigegebot, Geheimnisträger .....	305
Briefträger, Trojanisches Pferd.....	305
Das Kind als Druck- und Kampfmittel.....	306
Das Kind als Komplize.....	306
Einsetzen zu Vermittlungsdiensten .....	307
<b>8.3.3.4 Langfristige Entwicklung der elterlichen Kommunikation..</b>	<b>307</b>
Zunehmende Entspannung, Klärung, Respekt.....	307
Zunehmende Spannung und Verschlechterung der Kommunikation.....	308
Gleichbleibende Spannungen.....	308
Keinerlei Kontakt.....	309
Ambivalentes Verhältnis .....	309
<b>8.3.4 Neue Partner des leiblichen Elternteils; Patchworkfamilie .....</b>	<b>309</b>
Erleben von wiederholten, kürzeren Partnerbeziehungen .....	309
Freundschaftlich – aber doch distanziert, niemals so wie die Eltern.....	310
Positive Beziehungsgestaltung.....	311
Aufbau einer neuen emotionalen Bindung; innige Beziehung; neue Familie.....	312
Konfliktreiche, belastete Beziehung; Ablehnung des Partners.....	312
Kind muss neue Paar- und Beziehungskonflikte, Gewalt und Folgen erleben .....	314
Hauptbetreuendes ET als Vermittler zwischen Kind und Partner .....	315
Konflikte zum Stief-ET belasten die Beziehung zum hauptbetreuenden ET.....	315
Hass; „es war die Hölle“.....	316
Zur Liebe gezwungen; ich musste ‚Papa‘ sagen .....	316
Ich schäme mich für den neuen Partner.....	317
Sich zurückgesetzt fühlen.....	317
Eifersucht auf Partner und neue Kinder .....	318
Sexueller Missbrauch; Grenzverletzungen.....	318
Erneutes Trennungserleben des Kindes .....	319
Neuer Partner versteht sich mit getrennten ET .....	319
<b>8.3.5 Kontakt zum nicht hauptbetreuenden Elternteil .....</b>	<b>320</b>
<b>8.3.5.1 Gestaltung und Erleben des Kindes.....</b>	<b>320</b>
Es gab nach der Trennung keine Kontakte .....	320
Ungeregelt, aber durch räumliche Nähe oder berufliche Verbindung häufig .....	320
Sporadisch, ungeregelt.....	321
Regelmäßig, problemlos, unkompliziert .....	321
Das Kind kann Kontakthäufigkeit bestimmen – Belastungsaspekte .....	322

Überwiegend Ferienkontakte .....	323
Keine große Veränderung in Kontaktintensität erlebt .....	323
Gemeinsame Unternehmungen beider Eltern mit dem Kind .....	323
Allmähliche Reduzierung der Kontakte; wurde weniger wichtig oder fremd .....	323
Heimliche Besuche .....	324
Festtage, besondere Anlässe .....	324
Ich wäre gerne länger, öfter oder für immer dort geblieben .....	325
Positive Bewertung der Kontakte .....	326
Da gibt es Geschenke, Fernsehen, Unternehmungen .....	327
Zweite sichere Basis .....	327
Ambivalente Gefühle .....	327
Der Kontakt war belastet .....	327
Bedauern, mangelnde Nähe, hat sich nicht gekümmert, unzuverlässig .....	328
Besuchskontakte aktualisieren die elterliche Trennung .....	330
Besuchskontakte aktualisieren Mitleid gegenüber dem Elternteil .....	330
Überfordernde Erwartungen an das Kind .....	330
Ich wollte (eigentlich) gar keinen Kontakt .....	330
<b>8.3.5.2 Haltung des hauptbetreuenden Elternteils .....</b>	<b>331</b>
Wohllöblich, unterstützend .....	331
Überredend, bedrängend, „Ich musste hin“ .....	331
Neutralität .....	333
Ich spüre, Kontakte werden nicht gern gesehen .....	333
Offene Beeinflussung, aktives Verhindern, Verbot .....	334
<b>8.3.5.3 Kontaktabbruch oder –pausen .....</b>	<b>336</b>
Ablehnende Haltung des hauptbetreuenden Elternteils .....	336
Loyalität des Kindes mit dem hauptbetreuenden Elternteil .....	336
Ich will als eigene Person akzeptiert werden .....	337
Kind schützt sich vor Konflikten .....	337
Der Umgangsberechtigte kümmert sich nicht ausreichend; unzuverlässig .....	338
Umgangsberechtigter zeigt kein kindgerechtes, belastendes Verhalten .....	339
Grenzverletzungen und Gewalttätigkeiten des Umgangsberechtigten .....	339
Zunehmende gegenseitige Entfremdung .....	340
Gegenseitiges Verständnis für divergierende Bedürfnisse .....	340
Kein Interesse; Veränderung der Interessenlage des Kindes .....	340
Konflikt zwischen Kind und Umgangsberechtigten .....	341
Ablehnende Haltung der Partner des Umgangsberechtigten .....	341
Trotz Kontaktunterbrechung noch innere Beziehung; Sehnsucht .....	342
Ich verstehe nicht, warum ich keinen Kontakt haben darf; was ist los? .....	342
Resignation: Wir werden uns nicht wieder sehen .....	342
Mögliche oder umgesetzte Gegenmaßnahmen .....	343
<b>8.3.5.4 Ich entscheide selbst .....</b>	<b>344</b>
Aktive Kontaktsuche; Interesse des Kindes .....	344
Verringerung oder Beendigung der Kontakte durch das Kind .....	344
<b>8.3.5.5 Nicht-persönliche Kontaktgestaltung .....</b>	<b>345</b>
Gefreut über Lebens- und Liebeszeichen .....	345
Trauer, Sehnsucht, Schuldgefühle .....	345
Verletzt, ärgerlich .....	346
Distanziert .....	346
Angst vor Kontaktaufnahme .....	347
<b>8.3.6 Weitere Aspekte der kindlichen Lebenswirklichkeit .....</b>	<b>347</b>
<b>8.3.6.1 Vertrauenspersonen für das Kind .....</b>	<b>347</b>
Ich konnte mich meinen Eltern mitteilen .....	347
Die Eltern und Geschwister fallen weg; Tabuisierung; alleine damit sein .....	347
Familiäre Vertrauenspersonen außerhalb der Kernfamilie .....	349
Erwachsene Vertrauenspersonen außerhalb der Familie .....	350
Peer-Group-Freunde und erste Partner als Vertrauensperson .....	351
Professionell Beteiligte als Gesprächspartner .....	351

8.3.6.2 Tiefe Wünsche des Kindes .....	353
Wunsch nach „heiler Familie“ und Hoffnung auf Wiedervereinigung .....	353
Mehr Zuwendung, Halt, Sicherheit, Leichtigkeit .....	354
Weniger Einsamkeit .....	354
Von allem befreien, unabhängig sein .....	354
8.3.6.3 Allgemeine Bewältigungs- und Beeinflussungsstrategien ..	355
Ich versuche es hinzunehmen, wie es ist .....	355
Verantwortung übernehmen, helfen, unterstützen, Verständnis zeigen .....	355
Aufmerksamkeit erlangen .....	356
Aggressionen, Drohungen, Provokationen, weinen .....	357
Lieb und pflegeleicht sein; nach außen gut funktionieren .....	357
Ich mache mich klein, ich bin eigentlich nicht da .....	358
Eltern in Kontakt bringen .....	358
Frühzeitig unabhängig machen .....	359
8.3.6.4 Kindliche Kraftquellen .....	359
Die Liebe der Eltern .....	359
Freunde, Vertrauens- und Bezugspersonen .....	360
Erste Partner .....	360
Schule und Kindergarten; anderer haltgebender äußerer Rahmen .....	361
Aktivitäten in Gruppen; Sport .....	362
Lesen .....	362
Musik hören und machen; Malen .....	363
Ich konnte gut alleine sein, versunkenes Spiel, Rückzug .....	364
Beziehung zu einem Tier .....	364
Draußen spielen, weg gehen, Natur erleben .....	365
Meine eigene Welt erträumen; erleichternde Phantasien und Überzeugungen .....	365
Fernsehen; virtuelle Welten .....	367
Religiosität, Spiritualität, Selbststeuerungsverfahren .....	367
Sonstige Kraftquellen .....	367
8.3.6.5 Das kondensierte Lebensgefühl .....	368
Eher positive Stimmung .....	368
Passives Hinnehmen, nicht anders kennen, nichts fühlen .....	368
Mangelndes Wertsein; emotionale Kälte .....	369
Schmerz, Trauer, unglücklich, Melancholie, Ohnmacht, Depression .....	369
Einsam, verlassen, enturzelt, feindlich .....	370
Nirgendwo zuhause .....	371
Spannungen, Konflikte, Kampf, Anstrengung .....	371
Mein Leben ist schief, nicht stimmig .....	371
Ambivalente, vielfarbige Bilder .....	372
Phasen verschiedener Gefühlsqualität .....	373
8.3.7 Spezielle Entwicklungen in Pubertät und Adoleszenz .....	374
Erhöhte Bedeutsamkeit von Peer-Group und Hobbys .....	374
Vermehrte Konflikt- und Konfrontationsbereitschaft, Stellung beziehen .....	374
Erhöhte Wahrnehmungs- und Reflektionsfähigkeit .....	376
Eigene Nachforschungen und Informationssuche .....	377
Eigene Entscheidungen in Umgangsregelungsfragen .....	378
Eigene Entscheidungen zum Lebensmittelpunkt; Wohnort .....	379
Mehr Distanz zu Eltern und deren Konflikten .....	380
Distanzmöglichkeit erst als Erwachsene(r) .....	381
Gefühl von Freiheit, Unabhängigkeit, Stärke, Eigenverantwortung .....	382
Dekompensation .....	383
<b>8.4 Der erwachsene Blick zurück auf die Ereignisse .....</b>	<b>384</b>
8.4.1 Das elterliche Verhalten: Unterstützung und Belastung .....	384
Verhalten im Trennungsgeschehen, Schutz des Kindes .....	384
Kindgerechte Familienordnung nach der Trennung .....	385
Erhalt des gewohnten Umfeldes .....	386
Bewältigung der partnerschaftlichen Trennung durch die Eltern .....	386
Elterliche Lebensbewältigung nach der Trennung .....	387

Umgang der Eltern mit ihre neuen Partnern .....	389
Selbstkritik, Selbstreflektion, Verantwortung für eigene Schwächen .....	391
Trennung der Eltern- von der Paarebene; Erhalt der Elternfunktion.....	392
Bindungstoleranz; Abwertung des anderen Elternteils .....	394
Zuwendung, emotionalen Halt, Botschaft: Du bist mir wichtig .....	396
Unbeschwertheit, Ermutigung .....	400
Gespräche, Information gegenüber dem Kind .....	401
Engagement des getrennt lebenden Elternteils für Kontakterhalt mit dem Kind ....	402
Gemeinsame Aktivitäten beider Eltern mit dem Kind.....	404
Akzeptanz des Kindes als eigenständige Persönlichkeit .....	405
Als Eltern für sich selbst sorgen können .....	405
Delegation von Verantwortung und Pflichten an das Kind.....	405
Geiztes, aggressives, cholerasches Verhalten .....	406
Zeigen eigener Bedürftigkeit gegenüber dem Kind; Parentifizierung.....	406
Funktionalisierung des Kindes im Elternkonflikt.....	408
Psychische oder Abhängigkeitserkrankung; Verwahrlosung .....	408
Eltern haben nichts richtig gemacht; Sarkastische Bemerkungen.....	410
<b>8.4.2 Bewertung des elterlichen Verhaltens in der Rückschau .....</b>	<b>410</b>
Positive Würdigung: Insgesamt gut geschafft.....	410
Trennung war die bessere Lösung; Verständnis.....	411
Mitgefühl und Mitleid .....	412
Trennung an sich nicht schlimm, aber Begleitumstände .....	413
Nicht (mehr) übel nehmen.....	413
Früheres Verhalten noch übel nehmen; Wut .....	413
Gefühl von Defizit, Belastung, Verlassensein .....	415
Eltern haben auch nur begrenzt Einfluss auf Entwicklung ihres Kindes .....	415
Ich muss – trotz aller Belastungen – meinen eigenen Weg finden .....	415
Ihr Eltern müsst euch selbst bemühen, ich engagiere mich nicht (mehr) .....	416
<b>8.4.3 Erklärungsmodelle für das damalige elterliche Verhalten .....</b>	<b>416</b>
Persönliche Unreife, Unerfahrenheit, Hilflosigkeit, Überforderung .....	416
Sie haben das gegeben, was sie konnten .....	417
Auseinanderfallen von Anspruch und tatsächlicher Kompetenz.....	417
Überforderung in Mehrfachbelastungen.....	418
Gefangen in ihren Gefühlen; Selbstzentrierung .....	418
Persönlichkeitsstrukturelle Aspekte; konnten nicht anders .....	418
Mangelnde Selbstexploration und -konfrontation der Eltern .....	420
Auswirkungen der elterlichen Biografie und Kultur .....	420
Dysfunktionale Partnerbeziehung der Eltern.....	422
Mangelnde räumliche und emotionale Trennung.....	423
Psychische Probleme, Erkrankung .....	424
<b>8.4.4 Mögliche Unterstützungsmaßnahmen für Kind und Eltern .....</b>	<b>424</b>
Eine (neutrale) Vertrauensperson zum Reden.....	424
Kinder- bzw. jugendpsychologische Begleitung.....	426
Haltgebende Einbettung oder Zuwendung anderer Bezugspersonen .....	427
Erziehungsberatung .....	427
Paar- und Trennungsberatung; Mediation .....	428
Einzelberatung, Therapie für die Elternteile .....	429
Mehr Unterstützung durch den Freundeskreis.....	429
Intervention, Richtlinien von außen (Jugendamt).....	430
Bessere finanzielle Ausstattung; Haushaltshilfe .....	430
Skepsis: Hätte nichts gebracht; hätten sich nicht eingelassen .....	430
<b>8.5 Die Eltern im Erwachsenenalter des Kindes .....</b>	<b>431</b>
<b>8.5.1 Beziehungsentwicklung zur Mutter bis heute.....</b>	<b>431</b>
Beide Elternteile gleich wichtig.....	431
Dankbarkeit; Verständnis .....	431
Herzlich, innig, eng, freundschaftlich .....	432
Normalisierung; positive Entwicklung nach vorheriger Krise .....	433
Freundlich – mit Sicherheitsabstand .....	434
Ablösungsprobleme.....	435
Kontakt belastet, ambivalent, anstrengend, distanziert .....	435

Wenig Nähe, Tiefe, Gefühlskälte .....	437
Beständige Abgrenzung notwendig; Abstand tut gut.....	438
Rollenumkehr.....	439
Ich erkenne das Drama des Lebens meiner Mutter .....	439
Verlust der Mutter durch Kontaktabbruch oder Tod .....	440
<b>8.5.2 Beziehungsentwicklung zum Vater bis heute.....</b>	<b>441</b>
Dankbarkeit; Verständnis.....	441
Herzlich, innig, eng, freundschaftlich .....	442
Liebe trotz Kritik; Reduzierung der Erwartungen.....	442
Normalisierung; positive Entwicklung nach vorheriger Krise, Abbruch .....	443
Kontaktaufnahme nach Pause; Wiederkehr dysfunktionaler Beziehungsmuster....	446
Freundlich – mit Sicherheitsabstand, zu viel oder zu wenig Distanz.....	447
Ablösungsprobleme .....	448
Kontakt belastet, ambivalent, anstrengend, distanziert .....	448
Wenig Nähe und Tiefe .....	449
Beständige Abgrenzung notwendig .....	450
Rollenumkehr.....	450
Er sieht in mir (immer noch) Anteile der Mutter; keine Akzeptanz der eigenen Persönlichkeit des Kindes.....	451
Ich erkenne das Drama des Lebens meines Vaters.....	451
Verlust des Vaters durch Kontaktabbruch oder Tod.....	452
<b>8.5.3 Gespräche mit den Eltern über früher .....</b>	<b>455</b>
Vom Vater ausgehend .....	455
Uneingeschränkt möglich .....	456
Mit Einschränkungen möglich.....	457
Gescheitert, verweigert.....	457
Versuche führten zu Belastungsreaktionen der Mutter; zumutbar? .....	458
Heilung, Trost, Versöhnung .....	459
Würdigung der Bewältigungsanstrengungen des Vaters .....	460
Schmerzliche Reflektion und Konfrontation auf beiden Seiten .....	461
Bis heute Selbstvorwürfe, Schuldgefühle der Eltern .....	461
Elternteil hält fest an alten Schuldzuweisungen; Abwehr, keine Reflektion .....	462
Starke Konflikte, Kontaktabbruch des Elternteils.....	463
Ich bin selbst ambivalent .....	463
Ich sehe selbst keinen Sinn darin; Vermeidung .....	463
<b>8.6 Biografische Spuren elterlicher Trennung im Erwachsenenleben..464</b>	
Mein So-Geworden-Sein hat viele Wurzeln, nicht nur die Elterntrennung .....	464
<b>8.6.1 Belastende oder beeinträchtigende Auswirkungen .....</b>	<b>464</b>
Ich kann nur schwer über bestimmte Kindheitserfahrungen zu sprechen.....	464
Flashbacks schmerzlicher Gefühle oder Verhaltensmuster „von damals“ .....	465
Zu frühe Autonomie, Überforderung an Selbstständigkeit .....	466
Zu starke Bindung an einen Elternteil, behinderte Verselbstständigung.....	466
Wunsch nach (heiler) Familie bis heute .....	467
Unsicherheit, Distanz zu eigenen Gefühlen und Bedürfnissen .....	467
Sich schuldig fühlen.....	467
Hadern mit dem eigenen Schicksal; ich hatte eine beeinträchtigende Kindheit.....	467
Ungeklärte Fragen an Identität und Wurzeln.....	468
Pessimismus, Misstrauen, mangelndes Vertrauen, kein innerer Halt .....	469
Verunsicherbarkeit, mangelndes Selbstwertgefühl .....	469
<b>8.6.2 Freund- und Partnerschaften.....</b>	<b>470</b>
Zuversicht: Eine Trennung ist für mich bzw. mein Kind zu bewältigen .....	470
Ablehnung von Ehe und eigener Elternschaft .....	471
Das Elternschicksal wiederholt sich? Kein konstruktives Modell .....	471
Beziehung ist anstrengend .....	472
Den Erwartungen/Meinungen anderer gerecht werden .....	472
Konfliktvermeidung; mangelnde Konfliktfähigkeit .....	473
Verlust- und Verlassensängste; Misstrauen, Eifersucht.....	475
Schneller Trennungsimpuls .....	476
Sich niemals ganz emotional einlassen; mangelndes Bindungsvertrauen .....	477
Ich bin es nicht wert, geliebt zu werden; ich muss etwas dafür leisten .....	478

Angst vor Veränderung, Risiken, Alleinsein .....	478
Panik, Depression bei Trennung .....	479
Beziehungsprobleme; zu wenig Bindungsstabilität; Unsicherheit über eigene Gefühle .....	479
Ich gebe mehr ein als ich zurück bekomme .....	481
Schwierigkeiten mache ich mit mir selber aus .....	481
Zu langes Festhalten an unbefriedigenden Beziehungen .....	482
Partnerwahl bedingt durch Sehnsucht nach Elternteil .....	482
Übertragung der Beziehungsstruktur zu einem Elternteil auf Partner .....	483
Suche nach Sicherheit .....	483
Sexuelle Probleme .....	484
Schritte der Bewältigung .....	484
<b>8.6.3 Wachstumsfördernde Auswirkungen .....</b>	<b>485</b>
(Frühe) Autonomie .....	485
Innere Stärke .....	485
Empathiefähigkeit .....	486
Lebenserfahrung und Reflektionsfähigkeit .....	486
Positive Vorbilder der Krisenbewältigung gehabt .....	487
Erfahrungen in der Kindheit positiv in Bezug auf eigene Elternschaft .....	487
Durch negatives Elternverhalten viel gelernt für eigene Partnerschaft .....	488
Kompetenz, mir das zu suchen, was früher fehlte .....	490
Trotz aller Belastungen leistungsstark und psychisch stabil .....	490
<b>8.6.4 Psychische Probleme, Therapie .....</b>	<b>490</b>
Emotionale Chaos: Hilflosigkeit, Wut, Trauer .....	490
Ängste; Angststörung .....	490
Depressivität; Suizidalität .....	491
Essstörung .....	492
Psychosomatische Beschwerden .....	492
Abhängigkeitserkrankungen .....	492
Psychotherapie und sonstige .....	492
Über Therapie nachgedacht; abgelehnt .....	494
Eigene Psychotherapieausbildung .....	495
<b>8.7 Allgemeine Aussagen und Empfehlungen .....</b>	<b>495</b>
<b>8.7.1 Verhalten und Haltungen der Eltern .....</b>	<b>495</b>
Nicht wegen des Kindes eine dysfunktionale Partnerschaft erhalten .....	495
Dem Kind die Trennung und Zukunft erklären .....	496
Schutz vor Elternkonflikten und -problemen; respektvoller Umgang; Trennung von Paar- und Elterneben .....	496
Wir trennen uns als Paar, aber lieben dich beide, du hast keine Schuld .....	498
Du bist gewollt und aus Liebe entstanden .....	498
Sorgerechtsstreit vermeiden .....	498
Liebe, Zuwendung, emotionaler Halt für das Kind .....	499
Auf Befindlichkeit des Kindes achten und mit ihm im Gespräch bleiben .....	499
Kontakterhalt zu beiden Elternteilen .....	500
Erhalt der Bedeutung/Verantwortung beider Eltern für das Kind .....	500
Klare Aussagen, Regeln und Verlässlichkeit beider Eltern .....	501
Keine große räumliche Entfernung nach Elterntrennung .....	501
Kinder möglichst in gewohnter Umgebung lassen .....	501
Konfliktfreier Rahmen für die Umgangsgestaltung .....	501
Bei anhaltender Kontaktverweigerung des Kindes seinen Willen akzeptieren .....	502
Gemeinsame Gespräche, Unternehmungen beider Eltern mit Kind .....	502
Den anderen Elternteil oder dessen neuen Partner nicht gegenüber dem Kind abwerten .....	502
Eigene Verhaltensbeiträge kritisch reflektieren .....	503
Das Kind nicht instrumentalisieren .....	503
Das Kind behutsam mit neuen Partnern bekannt machen .....	504
Das Kind behutsam auf neue äußere Lebensbedingungen einstellen .....	504
Vertrauens- / Beratungsperson für das Kind .....	504
Sich als Eltern Unterstützung/Beratung holen .....	505
Dem erwachsenen Kind zur Aufarbeitung zur Verfügung stehen .....	505



8.7.2 Leitlinien Sorgerecht, Umgang .....	505
Einbeziehung des Kindes für Betreuungs- und Kontaktregelungen.....	505
Gemeinsames Sorgerecht pro.....	506
Gemeinsames Sorgerecht contra.....	506
Häufige Betreuungsaufteilung pro; ggf. Bedingungen.....	507
Häufige Betreuung contra.....	507
Flexible Umgangsgestaltung, gemeinsame Abstimmung.....	508
Jede Regelung muss für die jeweilige Familie passen.....	508
(Pflicht-) Beratung für Eltern.....	509
Gerichtliche Eingriffe, Regelungen bei Verweigerung eines Elternteils.....	509
Einsetzen einer entscheidungsbefugten neutralen Person bei Überforderung der Eltern.....	510
8.7.3 Sonstige Empfehlungen und Gedanken .....	510
Nicht jede Elterntrennung ist eine Entwicklungsbelastung für das Kind.....	510
Eltern sein lernen.....	511
Angebot von Gruppen für Kinder getrennter Eltern.....	512
Gesetzgeberische und gesellschaftliche Aspekte.....	512

## 8.1 Das Erleben vor der elterlichen Trennung

### Fehlende, vage oder bruchstückhafte Erinnerung

Kindern, die zum Zeitpunkt der elterlichen Trennung im Alter bis 5 Jahre waren, fehlt es nachvollziehbar häufiger an konkreten Erinnerungen an die Zeit, als die Familie noch zusammen lebte. Mitunter gibt es isolierte Assoziationen, ohne dass auf das damalige Lebensgefühl zugegriffen werden kann, andererseits sind „Erinnerungssedimente“ des damaligen Allgemeinbefindens möglich, ohne dass dieses aus konkreten Einzelerinnerungen ableitbar wäre. Dabei fällt die Unterscheidung zwischen tatsächlich Erlebtem und nachträglich durch Erzählung, Fotos oder Videos rezipierten Inhalten mitunter schwer.

*Also an das, wie es davor war, habe ich wirklich absolut keine Erinnerung. ... An vieles kann ich mich schon gar nicht mehr erinnern, ... die Zeit vor der Trennung, so generell, so grundsätzlich. ... (Bernd)*

*Ja, also die (Erinnerungen) sind natürlich ganz vage, aber die, die ich habe, die sind eigentlich durchaus schön. Und, es sind immer nur so Sequenzen, manchmal auch aus Erzählungen, aber zum Beispiel Kindergeburtstage, die waren immer ganz toll bei uns. (Alena)*

*Ich kann mich an nicht daran erinnern, wie das Zusammenleben war, weder an irgendwelche Streitereien noch an Harmonie. Ich weiß nur, dass wir alle drei oft bei meinen Großeltern mtl. waren. (k08)*

Letztlich sind also die folgenden Ausschnitte des Lebenspanoramas in 8.1 aus der Zeit vor der elterlichen Trennung gekennzeichnet durch weitaus häufigere und größere Erinnerungslücken als die darauf folgenden zeitlichen Abschnitte.

## 8.1.1 Allgemeines Lebensgefühl

**Tab. 5:** Übersicht - Lebensgefühl vor der Elterntrennung

	Fragebögen (n=52)	Gespräche (n=14)
<b>eher positiv</b>	9	8
<b>ambivalent, neutral</b>	2	4
<b>eher negativ</b>	6	1
<b>keine Anga- be</b>	35	1

In den persönlichen Gesprächen äußert sich ein etwa ein Drittel der damaligen Kinder eher negativ bzw. ambivalent-neutral in Hinblick auf das Lebensgefühl vor der elterlichen Trennung, ca. zwei Drittel (8 Teilnehmer von 14) assoziieren positive Gefühle. In den Fragebögen konnten für 35 Teilnehmer keine Angaben ermittelt werden. Von den tatsächlich sich zu dieser Frage äussernden Personen (17 von 52) berichtet jeweils die Hälfte von positiven, die andere Hälfte von ambivalenten, neutralen oder negativen Erinnerungen – letztere sind erstaunlich selten vertreten.

### Positive Assoziationen

Im Folgenden werden einige typische Erinnerungen an positive Lebensgefühle in der Zeit der familiären Einheit wieder gegeben.

*Wir hatten zwei riesige Gärten, wir hatten zwei riesige Grundstücke, die dann hinten ineinander übergehen und viel Familie und die waren in der Umgebung. Wenn ich mich so dran erinnere, das war vom Gefühl her sehr schön. (Gisela)*

*Also mein Papa und Mama, sie sind beide recht gesellig. Und das fand ich eigentlich immer sehr schön und das habe ich wahrscheinlich auch noch so gut in Erinnerung, weil es dann nachher ein bisschen ruhiger wurde. (Julia)*

*Es war alles Bestens - eine typische tolle Familie mit Reihenhäuser und Nachbarn und vielen Freunden. Von Problemen meiner Eltern habe ich nichts mitbekommen, auch wenn sie mal Streit hatten. (k02)*

### Emotional geborgen und getragen

Bei (erwachsenen) Trennungskindern wird in der Rückschau nicht selten die Zeit vor der Elterntrennung mit einem Gefühl der emotionalen Geborgenheit, des Getragen-Seins in Verbindung gebracht – bzw. deren Verlust im weiteren Verlauf betrauert.

*Und es gab auch so klassische Rhythmen wie erst wurde Sandmännchen geguckt, dann hat mich einer von beiden ins Bett gebracht, hat mir noch was vorgelesen, das war auch oft mein Papa, ja, von daher gab's für mich keine Anhaltspunkte. ... Ja, das war eine richtig heile Bilderbuchwelt. (Ka-*

*tarina)*

*Also ich habe gedacht, es wäre alles in Ordnung. (Maria)*

*Damals war die Welt für mich noch in Ordnung. Wir kannten alle Nachbarn, es gab viel Kontakt. Mit meinem Vater war ich oft gegenüber am Elbestrand. Wir hatten nicht viel Geld, aber es ging uns gut. (I10)*

*Das Leben war wunderbar. (I27)*

*Habe sehr gute Erinnerungen an meine Kindheit. Es gibt nichts, was wirkliche negativ war. Meine Eltern haben mich beide geliebt, wir haben viele Urlaube gemacht und ich habe viele Erinnerungen daran, wie mein Pa mit mir auf Flohmärkte oder einkaufen gegangen ist. Meine Ma hat viel mit mir gespielt, gebastelt, mir später kochen beigebracht und sowas alles. Wir hatten des öfteren Freunde meiner Eltern zu Hause, insgesamt ein ziemlich gutes Familienleben, wie ich finde. (k04)*

### **Mir kann das nicht passieren**

Ein wiederkehrendes Motiv der kindlichen Erinnerungen an die Zeit vor der elterlichen Trennung ist die Unvorstellbarkeit derselben. Selbst wenn Streitigkeiten der Eltern zunehmend die Atmosphäre prägen, ruht das Kind in den familiären Gegebenheiten und kann eine andere Situation nicht denken (so z. B. bei Karen, die über Jahre hinweg in einem eskalieren und teils auch gewalttätigen elterlichen Konfliktfeld lebte).

*Und ich habe damals immer gedacht, so was passiert mir nicht. (Kathrin)*

*Klar, dass meine Mutter mal weggefahren ist oder so, dass mein Vater auch mal vielleicht für zwei Wochen weg wäre, so was hätte ich mir vorstellen können, aber dass Eltern auseinander gehen für immer, nee, das konnte ich mir nicht vorstellen. (Karen)*

### **Belastetes oder wechselndes Lebensgefühl**

Einige Kinder verbinden mit der Zeit vor der elterlichen Trennung eher düstere, belastete oder schmerzliche Erinnerungen. Hier sind konkrete Wünsche nach einer elterlichen Trennung und in Folge auch Entlastungsgefühle am wahrscheinlichsten.

*Atmosphäre sehr schlecht. Eltern nie als wirkliches Paar erlebt, viel Streit, von beiden immer wieder Suiziddrohungen, strenge Erziehung, viele Schläge, einsperren in dunkler Kohlenkammer durch Mutter. (k14)*

*Es war die Katastrophe schlecht hin, keiner redet mit dem anderen, alleine essen, jeder hatte seine eigenen Zimmer, nur Küche und Bad wurden gemeinsam benutzt. (I11)*

*Habe mir bereits als kleines Kind (ab ca. 8 Jahre) nichts sehnlicher gewünscht, als dass die sich scheiden lassen. (I29)*

*Gelsenkirchen Schalke, armes Viertel, kein Geld, Vater trank, Zweizimmer-Wohnung, Kohleheizung. (I35)*

Wie weit die Erfahrungen eines Kindes vor der elterlichen Trennung in ihrer Ambivalenz auseinander fallen können, nämlich Geborgenheit einerseits und unkontrollierbare, bedrohliche Belastungen durch elterliche

Konflikte andererseits, beschreibt Karen im folgenden Bild:

*... dass ich eben so unter einem kleinen Baum sitze und die Sonne scheint auf mein kleines Stück unter meinem Baum und ich spiele da im Sand und so, ich bin einfach für mich in meiner Welt, die Wärme ist da, ich hab Zeit ohne Ende und alles ist gut so. Und das Andere, die Spannung (elterliches Konfliktfeld), das ist wie dunkel, das ist immer, als wenn so eine Glocke um unser Haus wäre, die so eine Spannung trägt. Und wo dann immer so ein paar Blitze oder so da durchzischen, so würde ich das beschreiben. Aber eigentlich mehr so diese riesige Spannung, und dann knallt's eben manchmal. (Karen)*

## 8.1.2 Beziehung zu den Eltern

Ähnlich wie bei dem Lebensgefühl vor der elterlichen Trennung (8.1.1) zeichnet sich auch in den Beziehungsqualitäten eine häufigere positive Bewertung ab (Tab. 6). Ob es sich hier um eine nachträgliche Idealisierung durch die späteren belastenden Trennungserfahrungen handelt, bleibt unklar. Festzuhalten bleibt jedoch, dass nur ein geringer Teil der erwachsenen Trennungskinder die Zeit vor der elterlichen Trennung mit einem negativem Lebensgefühl bzw. negativen Beziehungsqualitäten zu den Eltern assoziiert. Dies tritt der häufiger von Laien geäußerten Überzeugung entgegen, vielen Kindern seien durch Elternkonflikte psychisch sehr beeinträchtigt, die Trennung stelle in vielen Fällen eine Entlastung dar. Die hier vorliegenden Ergebnisse verweisen darauf, dass dies zwar in Hochkonfliktfamilien der Fall sein kann, allerdings nur wenige Kinder dies rückblickend so erlebt haben.

**Tab. 6:** Übersicht - Beziehungsqualitäten vor der Elterntrennung

	<b>Fragebögen Mutterbezhg. (n=52)</b>	<b>Fragebögen Vaterbezhg. (n=52)</b>	<b>Gespräche Mutterbezhg. (n=14)</b>	<b>Gespräche Vaterbezhg. (n=14)</b>
<b>eher positiv</b>	18	15	6	<b>10</b>
<b>ambivalent, neutral</b>	6	8	1	<b>0</b>
<b>eher negativ</b>	6	8	1	<b>1</b>
<b>keine Angabe</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>3</b>

Im folgenden wird anhand von Zitaten deutlich, dass Kinder vor der elterlichen Trennung das gesamte Spektrum der Beziehungsqualitäten von emotionaler Nähe über Ambivalenz hin zu Belastungserleben oder gar

Hass erleben können.

### **Ausgewogene Nähe zu beiden Elternteilen**

*Also ich muss sagen, meine Mutter war zwar in der Situation meistens ein bisschen sensibler, aber ich konnte mit meinem Vater genauso gut über alles reden. ... Aber ich wusste, dass ich auf jeden Fall mit beiden über alles reden konnte und das war eine gute Voraussetzung. Also ich habe da keinen bevorzugt irgendwie. (Stefan)*

*Genau wie meine Mutter war mein Vater aus meinem Leben nicht wegzudenken. (I37)*

### **Liebevolle Nähe, Innigkeit zur Mutter**

*Zum Zeitpunkt der Trennung war ich 6 Jahre alt, meine Mutter war der wichtigste Mensch in meinem Leben. Sie hat, seit ich 2 Jahre alt war, immer gearbeitet und so war es immer etwas Besonderes, sie zu sehen und mit ihr die Zeit zu verbringen. Unsere Beziehung war gut. Ich fühlte mich geliebt und hatte den Sonderstatus „Nesthäkchen“. (I37)*

*Wunderbar. Mama war klasse. Wir hatten eine richtig schöne Zeit, ich habe sie sehr geliebt. Wenn sie sauer wurde (sehr selten!), bekam sie runde Augen. (I27)*

*Unproblematisch, liebevoll. Meine Mutter war eine Frau, die viel lachte und allen möglichen Quatsch mit uns machte. Sie war gerne mit uns zusammen und ich gerne mit ihr. Sie war immer interessiert an meinen Problemen und ich konnte mich auf sie verlassen. (I15)*

*Typisch Muttersöhnchen, sehr innig. (I02)*

*Die Beziehung zu meiner Mutter war damals ... sehr intensiv. ... Ich war mit meiner Mutter sehr verschmust. Es war ein sehr enger Kontakt. (I05)*

### **Liebevolle Nähe, Innigkeit zum Vater**

*Wenn ich mit meinem Vater alleine war, wenn er denn da war, hat er sich wirklich recht viel Zeit genommen und ich hab das dann als Kind sehr genossen, klar. (Sonja)*

*Perfekt. Ich liebte ihn abgöttisch. Er war witzig, liebevoll, Nerven aus Drahtseil, hatte immer lustige Ideen, konnte gut singen und nahm sich für mich alle Zeit der Welt. Wir waren ein eingeschworenes Team. Er hatte für mich absolute Priorität, meine Mutter spielte eher eine Nebenrolle. (I10)*

*Sehr positiv, zweite Bezugsperson. Habe mich gefreut, wenn er nach Hause kam bzw. am Wochenende da war, gemeinsame Ausflüge, Picknick etc. (I03)*

*Ich wollte Papa heiraten, er war der Größte, Stärkste und Bestaussehende überhaupt. (I27)*

Einige Kinder haben vor der Trennung die Beziehung zu ihrem Vater als positiv und emotional tragend erlebt, auch unabhängig davon, ob von ihm konfliktträchtige oder aggressive Verhaltensbeiträge im Rahmen des Partnerschaftskonflikts der Eltern geleistet wurden. So im Fragebogen I18 wie auch bei Gisela und Hella.

*Gut. Ich hatte das Gefühl, er nimmt mich ernst, ist stolz auf mich und ich habe Einfluss auf ihn. Ich konnte ihn überreden, ins Bett zu gehen, wenn er besoffen war. Ich konnte ihn aus den Gaststätten raus holen. ... Mich hat mein Vater gelobt vor allen Leuten und in den Arm genommen. Er hat mir Dinge gezeigt und erklärt, er hat sich Zeit genommen und Geduld gehabt. (I18)*

*Mein Vater ist immer derjenige gewesen, der immer so ein bisschen unbeherrscht und laut war und ist. ... Also ich habe mich eigentlich schon von klein auf an immer eher zu meinem Vater hingezogen gefühlt, weil ich auch so ein bisschen hoch und tief bin und emotional. (Gisela)*

*Also wir hatten teilweise Angst, wenn er von der Arbeit nach Hause kam. Also ich war dann auch immer richtig angespannt. Wenn er hereinkam, dann wusste man nie, was jetzt als nächstes passiert. ... Auch wenn er sich so daneben benommen hat, dann wollte ich einfach nur, dass es wieder in Ordnung kommt. Also ich habe ihm nicht die Schuld gegeben an der Situation, natürlich nicht. ... Ja, ich glaube, dass ich an meinem Vater mehr gehangen habe. Zumindest hatte ich zu ihm eine etwas emotionale Bindung, würde ich sagen. (Hella)*

### **Ambivalentes Beziehungserleben zur Mutter**

*Vermutlich relativ in Ordnung. Aber ich lebte zurückgezogen. Meine Mutter war psychisch labil, überlegte einige Jahre lang, die Scheidung einzureichen und hat mich in diese Überlegungen einbezogen. In den Phasen kamen wir gut miteinander aus, in anderen weniger gut, ich mochte ihre „Weil-ich-es-so-will-Erziehung“ nicht. (I34)*

*Meine Mutter war da und versorgte uns, ich hatte eine behütete Kindheit. Als große Schwester fühlte ich mich manchmal ungerecht behandelt meinem Bruder gegenüber. Er kniff und boxte mich in den Bauch und wenn ich mich wehrte, rannte er zur Mutter und ich bekam den Ärger. Bei Hausaufgaben oder anderen Anforderungen an mich war meine Mutter sehr ungeduldig mir gegenüber. Sie war abends froh, wenn wir im Bett waren und sie ihre Ruhe hatte. Sie konnte aber auch herzlich und fürsorglich sein. Ich konnte ihr alles sagen, auch wenn sie mir nicht immer geglaubt hat. (I18)*

### **Ambivalentes Beziehungserleben zum Vater**

*Er war ... wenig zu Hause. Hat sich abends jedoch schon noch um uns gekümmert, gespielt etc, hat sich nicht so sehr für unser Hobby Reiten/Pferde interessiert. Am Wochenende hat er meistens gemacht, was er wollte. Wenn wir mitkommen wollten, konnten wir mitkommen, ansonsten ist er alleine gefahren. (I17)*

*Ok. Wir haben uns aber viel gestritten. (I24)*

*Auch gut, aber distanzierter. Er war zwar für uns da, aber doch irgendwie unerreichbar. (I25)*

*Auch gut. Eigentlich kamen wir uns erst näher, als meine Mutter krank wurde. Bis dahin war ich hauptsächlich mit meiner Mutter zusammen gewesen, dabei war sie genauso berufstätig wie er. Er war wohl meistens abwesend - wenn nicht körperlich, dann im Geiste. Er hat mich sogar ein-*

*mal beim Einkaufen vergessen. ... Wenn er jähzornig war, hatte ich schreckliche Angst vor ihm. Ich erinnere mich, dass er Fehler, die ich machte, übermäßig streng bestrafte. ... Ich empfand seine Handlungen damals als beängstigend und verwirrend. Ich verstand die Welt nicht mehr. Dennoch habe ich ihn auch als sehr lieb, fröhlich und warmherzig in Erinnerung. Als meine Mutter erkrankte, sorgte er für mich, so gut er konnte. Ich glaube, dass wir einander erst in jener Zeit näher kamen, denn er bekam nun eine größere Präsenz in meinem Leben. (I36)*

### **Belastete Beziehung zur Mutter**

*Das Verhalten meiner Mutter mir gegenüber habe ich als gefühllos empfunden. (k09)*

*Die Beziehung zu meiner Mutter war damals ... nicht vorhanden. (I35)*

*Schwierig. Ich war von Geburt an Papakind. Meine Mutter war sehr eifersüchtig auf ihn und schimpfte, je mehr Spaß wir hatten. ... Sie hatte schlechte Nerven, war schnell gereizt. Ich hatte damals ziemlichen Respekt vor ihr, weil ich sie als unberechenbar empfand. (I10)*

### **Belastete Beziehung zum Vater**

*Also wir hatten teilweise Angst, wenn er von der Arbeit nach Hause kam. Also ich war dann auch immer richtig angespannt. Wenn er hereinkam, dann wusste man nie, was jetzt als nächstes passiert. (Hella)*

*Neutral, kein Interesse an meiner Person. (I12)*

*Oberflächlich, von Interesselosigkeit geprägt. (I02)*

*Zu meinem Vater hatte ich kaum eine Bindung, das Verhältnis begrenzte sich auf das „Guten Morgen“ und „Gute Nacht“. Mein Vater griff nur in extremen Fällen ein, bei dem meine Mutter mit mir allein nicht zurecht kam. Trotz der geringen Bindung hatte ich daher sehr viel Respekt vor meinem Vater, er brauchte nur etwas sagen und ich gehorchte. (k05)*

*Nicht intensiv. Mein Vater versuchte, an den Wochenenden und beim Abendessen, meine Schwester und mich zu erziehen. Er war sehr streng. Meine 2 Jahre ältere Schwester und ich bemühten uns vergeblich um seine Anerkennung. Ich sah meinen Vater eher selten. (I05)*

### **Distanz und ablehnende Gefühle gegenüber beiden Eltern**

*Beide Elternteile waren völlig gefühllos mir gegenüber. (I11)*

*Ich habe sie gehasst. Da ich nicht wusste, wohin mit mir und meinen Gefühlen (ich hatte niemanden zum Reden), habe ich einmal mehrere Seiten mit nur einem Satz voll geschrieben „Ich hasse sie, ich hasse sie...“. Von meiner Mutter fühlte ich mich ungeliebt. Meine Mutter war die antreibende Kraft, mein Vater das ausführende Organ. Er hat gemacht, was sie wollte. (I29)*

### 8.1.3 Das Erleben der elterlichen Paarbeziehung

**Tab. 7:** Übersicht - Erleben der elterlichen Paarbeziehung

	<b>Fragebögen</b> (n=52)	<b>Gespräche</b> (n=14)
<b>häufiger Streit</b>	27	7
<b>eher positiv</b>	0	3
<b>ohne Angabe</b>	25	4
<b>Einbeziehung in Elternkonflikte</b>	9	4

Die Hälfte aller Fragebogenteilnehmer sowie die Hälfte der Gesprächspartner berichtet von teils anhaltenden und auch tätlichen Elternkonflikten aus der Zeit vor der elterlichen Trennung. Demgegenüber bewerten nur 3 der Gesprächspartner und keiner der Fragebogenteilnehmer die damalige Elternbeziehung als eher positiv. Wahrscheinlich aufgrund des damaligen Alters der Kinder bzw. der inzwischen vergangenen Zeitspanne gibt es bei etwa der Hälfte der Fragebogenteilnehmer bzw. bei 28% der Gesprächsteilnehmer keine Angaben zu diesem Aspekt.

Jeweils 9 bzw. 4 der Fragebogen- bzw. Gesprächsteilnehmer, die Elternkonflikte erlebt haben, fühlten sich damals in diese direkt einbezogen. Daraus ergibt sich, dass beim Vorhandensein von Elternkonflikten jedes zweite bis dritte Kind sich in diese einbezogen fühlte. Ausführlich wird in Kap. 8.3.3 auf das Erleben von Kindern im elterlichen Konfliktfeld eingegangen – hier werden lediglich einige wichtige Aspekte hervorgehoben, die eng mit dem noch gemeinsamen Wohnen aller Familienmitglieder vor der Elterntrennung verbunden sind.

#### **Elterliche Nähe und Kooperation**

➤ Nur selten wurde in der Rückschau berichtet, die elterliche Partnerschaft als harmonisch und kooperativ erlebt zu haben.

*Es war eine doch am Anfang sehr harmonische Beziehung, ein schönes Familienbild eigentlich. ... Ich muss ganz ehrlich sagen, meine Eltern haben sich da sehr viel abgesprochen, die haben viel miteinander geredet auch, speziell was die Beziehung zu uns Kindern anbelangte ... Die privaten Probleme von meinen Eltern haben meistens nicht in die Erziehung von uns Kindern reingespielt. (Stefan)*

#### **Elterliche Distanz und Gereiztheit**

➤ Häufiger wird von den Trennungskindern davon berichtet, Gereiztheit, Distanz und atmosphärische Belastungen zwischen den Eltern gespürt zu haben.

*Es gab keinen Streit, nur ein sich Entfernen der beiden. (I34)*

*Also man konnte nie sagen: Jetzt machen wir die Tür zu und streiten uns*



*und dann ist gut. Sondern ich kriegte jegliche Schwingung immer mit, so jetzt im Nachhinein war es immer zu merken, wenn es mit Eltern nicht stimmte oder mit Eltern und Großeltern. ... Die Atmosphäre in beiden Häusern oder für die ganze Kindheit spricht so, dass ich von jedem einzeln geliebt wurde, also von meinen Eltern natürlich besonders und auch von den Großeltern, aber untereinander gab es keine Harmonie. Ich wusste immer: untereinander verstehen sich alle nicht. (Gabi)*

*Meine Eltern hielten sich meist in unterschiedlichen Zimmern auf. Meine Mutter in der Küche oder im Wohnzimmer, mein Vater im Kinderzimmer, Arbeitszimmer oder mit mir draußen. Konflikte bekam ich nicht mit, nur die gereizte Stimmung meiner Mutter und die scheinbare Gleichgültigkeit/stoische Ruhe meines Vaters. (I10)*

*Also an große Streitereien kann ich mich nicht erinnern. Gab's mit Sicherheit mal, sind aber jetzt auch nicht mehr so präsent, also es war nicht überwiegend, dass da jetzt groß lautstark gezetert wurde. Es war mehr so eine Trauer von beiden Seiten da. (Alena)*

### **Erleben von Elternkonflikten**

- Manche Kinder leben über Jahre in einem eskalierten elterlichen Konfliktfeld, einige sind gleichsam in dieses hineingeboren und verfügen über keine Erinnerungen an eine konstruktive Elternbeziehung.

*Meine Eltern haben sich, so lange ich mich erinnern kann, nur gestritten und sind auch miteinander weder zärtlich umgegangen noch haben sie sich gegenseitige Achtung entgegengebracht. (k09)*

- Andere Kinder können auf positive Erinnerungen zur elterlichen Partnerschaft zurückgreifen, haben jedoch in den letzten Jahren vor der Trennung eine Zunahme des Konfliktgeschehens bis hin zu Gewalttätigkeiten beobachten müssen.

*Also es ist nie wirklich in Gewalt oder so ausgeartet, aber es sind halt schon mal Teller durch die Gegend geflogen oder so etwas. Die letzten zwei, drei Jahre muss ich sagen, wo das dann halt wirklich merkbar mehr wurde. (Stefan)*

*Und dadurch war es für mich als Kind häufig relativ anstrengend, weil sie sich sehr häufig gestritten haben, ja heftige Streitereien, also bis hin mit Gewalt zwischen den beiden. Dass mein Vater meine Mutter geschlagen hat, das habe ich durchaus mitbekommen. (Sonja)*

*Aber der Haussegen hing immer schief. Also man kriegt ja so eine Stimmung mit. Bei uns war immer angespannte Stimmung. Ich habe die Handgreiflichkeiten nicht mitbekommen, aber natürlich die blauen Augen meiner Mutter schon ... Es hat nie gepasst, war nie harmonisch, mal locker schön oder so. Also was heißt nie, also das kann man auch nicht sagen. Es waren auch schöne, nette Tage. (Karen)*

*Ich weiß nur, wie ich mit meiner Mutter im Kinderzimmer war - oder war es das Schlafzimmer? - wie wir von innen die Tür zugehalten haben und sie hat tierisch geheult und gesagt: Lass mich in Ruhe! Sie hat versucht, die Tür abzuschließen und zuzuhalten und er von draußen gegen geballert hat und ich bin denn, glaube ich, weggelaufen. (Manuela)*

➤ Häusliche Gewalt kann zu einem chronischen Belastungssyndrom bei Kindern führen, die selbst in Momenten der familiären Harmonie in ängstlicher Erwartungshaltung leben, wann diese wieder durch einen Konflikt beendet wird (Gabi).

*Ich denke, ich war vier Jahre alt, wo die ersten Momente oder Erlebnisse waren, dass er wirklich sturzbesoffen abends nach Hause kam in diese engen Verhältnisse und auch sehr ausfällig zu meiner Mutter wurde. ... Später wurde es auch gewalttätig, also körperlich. ... Bei meinen Eltern war das immer so, wo ich dachte: Oh Gott, sie verstehen sich gerade gut, es ist schon ein Tag, wie lange dauert es, bis es knallt? ... Das war immer so: Oh, das ist nicht für lange Dauer. ... Ja, damals auf jeden Fall, also dieses Schöne und es ist immer so ein bisschen Angst dabei. (Gabi)*

### Einbeziehung in Elternkonflikte

➤ Einige der Kinder, die vor der Trennung Elternkonflikte erlebt haben, fühlen sich in diese unmittelbar einbezogen. Dabei kann es zu spontanen Belastungsreaktionen, insbesondere jedoch auch zur Entstehung von Loyalitätskonflikten kommen (ausführlicher s. 8.3.3).

*Mein Vater zertrümmerte meine Mutter eines Abends in unser Kinderzimmer und rief: „Guckt euch diese Schlampe mal an!“ Beide haben geweint, meine Schwester und ich natürlich auch (für diesen Ausbruch schämt sich mein Vater übrigens heute noch, den Auslöser hat er nie verraten). (I27)*

*Sie (Mutter) hat über meinen Vater gesprochen. Er hat das so empfunden, dass sie mich gegen ihn aufbringen wollte. (I00)*

*Einmal musste ich nachts meinen Koffer packen (ich ging noch nicht zur Schule). Ich wollte nicht, musste aber. Ein Spielzeug durfte ich mitnehmen (Teddy), mehr nicht. Meine Mutter stand schon dort mit gepackten Koffern. Ich habe ... gebrüllt wie am Spieß. Ich wollte nicht weg. Mein Vater sagte (zu mir): „Willst du mich wirklich verlassen“. Natürlich (wollte ich) nicht. Meine Mutter riss mich aus seinen Armen. Eltern können schon grausam sein. Wir sind aber zu Hause geblieben. ... Man fühlt sich zwischen den Stühlen. (I29)*

### Bewältigungsversuche

In der Vortrennungsphase ist das Konfliktgeschehen dadurch gekennzeichnet, dass die Konfliktparteien weiterhin zusammen leben und allein durch alltägliche Abläufe zahlreiche und letztlich kaum zu vermeidende Eskalationsmöglichkeiten gegeben sind.

➤ In diesem Umfeld elterlicher Spannungen können Kinder Strategien entwickeln, ihre eigenen Belastungen zu mindern. Hierzu gehören etwa der Versuch, möglichst jeweils nur mit einem Elternteil alleine zusammen zu sein (Sonja) oder sich durch Rückzug dem Konfliktfeld zu entziehen (Yasmin).

Belastungsreaktionen und Bewältigungsversuche im elterlichen Konfliktfeld werden differenzierter im Abschnitt 8.3.3.2 behandelt.

*Ja, wenn die sich gestritten haben, bin ich einfach in mein Zimmer gegang-*

*gen, habe die Tür zugemacht und saß da und habe immer gehofft, dass sie bald aufhören. Ich habe aber danach nicht mehr mit ihnen geredet, nur wenn meine Mutter dann auf mich zukam, das war auch nicht so oft... Oder ich bin dann zu meiner Oma gegangen oder zu einer Freundin, die bei mir gleich um die Ecke wohnt. ... Zu Hause sackte das alles wieder zusammen. (Yasmin)*

*Also wenn sie beide zusammen waren, war es weniger gut, mit beiden allein jeweils ging es besser. (Sonja)*

### **Beobachterposition**

- Es ist möglich, dass ein Kind (ca. 10 Jahre) das Konfliktverhalten der Eltern aus einer gewissen Beobachterposition mit Abstand wahrnimmt und zu eigenen Werturteilen kommt.

Kinder sind zunächst *Beobachter* des Konfliktverhaltens ihrer Eltern, mitunter werden sie auch zu *Teilnehmern* (s. u.). Die Beobachterposition kann bewusst mit der Möglichkeit der inneren Distanzierung im Zuge eigener Werturteile eingenommen werden und insofern als Bewältigungsversuch angesehen werden.

- Manche Kinder befinden sich in der Position des ungewollten, hilflosen, gleichsam ausgelieferten Zeugen erschreckender Vorgänge (I02).

*Als Kind habe ich immer nur gedacht, wie kann man so doof sein. Also da habe ich immer gemerkt, dass mein Vater im Unrecht war. Also muss ich auch sagen, er ist nicht fähig gewesen, eben ja mal zurück zu stecken. ... Ja, und meine Mutter auch ... ich sagte immer, wieso hat sie den geheiratet oder wieso macht sie das oder warum, das ist doch ganz logisch, was da passiert, dass das so kommen musste, wenn man sich so verhält. Also das habe ich schon gemerkt als Kind. ... Ich konnte das als Kind schon eher neutral ansehen. Dass ich sehe, ja das ist im Recht und das ist im Unrecht. Aber das haben die beiden natürlich nicht gesehen. (Karen)*

*Des öfteren belauschten wir die Streitgespräche vor unseren Zimmertüren sitzend. (I01)*

*Ich empfand es als andauernden Alptraum, nachts im Bett zu liegen, hoffte nur, das Geschrei würde bald aufhören. (I02)*

### **Rollenkonfusion: Vermitteln, schlichten, schützen, helfen**

- In einem anhaltenden elterlichen Konfliktfeld versuchen Kinder häufig, aktiv Einfluss zu nehmen. Sobald Kinder erleben, dass die wichtigsten Bezugs- und Bindungspersonen mit ihren selbstverständlichen Rollenaufgaben anhaltend überfordert sind, entstehen Parentifizierungsstrukturen, d. h. die erhöhte Bereitschaft des Kindes, Ausschnitte des erwachsenen Rollenspektrums auszufüllen. Hierzu gehören „kindliche Diplomatie“ zur Anbahnung elterlicher Kommunikation (Karen), die Rolle des Streitschlichters bzw. „Deeskalationsexperten“ (k12), des Trösters, Beschützers (I19 und I30), aber auch des entschlossenen Handelnden (Hilfe holen, tatkräftig anpacken; I18 und I35). s. a. 8.3.3: Das Kind im Konfliktfeld der Eltern

*Und ich habe immer versucht, zwischen den beiden Parteien irgendwie zu*

*handeln. ... Also ich wollte alle zusammenhalten. (Hella)*

*Und ich weiß nur, dass ich manchmal dann sagte, wieso habt ihr euch nicht mehr lieb und küsst euch doch mal. Und na gut, dann haben sie sich mal auf den Mund geküsst und da war ich glücklich, weil ich dachte, jetzt sind sie wieder Mama und Papa. Aber natürlich für die beiden, ja Gott ne, das macht man halt fürs Kind. (Alena)*

*Aber meine Eltern haben ja, was weiß ich, wochenlang nicht miteinander gesprochen. Ja, jedenfalls sehr lange keine Kommunikation gehabt. Kein Austausch, es waren halt nur Spannungen und dann habe ich schon versucht, klar, mich bei dem Einen oder zu beiden nett zu sein, also lieb zu sein und sie sozusagen, sagen wir mal, zu unterstützen. ... Ja, so einen Impuls irgendwie, so, wie man das halt als Kind kann. Das kann man ja nicht viel. Doch, also ich war eher die Diplomatin, die Schlichterin, habe ich so versucht. (Karen)*

*Gut in Erinnerung habe ich, dass sie sich oft gestritten haben und geschrien. Mein Bruder und ich haben uns zwischen sie gestellt und versucht, sie zu beruhigen. Das ist eine sehr schmerzhaft Erinnerung. (k12)*

*Ich bin aufgestanden, zu jedem hingeschlichen, habe sie getröstet und viel mit ihnen geweint. Ich war unendlich verzweifelt, wollte, dass das alles aufhört und dass mein kleinerer Bruder ja nichts mitbekommt. (I19)*

*Am liebsten hätte ich meine Mutter beschützt. (I30)*

*Ich erinnere mich besonders an eine Szene, als mein Vater meine hochschwängere Mutter verprügelte und ich zur Nachbarin lief und um Hilfe gebeten habe. (I35)*

*Wenn mein Vater besoffen war und ich die Aufgabe hatte, ihn zu „retten“, (raus holen, einhaken, abstützen, zureden) und ich auch erfolgreich damit war, fühlte ich mich groß und stark, da konnte ich handeln. (I18)*

### **Solidarisierungseffekte**

➤ Selten wird von den Teilnehmern der Studie von klarer Solidarisierung für einen Elternteil noch vor der Trennung berichtet.

*Oder auch eben durch die Querelen, dass es eben Ungleichgewicht in der Beziehung gab, und dass ich von Anfang an irgendwo mehr zu meiner Mutter tendiert habe. ... Na ja, weil der Vater natürlich, er war ja effektiv böse. Also das habe ich ja gemerkt. (Karen)*

### **Kaschierung nach außen**

➤ Je älter ein Kind ist, desto eher kann es ein familiäres Konfliktgeschehen als unangenehm, peinlich und beschämend erleben und versuchen, dieses insbesondere gegenüber Mitgliedern der eigenen Peer-Group zu kaschieren.

*Ja, das war mein Geburtstag und dann gab's irgendwie einen Knatsch und dann war er so sauer, dann hat er halt die Tür demoliert. Und ich als Kind hab natürlich nur die Spannung gemerkt und habe gemerkt, die Tür ist ausgehängt und hab die dann versucht, mit dem Stuhl irgendwo, also habe mich auf den Stuhl gestellt und hab versucht, die irgendwie wieder ran*

zu machen. Dass zumindest so der Schein gewahrt ist. Und dann sind auch die Gäste gekommen. (Karen)

Wann lädt man mal gerne einfach mal so Kinder zu Hause ein, so engste Freunde schon. Aber man hat immer Angst, es ist so peinlich oder es ist immer was Unsicheres da. .... Das war mehr, dass man nach außen nicht auffallen wollte, weil es halt immer unangenehm war, peinlich. (Karen)

Es war Sommer und aus meinem Zimmer heraus konnte ich die hämische Reaktion unserer Nachbarn, die im Garten saßen, auf das Geschrei aus unserem Haus sehen. Ich habe mich sehr für meine Eltern geschämt. (k09)

### Es war so schön bei anderen

➤ Kinder, die in einem anhaltenden elterlichen Konfliktfeld leben, können die Atmosphäre in anderen Familien, sei es bei Verwandten oder Freunden, als schön, entlastend und erholsam empfinden.

*Es war bei anderen Leuten ja auch immer so schön, wenn ich zu Anderen kam, wo ein ganz normales, gemeinsames Leben da war. (Karen)*

*Und aber ich muss dazu sagen, da sie ja beide in Schichten gearbeitet haben, wurde ich relativ häufig zu meinen Großeltern mtl. gegeben und da war es dann immer ganz entspannend für mich. (Sonja)*

## 8.2 Das Erleben im zeitlichen Umfeld der elterlichen Trennung

### 8.2.1 Erste Hinweise

#### Ahnungen ... und Hoffnung

➤ Im Vorfeld der elterlichen Trennung kann ein Kind zwischen der ängstlichen Ahnung über sich demnächst vollziehende einschneidende Veränderungen und der Hoffnung schwanken, dass diese doch nicht eintreten mögen.

*Ich sage mal, ich habe es irgendwo im Hinterkopf natürlich schon geahnt, dass das halt aufgrund der vorhergegangenen Ereignisse so nicht weitergehen kann. Aber ich habe halt immer dran geglaubt ... Ich meine, irgendwo habe ich den Glauben daran gehabt, dass es noch mal wieder etwas wird, weil ich mir es halt anders nicht vorstellen konnte. (Stefan)*

*Ich habe es die ganze Zeit befürchtet und geahnt. (100)*

#### Verändertes Elternverhalten

➤ Wichtige Hinweise für eine bevorstehende Trennung entnimmt ein Kind aus einem veränderten Elternverhalten, häufiger wird dies im Zusammenhang mit der Mutter benannt, deren Traurigkeit oder zunehmende Gestresstheit beobachtet wurde.

*Aber ich weiß, dass Mama traurig in meinem Bett war ... Kommt traurig in*

*mein Bett. ... Also ich schlafe schon und sie kommt dann und denkt natürlich, ich krieg das nicht mit, aber ich hab es dann doch mitbekommen. (Julia)*

*Das Gefühl, was ich ganz klar mit bekam, ist, dass meine Mutter sehr unglücklich ist und sehr viel weinte, weil ich hatte ja mehr Zeit mit meiner Mutter verbracht. (Gabi)*

*Meine Eltern haben sich häufiger gestritten. Wegen uns Kindern, aber auch, weil meine Mutter den Arbeitsplatz bekommen hat, den mein Vater haben wollte. ... Als ich meine Mutter das erste Mal habe weinen sehen, habe ich sie getröstet und gefragt, ob sie sich jetzt trennen werden. Sie hat nein gesagt, es aber ein halbes Jahr später doch getan. Die Trennung fand erst innerhalb der Wohnung statt. (k15)*

*Als ich etwas älter wurde (so ab ca. 11 Jahre) habe ich gemerkt, dass meine Mutter kaum zulässt, dass mein Vater mich erzieht. Er sollte sich mehr oder weniger aus der Erziehung raushalten. Dadurch haben sich meine Eltern dann öfters gestritten und es war zu spüren, dass irgendwas nicht in Ordnung war. ... Aus meiner Sicht fing die Beziehung meiner Eltern dann an zu scheitern. (k04)*

*Einige Monate, bevor mein Vater ausgezogen ist, bin ich am Knie operiert worden und lag dann ein paar Tage im Krankenhaus. Mein Vater erschien nur selten im Krankenhaus, meine Mutter war extrem gestresst. Mein Vater hatte sich immer schick gemacht und sich einen Bart stehen lassen. Er sagte, dass er später noch verabredet sei. (k04)*

### **Es kam plötzlich und unerwartet**

➤ Manche Kinder erleben die elterliche Trennung wie „aus heiterem Himmel“ gänzlich unerwartet.

*Also für uns kam das echt wie aus heiterem Himmel. ... Also unsere Eltern haben uns sozusagen zum Familienrat zusammengerufen und haben so gesagt: Ok, also die Gegenstände sind alle schon verteilt, also wer das Auto kriegt und wer den Kühlschrank kriegt – so ungefähr – und jetzt nur noch die Frage, wo wir Kinder bleiben. (Maria)*

*Ja, und als ich 5 war, für mich sehr ad hoc, hat meine Mutter meinen Vater mit mir dann verlassen. Ich habe das erst mal gar nicht verstanden, weil es gab keinen Anlass dafür. (Kathrin)*

### **Aufklärungsgespräch**

➤ Zwölf Kinder können sich daran erinnern, im Rahmen eines Aufklärungsgesprächs über die bevorstehende Trennung der Eltern informiert worden zu sein (zu den Reaktionen s. u.).

*Also ich war sicher acht, neun Jahre alt und ich hatte das irgendwann von meiner Mutter ganz leise gesagt bekommen, dass sie sich von meinem Vater scheiden ließe. ... Im Vertrauen und auch sehr vorsichtig. (Gabi)*

*Ja, meine Mutter erzählte meinen Schwestern und mir, dass sie einen ganz tollen Mann kennen gelernt hat und dass er ein viel besserer Vater für uns sein wird als unser eigener. Ob mein Vater davon wusste oder mit ihm darüber gesprochen wurde, weiß ich nicht. (I37)*

*Als ich nach den Operationen (Knieverletzung) wieder zu Hause war, saß mein Vater etwas angetrunken in der Küche beim Abendessen und erzählte mir, dass sich meine Eltern scheiden lassen, weil er sich in eine andere Frau verliebt hat. Er fragte, ob ich das verstehen könnte und dass es ihm zwar leid tut, es aber einfach passiert ist. Ich war nicht sauer auf ihn. ... (k04)*

*Es war im Sommerurlaub, ich war bei meiner Tante auf dem Campingplatz, meine Eltern wollten nachkommen. Ich erinnere mich, dass meine Mutter zu mir kam und mir dort erzählte, dass sie sich von meinem Vater trennt und sie fragte, wie ich dazu stehe. (k05)*

*Als der Tag gekommen war, holte mich meine Mutter vom Spielen und dann saßen wir an dem Esstisch und dann würde mir nur erzählt, dass Papa auszieht. ... Ich weiß nicht mehr, was ich gedacht habe. Meine Mutter hat gesagt, dass ich wieder spielen gegangen sei und erst später geweint habe. (l09)*

*Ich bin 1967 geboren und in den ersten „Kinderladen“ in H. gegangen. Da war das so, dass Kinder partnerschaftlich erzogen werden sollten und das wurde auch umgesetzt. ... Sie (Eltern) haben gemeinsam mit uns gesprochen. (l15)*

*Mein Vater bat mich, sich zu ihm zu setzen, sagte, ich sei ja jetzt schon ein großes Mädchen und darum will er mir etwas sagen. Er erzählte von einer neuen Frau und dass er ausziehen wird. Ich habe gar nicht alles mehr gehört, weil ich ganz traurig in die Küche lief, um meine Mutter zu fragen, ob das stimmt und sie sagte nein. Das schlimme war, dass er dann doch ging. (l18)*

*Ja, es war sehr hilfreich, dass weder mir noch meiner Schwester etwas verborgen blieb. Wir wussten, warum sich unsere Eltern trennen wollten. Beide konnten ihre Gründe verständlich machen. Wir wurden von beiden Eltern in die Gespräche einbezogen. (l21)*

*Schließlich kam mein Vater eines Abends an mein Bett und sagte, dass er mir etwas Wichtiges mitzuteilen habe. Er war sehr traurig und weinte, während er sagte, dass Mama nicht mehr zu uns zurückkommen werde. (l36)*

### **Schweigegebot**

➤ Einige Kinder werden im in der Zeit der bevorstehenden Elterntrennung mit einem Schweigegebot innerhalb der Kernfamilie oder gegenüber Außenstehenden belegt.

*Also weil ich dann gefragt hab, was weiß ich, wo ist Papa oder so, wurde mir gesagt, darüber wird jetzt nicht geredet, jetzt sei mal leise und so. (Sonja)*

*Ich glaube, meine Mutter wollte das nicht, dass ich ihr (Großmutter) das sage, weil sie dann wieder irgendwas hätte, womit sie gegen sie hätte irgendwas sagen können. (Yasmin)*

## **8.2.2 Erste Reaktionen**

In Anlehnung an die Phasen der Krisenbewältigung nach Kübler-Ross sind

auch bei Kindern ähnliche Reaktionsmuster auf diesen dramatischen Einschnitt in ihre Lebensbiografie zu beobachten.

### **Verzweiflung, Ins-Bodenlose-Stürzen, Angst, Schmerz, Trauer**

➤ Viele Kinder (23%) reagieren auf die Nachricht der elterlichen Trennung mit Angst, Verzweiflung, Schmerz, Trauer und Verlassenheitsgefühlen, es kommt zu Äußerungen, eine Welt sei zusammengebrochen, der Boden werde unter den Füßen weggezogen.

*Da hat er halt gesagt, dass er in zwei Wochen ausziehen wird, bevor meine Mutter wiederkommt und da ist natürlich eine Welt für mich zusammengebrochen. ... Ja, das ist quasi ein Gefühl, als wenn einer den Boden unter den Füßen weggezogen hat. (Stefan)*

*Also, das ist so eine Ungewissheit, eine Schwere, eine Ungewissheit, mutlos, Angst. Man hat Angst. Doch, ich habe Angst gehabt. ... Ich konnte mich nicht verabschieden. Gar nichts. (Karen)*

*Dann weiß ich noch, dass ich ganz laut geschrien habe. ... Ich glaube, ich habe „Nein“ geschrien. ... In dem Moment, in der Sekunde ist irgendwie die Welt mit einmal so zusammengebrochen. (Gisela)*

*Ich habe mich ziemlich einsam und verlassen gefühlt, so richtig eingesperrt irgendwie, weil ich ja nichts machen konnte. Und ich glaube, deswegen habe auch so angefangen zu weinen. (Yasmin)*

*Ich habe immer geträumt, dass ich irgendwo auf Schienen stehe und meine Mutter mich da alleine lässt und einfach weggeht. Und den Traum hatte ich jahrelang, immer wieder. ... Ich glaube, dass hing damit zusammen, dass meine Mutter sich mit mir hingestellt hat und das mit der Scheidung erklären wollte, dass ich auf einmal Angst hatte, dass sie mich dann verlässt, dass sie dann geht und mich alleine lässt. (Yasmin)*

*Mein Lebensgefühl zusammenfassend würde ich als sehr schmerzlich, einsam, traurig beschreiben. Es war ein Einriss in die kleine „heile Welt“. Ich habe heute noch oft das Gefühl wie früher und immer dieses Bild vor Augen, wie alles um mich herum weg bricht. ... (k05)*

*Mir war die Schwere und Unumstößlichkeit der Entscheidung intuitiv bewusst, berühmte Boden-unter-den-Füßen-weggezogen-Gefühl, traf mich doch eher überraschend. Habe das Gefühl später oft in ähnlichen Situationen gehabt. (I02)*

*Ich kann mich an meine Reaktion ... nur durch Therapiesitzungen erinnern, dass ich unter Schock war - völlig entwurzelt - ein Bild war: Wie ins Weltall geschossen, kein Boden, keine Luft zum Atmen. (I14)*

*Wir waren sehr traurig, vor allem, weil wir umziehen mussten und ich habe als Kind den wilden Garten so gemocht. (I15)*

*Für mich brach eine Welt zusammen, ich wollte, dass sich nichts ändert. Ich hätte am liebsten geschimpft und gewütet, aber es war schon alles gelaufen, er ging seiner Wege und ich hatte keinen Einfluss mehr. (I18)*

*Für meine Schwester und mich ist eine heile Welt zusammengebrochen und wir sind weinend in unsere Zimmer gegangen. Ich glaube, die größten Gefühle waren Angst, Verzweiflung, Hilflosigkeit und Wut auf die Eltern.*



(125)

*Es war eine völlig unwirkliche Situation für mich. Nachdem meine Schwestern, die während des Auszuges dabei waren, Details erzählt hatten, habe ich, glaube ich, das erste Mal über den Tod und das Sterben nachgedacht. Alles war auf einmal endlich. Ich war sehr verzweifelt und habe viel geweint. (37)*

- Obwohl ein Kind den Sinn bzw. die Auswirkungen der Trennungsnachricht altersbedingt noch nicht verstehen kann, reagiert es in Resonanz mit bei den Eltern wahrgenommenen Gefühle

*Ich fing sofort an zu weinen. Allerdings weinte ich, weil mein Vater weinte. Denn ich begriff nicht sofort, was die Nachricht konkret bedeutete. ... Es waren die tiefe Traurigkeit und die Verzweiflung meines Vaters, durch die ich die Botschaft emotional verstand. (136)*

### **Ohnmacht, Hilflosigkeit**

- Ein Kind kann mit dem Erleben von Ohnmacht und Hilflosigkeit auf die Nachricht der Elterntrennung bzw. die begleitenden Ereignisse reagieren.

*Ich war ohnmächtig und habe versucht, meine Mutter am Gehen zu hindern. (105)*

*Hab es von meiner Stiefmutter erfahren, fühlte mich wie gelähmt und hilflos. (111)*

*Ohnmächtiges Geschehen-lassen verschiedenster Situationen, die ich damals nicht verstehen wollte. (102)*

*Am ehesten: Edvard Munch, Der Schrei. Hilflosigkeit, Einsamkeit, Sinnlosigkeit, auch wieder nicht wegen der Trennung, sondern wegen der familiären Situation vor der Trennung. (129)*

### **Ambivalente Gefühle**

- Es können ebenfalls sich widersprechende Emotionen entstehen wie Traurigkeit und Erschütterung einerseits und Erleichterung sowie Verständnis andererseits.

*Ich wäre am liebsten alleine und doch nicht alleine gewesen. ... Einerseits traurig, erschüttert und verständnislos, denn aus meiner Sicht konnte ich es nicht begreifen, dass es nun wirklich aus ist. Dass meine Eltern keinen Versuch mehr starten können, wollte ich nicht glauben. Andererseits war ich mir im Klaren darüber, dass es wohl das Beste sein wird. Ich habe ja, wenn auch sehr wenig, die Konfrontationen und Streits mitbekommen. (106)*

*Ich war zugleich todtraurig und erleichtert. (130)*

### **Nichts fühlen, nicht verstehen können oder wollen**

- Manche Kinder können die Trennungsinformation (auch altersbedingt) nicht verstehen, die Konsequenzen nicht einschätzen oder behandeln die Nachricht zunächst rein sachlich ohne emotionale Beteiligung.

*Es hat überhaupt keinen Reaktionsfluss bei mir ausgelöst. ... Also ich*

*glaube, dass ich das gar nicht so richtig realisiert habe. (Hella)*

*Ja, sowieso war diese Zeit Scheiße, muss ich ganz ehrlich sagen. Die Familienmitglieder, die waren auseinander, das habe ich halt nicht so ganz verstanden, wieso, weshalb, warum. (Bernd)*

*Ich konnte mir nicht vorstellen, was das heißt. (I15)*

*Sie haben mir erklärt, was das bedeutet. Gedanken und Gefühle hatte ich eigentlich keine, weil das Konzept für mich so völlig abstrakt war. Ich erinnere mich, dass ich meinen Freunden von der bevorstehenden Scheidung meiner Eltern erzählte, völlig emotionslos. Also habe ich auch nichts sagen oder tun wollen, sondern das Ganze nur zur Kenntnis genommen. (I27)*

*Ich wollte es nicht verstehen, habe immer gesagt, dass ich beide lieb habe und beide behalten will. (I32)*

*Ich konnte mit dem Wort Trennung oder Scheidung gar nichts anfangen, ich war noch zu klein (5 Jahre). (I35)*

### **Kognitive Überzeugung: Es ist besser so; vernünftig sein**

➤ Es ist möglich, dass ein Kind die Trennungsentscheidung der Eltern als „beste“ oder „vernünftige“ Lösung bewertet, zu der es keine Alternative gibt.

*Ich war nicht sauer auf ihn. Meine Mutter tat mir leid, aber ich konnte verstehen, dass es vielleicht besser war und es nun mal einfach passiert ist. (k04)*

*Ich war nicht sonderlich geschockt, irgendwie fand ich das alles ganz okay. Ich sagte ihr, dass ich mit ihr gehen würde, da ich zu meinem Vater ja keinerlei Bindung hatte. Ich hatte keine Angst davor oder dachte daran, dass sich für mich persönlich großartig etwas ändern würde. (k05)*

*Ich glaube, ich war sehr vernünftig und gefasst. Ich habe mich artig verhalten. Ich weiß nicht mehr, was ich am liebsten getan hätte. Ich glaube ich habe versucht, sehr rational und sachlich mit der Situation um zu gehen, keine zusätzliche Belastung zu sein. (I16)*

*Es war das Beste für die Eltern. Wir konnten es als sinnvolle Lösung akzeptieren. (I21)*

*Später habe ich mir eingeredet, dass es besser ist, getrennte Eltern zu haben, als welche, die immer streiten. (I32)*

### **Wut und Ärger, ich will das nicht, nicht wahrhaben wollen**

➤ Ein Kind kann mit Auflehnung, Trotz und Wut auf die elterliche Trennungsabsicht reagieren.

*Ich glaube, da war ich ziemlich trotzig und wollte das irgendwie nicht wahrhaben und habe dann versucht, sie zu überreden, dass sie das nicht machen. (Yasmin)*

*Trotzdem fühlte ich Wut, dass meine Mama mich verlassen hatte. (k05)*

*Wollte ich nicht!!! Vater war weg!!! (I03)*

*Ich war wütend auf beide Elternteile. Ich war wütend auf meinen Vater, da er auch meine Haustiere ( Hund, Mäuse) einfach verschenkte. (I30)*

### **Funktionieren im Alltag**

- Kinder können nach der Trennungsinformation versuchen, möglichst schnell an die Normalität des Alltags anzuknüpfen, darin Halt zu finden und nicht an das familiäre Geschehen zu denken.

*Ich glaube, ich habe versucht, einfach weiter zu machen...Schule, Kindergarten. Möglichst schnell zur Normalität übergehen. (I16)*

*Ich habe es meistens verdrängt. In der Schule war das wieder eine Welt, wo ich über so was nicht nachgedacht habe. (Yasmin)*

### **Trennungserleben von einem Elternteil**

- Im Rahmen der familiären Neuordnung können Kinder Trennungs- und Sehnsuchtsgefühle gegenüber dem nicht hauptbetreuenden Elternteil entwickeln.

*Ich weiß aber, dass eben mein Vater viel am Wochenende bei uns war in H., hat uns viel besucht, war auch Weihnachten - ich hab über Weihnachten auch Geburtstag - dann eben bei uns und... wenn er gefahren ist, gab's Tränen bei mir. (Alena)*

*Außerdem war ich sehr traurig, als mein Vater nicht wieder nach Hause kam, da ich immer nachmittags auf ihn gewartet hatte. (I13)*

*Einzug in neue Wohnung mit Stiefvater. Wollte ich nicht!!! Vater war weg!!! (I03)*

### **Haltgebende Faktoren**

- Im Trennungsumfeld können eine emotional tragfähige Beziehung zu der Hauptbetreungsperson und deren Sicherheit, die Krise bewältigen zu können, sowie das Zusammensein mit einem Geschwisterkind bedeutende haltgebende Faktoren für ein Kind sein (differenziert zu Resilienzfaktoren s. 8.3.7.4) .

*Man vertraut der Mutter, dass es alles wird und ich hatte meinen Bruder ja auch mit. Also, wir waren ja zu zweit. (Hatten Sie das Vertrauen auch da noch in Ihre Mutter, dass alles gut wird?) Ja. Doch. Also das hat sie uns schon gegeben. Sie hat uns jetzt nicht beruhigt oder so. Aber sie hatte schon ein Ziel vor Augen, das hatte sie schon. So war es nicht, dass wir völlig verloren waren. (Karen)*

*Und mit Sicherheit war auch ein Grund, dass ich eben mich meiner Mutter näher fühlte als meinem Vater, dass es wichtig war, dass ich mit meiner Mutter zusammen gegangen bin, das war okay. (Alena)*

*Ich denke aber auch, dass es mir geholfen hat, dass ich diese Situation nicht alleine durchleben musste, sondern dass mein Bruder mit genau den gleichen Problemen konfrontiert war. (k15)*

### **Wiederholte Trennung und Versöhnung der Eltern**

- Wiederholte Trennungen und Versöhnungen der Eltern können bei ei-

nem Kind das Vertrauen in die Beständigkeit der elterlichen Entscheidungen erschüttern und den Wunsch nach einer Klärung, ggf. auch einer Trennung entstehen lassen, evtl. begleitet durch Schuldgefühle.

*Ja, dass sie immer ankommt und sagt: „Wir trennen uns“. Und dann kam sie wieder an und meinte: „Wir trennen uns nicht“. Und ich konnte das einfach nicht mehr hören, weil ich nicht mehr wollte. Ich wollte ja, dass sie entweder richtig zusammen sind oder sich dann trennen. Aber so ein Mischmasch... Das war komisch, als wenn die gar nicht wirklich zusammen waren. ... Es kam mir nicht wirklich vor, sondern alles nur gespielt, weil ich immer wieder davon ausgegangen bin, dass sie dann wieder kommt und meint: „Wir trennen uns jetzt wieder“. Also ich hatte immer schon die Erwartung. ... Ja, das war wie so ein Stein, der mir vom Herzen gefallen ist oder so, obwohl es nicht schön war, als sie sich dann haben scheiden lassen. Aber es war toll, dass sie endlich wirklich gesagt hat, jetzt ist es vorbei und das war ein gutes Gefühl. (Yasmin)*

*Und es gab keine räumliche Trennung, die mir vielleicht geholfen hätte. Die habe ich mir teilweise dann anfangs so ganz zaghaft gewünscht. ... Und das war das, wo ich dachte: Darf man sich so was wünschen? (Gabi)*

### **Erleichterung, Entlastung, Freude, Neugier**

➤ Jedes fünfte Kind berichtet davon, bei der Nachricht über die elterliche Trennung bzw. bei deren konkreter Durchführung Erleichterung, Entlastung oder neugierige Freude auf Zukünftiges empfunden zu haben. Häufiger wird die größere Ruhe durch das Ende der häuslichen Konflikte als wohltuend benannt.

*Ich war erleichtert zu verstehen, was beide füreinander empfanden und wie sie zueinander standen. Vor allem, weil es ja keine großen Konflikte zuvor gab und ich nicht immer alles mitbekam! (k05)*

*Also eigentlich wollte ich auch, dass er möglichst schnell aus der Wohnung rausgeht. Ich wollte eigentlich nur, dass er weg ist und ich wollte meine Ruhe haben und fertig. (Hella)*

*Ich kann mich an den Umzugswagen erinnern. Und den fand ich ganz spannend, also den fand ich eigentlich ganz aufregend, da passiert was. „Zieh aus, zieh ein mit Ackelbein“, solche Erinnerungen habe ich. Und vielleicht auch, weil ich das so aufgefasst hab, weil es mir auch so gesagt wurde, wir gehen jetzt nicht für immer, sondern wir müssen uns mal trennen und vielleicht gehen wir ja bald wieder zusammen. (Alena)*

*Ich war sehr froh, als sich meine Eltern getrennt haben, es war danach viel ruhiger und gelassener zuhause. ... Davor war es die Hölle, als es endlich (mit der Trennung) soweit war, war es gut. ... Ich war nicht traurig, als sich meine Eltern getrennt haben, da dann die Streitereien aufhörten. (k03)*

*Ich selber war nicht besonders traurig über die Trennung. Zu Hause wurde es ruhiger, meine Mutter hat sich mit niemandem mehr gestritten und mir wurde nicht mehr so viel verboten, weil meine Mutter nicht so streng war wie mein Vater. (k04)*

*Erleichterung, als Vater ausgezogen war, weniger Konflikte. (k14)*

*Ich war erleichtert, dass der direkte Konflikt ein Ende haben wird und ich war auch ein bisschen aufgeregt und neugierig, was das neue Haus mit meiner Mutter und meinem Bruder bringen würde. Ich wollte so schnell wie möglich aus dem alten Haus raus. (I19)*

*Grundsätzlich war die Ruhe toll und ich habe endlich angefangen zu leben. (I24)*

*Ich habe es mir immer gewünscht, dass sie sich trennen. ... Wie ich es nachher erfahren habe, weiß ich nicht mehr, aber ich war froh. (I29)*

*Ich glaube, ich fand die Entscheidung gut, da Papa im Ort wohnen blieb und es mir egal war, ob ich ihn am Wochenende zu Hause oder in seiner Wohnung sah. (I34)*

### 8.2.3 Wo soll das Kind leben?

Im Rahmen der elterlichen Trennung ist üblicherweise (sofern nicht ein Wechselmodell gewählt wird) der zukünftige Lebensmittelpunkt für jedes Kind festzulegen. Nicht mehr alle Teilnehmer an der Studie hatten noch entsprechende Erinnerungen daran, auf welchem Wege diese wichtige Weichenstellung damals erfolgte. Im Folgenden werden einige Entscheidungswege aus kindlicher Sicht aufgezeigt.

#### War sowieso klar

➤ Einige Eltern klären den zukünftigen Lebensmittelpunkt des Kindes im Vorwege untereinander und informieren sodann das Kind davon im Sinne einer feststehenden Tatsache. Diese insofern bestehende elterliche Einvernehmlichkeit kann sich auf den weiteren Verlauf konfliktmindernd und damit entlastend für das Kind auswirken, sofern die gewählte Lösung mit dem Erleben des Kindes in Übereinstimmung steht.

*Und dann haben die sich vorher geeinigt, dass die Kinder zur Mutter sollen. Und dann wurde es uns als Selbstverständlichkeit (gesagt). Es kam auch nicht zu einem Prozess im Gericht oder wir mussten uns auch nicht entscheiden. Es war einfach selbstverständlich und wir haben das auch gar nicht so in Frage gestellt. (Gisela)*

*Ich kann mich nicht erinnern, dass uns jemals jemand gefragt hat, wo wir bleiben wollen. (k06)*

#### Das Kind entscheidet sich

➤ Einige Kinder werden von ihren Eltern in Bezug auf ihre Wünsche für die zukünftige Betreuungslösung befragt, ggf. auch mit Einbeziehung einer außenstehenden Fachperson, und erleben diesen Entscheidungsprozess als natürlich bzw. unproblematisch.

*Das war unsere Entscheidung. Das war von vornherein unsere Entscheidung. ... Also (die Eltern) haben uns selber gesagt: Wir werden euch da in keinster Weise beeinflussen. ... Ja, weil damals war ich dann halt schon über zehn Jahre hier in dem Ort, ich bin sesshaft geworden quasi. Ich habe halt meinen Freundeskreis hier gehabt, meine Schulfreunde. ... Also*

*ich sage mal, wenn mein Vater hier gewesen wäre, wäre ich hier geblieben. Also das war mir eigentlich in dem Moment relativ egal, wer hier bleibt, weil ich wollte halt hier zu Hause bleiben. (Stefan)*

*Also eigentlich habe ich niemals wirklich überlegt, wohin ich will, weil das für mich irgendwie so klar war, dass ich bei meiner Mutter bleibe. (Hella)*

*Ich habe mich im Rahmen der Trennung entschieden, wo ich leben wollte. (I21)*

*Ja, mit 7 Jahren bei der Trennung wurde meine Entscheidung berücksichtigt (bei dem Vater in vertrauter Umgebung zu leben). ... Ich erinnere mich, dass mein Vater mich von der Schule abgeholt hat und wir zu einem Kinderpsychologen gegangen sind. Er erklärte mir, dass Mama und Papa sich trennen wollen und dass ich beim Psychologen gefragt werde, beim wem ich bleiben wolle. (I16)*

### **Entscheidungslast, Solidarität, Beeinflussung und Loyalitätskonflikte**

- Ein Kind kann – vor die Entscheidung gestellt, bei welchem Elternteil es zukünftig leben will – mit Angst reagieren und sich überfordert fühlen.

*Dass ich alleine vor eine Entscheidung gestellt bin, ... bei wem ich bleibe. ... Dass ich auf einmal alleine da stehe und meine Entscheidungen treffen muss. ... Weil ich halt noch so klein war, ich glaube, das hat mir so die Angst gemacht, weil ich nicht wusste, was ich tun sollte. (Yasmin)*

*Ich konnte nicht verstehen, warum wir nicht wie bisher alle zusammenwohnten, warum ich mich plötzlich entscheiden sollte, ob ich meine Mama oder meinen Papa lieber habe, bei wem ich in Zukunft wohnen will. (k15)*

- Ein Kind kann sich im Rahmen der Entscheidung für einen zukünftigen Lebensmittelpunkt mit dem aus seiner Sicht verlassenem oder schwächeren Elternteil solidarisieren und sich für diesen entscheiden.

*Was mir auf der Seele lag, war die Möglichkeit zu entscheiden, bei wem ich wohnen möchte. Ich wollte keinem von beiden weh tun und habe mich dann dafür entschieden, bei meiner Mutter leben zu wollen, weil sie alleine war und mein Vater eine neue Partnerin hatte. (k00)*

*Sie erzählte mir einiges über den neuen Mann und wollte mir ständig ein Foto von ihm zeigen, ich wollte es aber auf keinen Fall sehen. Dann sagte sie mir noch, dass das Auto auch von dem neuen Mann wäre und ich fühlte mich ekelhaft, dort drin zu sitzen, ich wollte raus, ich habe geweint und wäre am liebsten nur weg gelaufen. Auf die erneute Frage meiner Mutter, ob ich nun mit ihr gehen würde, weg von meinem Vater, hin zu dem neuen Mann, sagte ich ihr, dass ich bei meinem Vater bleiben würde. Darüber dachte ich gar nicht lange nach, irgendwie kam für mich nicht in Frage, nun noch mit meiner Mutter wegzuziehen. (k05)*

- Ein Kind kann sich im Rahmen der Entscheidung für die zukünftige Betreuungsregelung seitens eines Elternteils (oder beider) massiven Suggestionen oder emotionalem Druck bis hin zur Nötigung ausgesetzt fühlen.

*Es kam aber schon die Frage „bei wem willst du wohnen?“, was bei mir eine Menge Sorgen und Probleme auslöste. Noch heute sehe ich mich am*

*Schreibtisch sitzen und Papa heulend auf Arbeit anrufen, um ihn zu sagen, dass ich zu Mama ziehen will. Angeblich habe ich es selbst so gewollt, aber ich erinnere mich noch an den inneren Druck, den ich von Mama aus spürte und mich regelrecht dazu gezwungen sah. Mama zog für mich einfach so weg. Aber dass es zur Scheidung kommen würde, war beiden Elternteilen da noch nicht klar. Ich hing sehr in der Luft. (I32)*

*Mein Vater hat halt gesagt: Ja, wenn wir uns entscheiden, mit der Mutter zu gehen, dann hätte er keine Veranlassung mehr, weiter zu leben, weil, wenn das schon auseinander bricht und wir dann auch noch gehen würden, wird er sich so quasi umbringen. ... Na ja, das war keine Frage, dass wir dann dableiben. Obwohl sie es äußerlich ja gesagt haben, wir hätten die Wahl und wir dürften uns entscheiden. ... Und es war auch irgendwie klar, dass wir da nicht drüber sprechen. (Maria)*

*Mein Vater briefte mich in die Richtung, dass ich sagen sollte, dass ich bei ihm bleiben will, was auch meinem Wunsch entsprach, weil ich den neuen Freund meiner Mutter nicht leiden konnte und auch eine Ahnung davon hatte, dass mein Vater sich mehr um mich kümmern würde als meine Mutter. (I16)*

### **Geschwisterbindungen**

- Die Entscheidung für den zukünftigen Lebensmittelpunkt kann für ein Kind stark von dem Wunsch bestimmt sein, im Alltag mit einem Geschwisterkind zusammen zu bleiben.

*Ich wollte, glaube ich, immer da sein wo mein Bruder war, den ich sehr geliebt habe und der für mich, glaube ich, eine Art Vaterersatz war. Wir haben viel miteinander geweint. (I22)*

*Ich kann mich nur noch daran erinnern, als mein Vater uns gesagt hat, dass meine Eltern sich trennen und gefragt hat, zu wem wir beide wollen. Ich wollte zu meiner Mutter, meine Schwester zu mir. (I17)*

### **Befragung durch professionell Beteiligte**

- Wenige Kinder können sich daran erinnern, hinsichtlich ihrer Wünsche für den Lebensmittelpunkt nach der Elterntrennung von einer professionell beteiligten außenstehenden Person befragt worden zu sein. Die Bewertung dieser Situation in der Rückschau fällt sehr unterschiedlich aus.

*Ich weiß halt nur oder ich hab das irgendwie so vor Augen, dass ich irgendwann im Gerichtssaal stand und der Richter mich fragte: Möchtest du zu Mama oder zu Papa. (Bernd)*

*Also das ging auch, glaube ich, nur fünf oder zehn Minuten. Das war also nichts Bewegendes. (Und war auch nichts Schlimmes für Sie?) Nein, überhaupt nicht. Also ich habe so im direkten Redeverhalten eigentlich nie so das Problem gehabt. (Stefan)*

*Also heute, wenn ich den wieder sehe, würde ich sagen: nicht ganz dicht. Weil ich erinnere mich daran, ich war so verzweifelt, weil er mir die Frage gestellt hat: Wo möchtest du lieber hin? Zu Papa oder zu Mama? Ich hab gedacht: Wieso fragt der mich so einen Quatsch? Was soll das? Und er wollte dann wohl irgendwie eine Antwort von mir haben, die ich ihm nicht*

*geben konnte. Also ich weiß, ich saß bei ihm sogar auf dem Schoß, das war alles ganz nett, aber eben diese Fragestellung ... (Manuela)*

## 8.2.4 Vollziehen äußerer Veränderungen

In der chronologischen Abwicklung des Trennungsgeschehens gibt es irgendwann den Zeitpunkt, an dem ein Kind mit den notwendigen Veränderungen in der konkreten äußeren Lebensrealität konfrontiert wird. Die Art und Weise dieses kindlichen Gewährwerdens wird sehr unterschiedlich von den Eltern gestaltet.

### Konstruktives Management

➤ Einige Kinder berichten davon, dass sie schonend und belastungsarm in die neuen Lebensbedingungen begleitet wurden. Dabei wird erwähnt, dass der Kontakt zum nicht hauptbetreuenden Elternteil unkompliziert war und dem Kind vom hauptbetreuenden Elternteil das Gefühl vermittelt werden konnte, im Zentrum der liebevollen Aufmerksamkeit zu stehen.

*Fremd würde ich nicht sagen. Also das war natürlich was Neues, aber meine Mutter hat es tatsächlich sofort hinbekommen, dass ich mich da nicht fremd gefühlt habe. Also sie war da, sie hat mir das Gefühl gegeben, ich bin jetzt hier erst mal der Hauptpunkt, dass es mir gut geht. Ich war auch weiterhin viel bei meinem Vater ... (Kathrin)*

*Die räumliche Trennung ging recht schnell und es gab jederzeit Unterstützung durch meinen Vater, sowohl organisatorisch als auch finanziell. Meine Eltern haben die Situation vor mir immer möglichst „harmonisch“ geregelt. (k00)*

*Es gab ja bei mir keine strikte plötzliche räumliche Trennung vom Vater. Insoweit ging es mir zu dieser Zeit scheinbar gut, ich erlitt ja keinen akuten Mangel. (k06)*

### Verstörendes Chaos

➤ Im Rahmen elterlicher Konflikte kann sich der konkrete Vollzug der elterlichen Trennung als bedrohliches und verstörendes Ereignis für das Kind zeigen.

*Eine besondere Situation war der Auszug von meinem Vater, wo meine Mutter seine persönlichen Sachen unter laut starker Kommentierung aus dem dritten Stock eines Wohnhauses auf die Straße geworfen hat. Ich war damals vier Jahre alt und das kam mir sehr unheimlich vor. Ich hatte Angst, dass meinem Vater die Sachen auf den Kopf fallen könnten und bat meine Mutter, das zu unterlassen. Ich traute mich aber nicht, sie zurück zu halten und war ziemlich „verstört“ über dieses Verhalten. (l13)*

### Konspiration der Eltern; in Unwissenheit gehalten

➤ Jedes sechste Kind erinnert sich daran, sich im Rahmen des konkreten Trennungsvollzugs von einem oder beiden Elternteilen bis zum „letzten



Moment“ aktiv getäuscht oder zumindest in Unwissenheit gehalten gefühlt zu haben.

*Der (neue Partner der Mutter) ist mir erst mal als Freund der Familie vorgestellt worden. ... Ja, ich kannte ihn vorher gar nicht. ... Ich meine, mit acht hat man dann doch auch schon einen gewissen Blick, ob Erwachsene eine Beziehung haben oder nicht. Das war mir relativ schnell klar, dass die beiden eine Beziehung haben. ... Dann hat meine Mutter mir halt irgendwann gesagt, dass sich meine Eltern trennen oder dass sie sich scheiden lassen oder das habe ich irgendwie so mitbekommen. (Sonja)*

*Wie soll ich sagen, meine Mutter hat einfach die Sachen gepackt und ist weggefahren. Also ist in eine andere Stadt gezogen. Das heißt, das war einfach, sagen wir mal, unspektakulär spektakulär. Ich wurde vor vollendete Tatsachen gestellt. ... Alle mitgenommen und dann ... ja, waren wir auf einmal weg. ... Ich glaube, einen Tag vorher hat meine Mutter mir das gesagt oder am selben Tag oder so. (Karen)*

*Also es gibt nicht den Moment: So, jetzt ist Papa weg und ich wohne jetzt mit Mama alleine. ... Weil das hat meine Mutter wirklich ganz wunderbar gemacht. ... Also sie hat mir dann gesagt, dass er (Vater) wohl jetzt mehr zu tun hat und sich deshalb da noch eine Wohnung genommen hat und wir zwei suchen uns eine andere Wohnung. ... Dann sind wir in eine Straße gefahren, da habe ich genau auf das Haus gezeigt und auf einmal war ich oben und daran kann ich mich noch genau erinnern, ehrlich gesagt an dieses Gefühl ... dass ich mich so gefreut hab, dass wir jetzt da einziehen und verbinde den Moment eigentlich der krassen Trennung mit einem glücklichen Moment. Weil ich das ja auch gar nicht gecheckt habe. (Julia)*

*Also meine Mutter hat mich, als meine Eltern sich sozusagen getrennt haben, haben meine Eltern mich erst mal 2 Wochen zu meiner Oma gesteckt. Und das haben sie mir erst mal so verkauft wie: Wir sind jetzt beide mal unterwegs. Da habe ich gar nichts gerochen, das war auch schön, bei der Oma zu sein, zu der habe ich auch ein sehr enges Verhältnis. Und als ich dann wieder kam, kam ich nicht nach Hause, sondern in eine neue Wohnung. (Kathrin)*

*Ich (13 Jahre) war bei meinen Großeltern und meine Mutter holte mich dort ab. Sie parkte das Auto nicht wie gewöhnlich in der Einfahrt, sondern etwas weiter weg, was mir sehr komisch vorkam. Sie sagte, sie müsste mit mir reden und wir liefen zum Auto. Sie erzählte, dass das Auto von Freunden ausgeliehen sei. Wir fahren zum Rhein und sie erzählte mir im Auto von dem neuen Mann, den sie kennen gelernt hat und zudem sie hinziehen würde. Ich war total geschockt, damit hatte ich überhaupt nicht gerechnet. Schließlich war ja geplant, dass meine Mutter und ich alleine in eine Wohnung weg von meinem Vater ziehen würden. (k05)*

*Einige Wochen vor dem Auszug aus dem Haus zogen meine Mutter, mein jüngerer Bruder und ich von Bekannten zu Verwandten und umgekehrt. Jede Nacht schliefen wir woanders und ich verbrachte bald die Ferien bei den Großeltern. Ich glaube, dass ich dort Bescheid wusste. (I30)*

*Räumliche Trennung kam plötzlich und unvorbereitet. Auszug, während Vater bei der Arbeit war, Einzug in neue Wohnung mit Stiefvater. (I03)*

*Ich bin wegen Schulferien im Internat abgeholt worden. Erst als ich be-*

*merkte, dass es nicht nach Hause ging, erfuhr ich, dass es nach M. geht, da sich meine Mutter einige Wohnungen ansehen will. Ich weiß noch, dass ich mehrfach fragte, warum sie denn eine Wohnung bräuchte, da sie doch bei uns wohne. Als Antwort bekam ich die Beschwichtigung, dass ich das noch nicht verstehe. (105)*

*Ich erinnere mich nur, dass meine Mutter, meine Schwester und ich irgendwann mal im Zug saßen. Wohin wir fahren, wusste ich nicht. Mein Vater lief bei der Abfahrt auf dem Bahnsteig neben dem Zug her. Irgendwann waren wir in Deutschland bei Oma und Opa und ich hatte das Gefühl, dass wir nur Ferien machten. Dann langsam begriff ich, dass wir in Deutschland blieben, ich zur Schule angemeldet wurde und dass das wohl jetzt so sei. (107)*

*Ich bin mit meinem Bruder einfach in den Libanon geschickt worden, ohne Erklärung. Dort haben wir nach einem halben Jahr (als mein Vater nachkam) erfahren, dass unsere Mutter uns verlassen hatte. Allerdings habe ich in Therapie später die Situation am Flughafen erinnert und den letzten Blick auf meine Mutter, wo ich wusste, dass ich sie nicht wieder sehe. (114)*

*Begriffen habe ich es erst, als mein Vater uns nach dem letzten gemeinsamen Urlaub mit meiner Schwester und mir vor unserem neuen Zuhause absetzte und weinend davonfuhr. Ich bin hinter dem Auto hergelaufen und habe furchtbar geweint. ... Überwältigende Trauer direkt nach dem Absetzen vor dem neuen Heim. (127)*

### **Grenzverletzungen, schräge Situationen, Verlassenwerden**

➤ Eltern können sich im konkreten Trennungsgeschehen in einer Weise verhalten, dass dies von dem Kind als Grenzverletzung, Vertrauensbruch, Täuschung oder tiefe Verletzung empfunden wird.

*Und traumatisch weg, weil er (Vater) dann auch sehr, sehr viele Sachen mitgenommen hat, die ich durchaus als eher mein Eigentum betrachtet hätte. Also die er mir irgendwann geschenkt hat. ... Meine Bücher, Spielsachen zum Teil, Schallplatten, also quasi eigentlich vieles. ... Die Erinnerungssachen wie Fotos und so was hat er auch alles mitgenommen. War halt alles weg. Ich habe auch dementsprechend, glaube ich, bis heute höchstens zwei Fotos von meinem Vater noch. (Sonja)*

*Und kaum waren wir da quasi eingezogen, ist er (Vater) eigentlich auch nicht mehr erschienen, ist er irgendwie, ja nicht da gewesen. Und der jetzige Partner meiner Mutter, mit dem sie damals auch schon zusammen war, ist dann aber auch irgendwie schon eingezogen. Aber sie waren eigentlich offiziell noch nicht getrennt. Und für mich ... war das damals schon irgendwie eine schräge Situation. (Sonja)*

*Eines Tages gab es einen sehr lauten Streit, der mit dem Weggang meiner Mutter mit meinem jüngsten Bruder endete. Diese Situation war auch nicht unbedingt neu, da sie häufiger mit uns weggelaufen war. Oft geschah dies auch nachts, so dass wir im Schlafanzug irgendwo hinfuhren. Normalerweise kehrte meine Mutter aber nach wenigen Tagen zurück. Diesmal war das nicht so. ... Die Tatsache, dass sie mich zu Hause ließ, hat mich einerseits erleichtert, weil ich keine Lust gehabt hätte, tagelang irgendwo in einem Hotel zu verbringen und mir das Gejammer meiner*

*Mutter anzuhören. Andererseits hat es mich aber auch verletzt, dass meine Mutter nicht einmal in Erwägung gezogen hat, mich mitzunehmen. (k09)*

## 8.2.5 Veränderung der emotionalen Beziehungen

Im aktuellen Trennungsgeschehen sind Kinder mit Veränderungen der familiären Beziehungen konfrontiert, die sich sehr unterschiedlich gestalten können.

### Keine großen Unterschiede

➤ Es ist möglich, dass ein Kind kaum eine Veränderung der Beziehungsqualität zu dem weggegangenen Elternteil empfindet, weil dieser auch vor der Trennung wenig zeitlich oder emotional verfügbar war.

*Es gab keinen großen Unterschied zu vorher, da mein Vater unter der Woche immer sehr spät nach Hause gekommen war, haben wir ihn meist nur am Wochenende gesehen. Und das war nach der Trennung genauso möglich. (k07)*

*Im Alltag habe ich ihn nicht vermisst. Trotz seines Heimbüros hatte er sich auch vorher nicht mit mir beschäftigt, somit fehlte er im Alltag nach der Trennung nicht. (l23)*

*Vielleicht habe ich alles als nicht so schlimm empfunden, weil ich vor der Trennung ohnehin fast ausschließlich mit meiner Mutter zusammen war, da mein Vater beruflich bedingt sehr viel abwesend war. (l07)*

### Verlust eines Elternteils

➤ Andere Kinder wiederum erleben außerordentlich stark den Verlust eines Elternteils, nachdem das alltägliche Miteinander nicht mehr möglich ist. Dabei können Gefühle von Wut und Trauer sowie Schuldzuweisungen einher gehen.

*Es war schrecklich - und es hat mir damals meinen Vater genommen, was ich meiner Mutter lange nicht verzeihen konnte. (k02)*

*Ich war enttäuscht und wütend auf meine Mutter. Sie kam dann nur noch alle paar Tage und holte stets Sachen aus der Wohnung. Ich habe immer geweint, habe sie angefleht, bei mir zu bleiben, wenn sie da war. Ich habe es nicht verstanden, wie sie ohne mich dennoch gehen konnte. ... Dann bei den letzten Malen, als sie zu uns kam, redete sie nicht mehr mit mir. Das tat besonders weh, so dass ich noch wütender wurde. Sie weinte, ich weinte, aber sie sprach nicht mit mir, sie nahm mich nicht in den Arm, sie war eiskalt. (k05)*

*Am Anfang habe ich meiner Mutter die Schuld gegeben, da ich ein Papa-Kind war und habe es sie sehr spüren lassen und war oft gemein zu ihr. Ich hatte Wutausbrüche und Weinkrämpfe und habe sie zur Weißglut gebracht, ich habe es damals einfach nicht besser gewusst. (l09)*

### Eltern“ersatz“

- Es ist möglich, dass ein Kind den neuen Partner des hauptbetreuenden Elternteils sehr schnell als „Ersatz“ akzeptiert, wenn dies massiv im alltäglichen Umfeld seitens der Erwachsenen befördert wird.

*Die Lücke wurde sofort mit dem neuen Mann meiner Mutter gefüllt. Alle Bedürftigkeiten wurden sofort von mir auf ihn übertragen. Meine Mutter hat ihn so verherrlicht, dass es ziemlich einfach war, ihn als Ersatz zu akzeptieren. Meine Mutter hat mich mit ihrer Euphorie, „dass nun alles besser wird“, total angesteckt. (I37)*

### **Ich stehe „dazwischen“**

- Nicht selten treten im aktuellen Trennungsgeschehen bei dem Kind Loyalitätskonflikte auf, es hat das Gefühl, zwischen zwei Parteien zu stehen, die sich getrennt haben, mit denen es sich aber gleichermaßen verbunden fühlt oder fühlen möchte.

*Außerdem hatte ich die ganze Zeit das Gefühl, dazwischen zu stehen, zwischen der neuen Familie meiner Mutter und der neuen Familie meines Vaters, wobei ich mich bei letzterer natürlich immer wie zu Besuch fühlte. (k08)*

*Es war ein Zwiespalt. Es war schwer, beide immer noch gleich lieb zu haben und dann kam auch noch ständig mein Vater und hat gefragt: „Hast du mich noch lieb? Was glaubst, wer hat Schuld an der Trennung?“ (I19)*

### **Verlust von Vertrauen, Sicherheit**

- Im Umfeld des Trennungsgeschehens kann ein Kind Gefühle der Verunsicherung und des Vertrauensverlustes entwickeln.

*Allerdings war das Vertrauen so gut wie zerstört. Ich kann mich an eine Situation erinnern, in der meine Mutter auf mich warten hätte sollen, da ich schnell etwas holen wollte, und sie auf die Straße ging, um im nahen Supermarkt etwas zu kaufen, mir aber davon nichts erzählt hatte. Ich hatte einen richtigen Schock, als ich sie spontan nicht fand. (I05)*

### **Distanzierung**

- Im Prozess der elterlichen Trennung kann sich ein Kind emotional sehr deutlich von einem oder beiden Elternteilen emotional distanzieren, weil es Verhaltensweisen beobachtet (insbesondere haben Tätlichkeiten des Vaters gegen die Mutter hier einen bedeutsamen Einfluss), die es negativ bewertet und vorherige Gefühle von Vertrautheit beeinträchtigt.

*Als dann die Scheidung wirklich im Gange war, hat sich das ein bisschen verändert, dieses Verhältnis, weil ... mein Vater selber Handlungen gemacht hat, die ich bis heute nicht ganz verstehe und die er auch jetzt selber nicht mehr unbedingt erklären kann. ... Dann die fremde Frau, die ihn total umgekrempelt hat, die ihn halt für mich erst einmal zu einem fremden Menschen gemacht hat quasi. Ja, wie gesagt, ich kannte meinen Vater vorher in der Art und Weise, wie er da halt aufgetreten ist, noch nicht. Und das waren halt diese Aspekte, die mich sehr von ihm entfremdet haben. (Stefan)*

*(Vor der Trennung hattest du ja das Gefühl, dass er bedingungslos für*

*dich da ist.) Ja, das war plötzlich weg. (Kathrin)*

*Also je älter ich wurde, desto schneller entfernte ich mich von ihm emotional. Ich konnte ihn schlecht lieb haben, wenn er so zu Mutti war (Tätlichkeiten, Alkoholabusus). Das konnte ich nicht, also zog ich mich zurück. (Gabi)*

*Ich bin misstrauischer geworden ihm gegenüber (nach Erleben von Tätlichkeiten gegenüber der Mutter). Also in dieser Zeit habe ich auch so Abstand von ihm genommen. ... Also vorher war er irgendwie mein Papa und jetzt kam er mir irgendwie auch so kaputt vor. Also er war auch kaputt, aber so, das hat in mir auch noch einmal mein ganzes Bild irgendwie zerstört. (Hella)*

*Eigentlich sofort danach wollte ich mit beiden nichts mehr zu tun haben. Ich habe mir sehr schnell eigene Ansichten und Meinungen zugelegt. (I02)*

*Hätte gern andere Eltern gehabt. (I11)*

### **Verbesserung der Beziehung zu den Eltern**

➤ Einige Kinder berichten von einer Verbesserung der Beziehungsqualität zu den Eltern. Gründe können in dem Wegfallen des Konfliktgeschehens oder in der Erfahrung liegen, dass ein Elternteil mehr Zeit hat, sich dem Kind zuzuwenden.

*Dann fand ich das komischerweise gut, weil meine Mutter nicht da war, es war so ein bisschen aufgetaut. Dann war auch dieser Druck von ihm nicht so da, weil sie immer diejenige war, die so rumgehetzt hat, wie z. B. aufräumen müssen ...Da habe ich ein bisschen mehr mit ihm gemacht. (Yasmin)*

*Ich habe es eigentlich genossen, dass meine Mutter nicht mehr da war, denn es war plötzlich so friedlich und still bei uns. Das war auch schon während ihres Kuraufenthaltes ein positiver Nebeneffekt gewesen. ...Und der Frieden, der nun nach der Trennung herrschte, war auch schön - und außerdem hatte ich meinen Vater ganz für mich allein. Mein Vater bekam keine Wutausbrüche mehr, und ich nässte nicht mehr ein. (I36)*

*Die Zeit danach war einerseits ganz schön, weil ich recht viel Kontakt zu meiner Mutter hatte und das Gefühl hatte, dass sie endlich auch mal mir Aufmerksamkeit zuteil kommen ließ. (k09)*

## **8.2.6 Elternkonflikte im zeitlichen Umfeld der Trennung**

Die Auswirkungen von Elternkonflikten auf das Kind werden ausführlich in 8.3.3 behandelt – hier sollen nur einige Entwicklungen aufgezeigt werden, die eng mit dem aktuellen Trennungsgeschehen verbunden sind.

### **Schutz der Kinder vor Eskalationen**

➤ Einigen Eltern gelingt es, ihre Kinder vor dem partnerschaftlichen Konfliktfeld und dem unmittelbaren Trennungsgeschehen zu schützen. In der Rückschau kann ein Kind dafür Dankbarkeit fühlen.

*Ich bin in meiner Erinnerung davon verschont geblieben, wofür ich meinen Eltern dankbar bin. Sie haben nicht vor uns Kindern gestritten. Ich glaube, ich bin aufgrund von psychosomatischen Beschwerden auf Kur geschickt worden, um nicht zuviel mit zu bekommen. Sie haben das mit sich ausgemacht. (I16)*

### **Direkte Konfrontation**

➤ Ein Kind kann auf in seinem Erleben schockierende Weise mit tätlichen Konflikten der Erwachsenen konfrontiert sein.

*(Mein Vater) hat geschrien, dass er sich nicht aus seiner eigenen Wohnung vertreiben lassen will, und sich mit meinem Stiefvater geschlagen. Das war das erste Mal, dass ich mitbekommen habe, dass nicht nur Kinder, sondern auch Erwachsene sich prügeln können. Ich war geschockt. Meine Mutter hat uns Kinder zu den Nachbarn gebracht und wollte den Streit schlichten. Als sie uns nach einer Stunde abgeholt hat, hatten sie und mein Stiefvater blutende Nasen, er eine gebrochene Brille, mein Vater ein blaues Auge, ein Schrank und eine Tür waren kaputt. (k15)*

### **Einbeziehung**

➤ Ein Kind kann sehr stark durch seine Eltern in deren partnerschaftliches Trennungsgeschehen einbezogen sein, sei es durch von diesen gezeigte starke Emotionen, Berichte über die eigene Befindlichkeit oder Bedürftigkeit, negative Darstellungen über den anderen Elternteil oder die Aufforderung, Hilfsdienste für eine der Parteien zu leisten.

*Meine Mutter hat sehr stark auf mich eingewirkt. Sie hat sehr unter dem Verhältnis meines Vaters mit einer anderen Frau gelitten und oft in meinem Beisein geweint. Auch hat sie mir immer wieder gesagt, dass mein Vater von meiner Geburt an sehr eifersüchtig auf mich gewesen sei und niemals Kinder gewollt habe. (I26)*

*Mein Vater stand oft draußen am Fenster und hat versucht, heimlich Kontakt aufzunehmen. Ich habe ihm Sachen gegeben, die er noch haben wollte. (I35)*

### **Der Riss durch die erweiterte Familie**

➤ Es kann für ein Kind schmerzlich und verwirrend sein zu erleben, dass nicht nur die Eltern sich trennen, sondern sich auch die erweiterte Familie väterlicher- und mütterlicherseits voneinander abwendet.

*Bei meinen Großeltern stieß ich jedoch auf eine, für mich sehr entsetzende Sichtweise. Die Eltern meiner Mutter wollten meine Mutter nicht mehr sehen, geschweige denn ins Haus lassen. Mein Vater und ich waren herzlich willkommen. Dies hab ich damals nicht verstanden, denn ich wusste ja, dass meine Mutter vor allem gegangen war, weil mein Vater in der Beziehung wenig für sie da war. (k05)*

## 8.3 Das Erleben im weiteren Verlauf nach der Trennung

### 8.3.1 Plötzlich ist vieles anders

Nach Vollzug der elterlichen Trennung ist das Kind in der Regel mit einschneidenden Veränderungen in seinen Lebensbezügen konfrontiert, und zwar sowohl äußerlich wie auch in seinen Beziehungen. Die subjektive Bewertung und die Verarbeitung dieses neuen Lebensrahmens weist bei den Teilnehmern der Studie eine große Bandbreite auf.

➤ Etwa ein Viertel der befragten Kinder erleben emotional oder in alltäglichen Abläufen wenig Veränderungen oder fühlen sich mit der neuen Situation zufrieden oder sogar wohler als zuvor (Entlastung vom elterlichen Konfliktgeschehen), andere wiederum finden sich recht bald in eine neue Normalität hinein.

#### Das Wichtigste bleibt unverändert

*Das Verhältnis zu meinen Eltern hat sich nicht verändert. ... Das Leben ging ganz normal weiter bis zum Unfalltod meines Vaters zwei Jahre später. (k07)*

*Eigentlich hat sich nicht viel im Verhältnis zu meiner Mutter geändert nach der Trennung. Es war die gleiche Liebe, die gleichen schönen Abende, nur anders. (I06)*

#### Das Leben ist schöner als vorher; Erleichterung

*Ich war erleichtert, auf einmal war alles viel einfacher, das Leben nur mit meiner Mutter war viel angenehmer und freier. (I12)*

*Ich war erleichtert, aus dem cholerischen, Angst machenden Dunstkreis meines Vaters rauszusein. (I30)*

#### Neue Normalität

*Die wöchentlichen Wechsel zwischen Vater und Mutter hatten sich eingespielt und normalisiert. Ich empfand eine gewisse verlässliche Normalität dabei. (I05)*

#### Es gab keine Alternative

*Ich kann mir bis heute keine Alternative vorstellen. (I01)*

*Die Frage stellte sich damals gar nicht. Mein Vater war nicht da und machte sein Ding. Meine Mutter machte auch etwas, ohne unsere Meinung einzuholen, weil sie uns nichts zutraute. Ich war froh, dass ich einigermaßen mit heiler Haut da raus kam. (I18)*

#### Ich war eigentlich zufrieden

*Ich war eigentlich immer zufrieden. (k03)*

*Ich empfinde die Lösung in einem Internat als sehr positiv. Ich war dort geborgen und die Trennung fand quasi ohne mich statt. Tatsächlich empfinde ich aber auch ein Defizit bei der Verarbeitung der Trennung, da ich eben nichts mit bekam und somit auf Spekulationen angewiesen bin. (105)*

*Ich hätte meine Mutter niemals alleine gelassen und ich war glücklich bei ihr, habe meine Entscheidung nicht bereut. (109)*

*Irgendwie war ich auch erleichtert, bin aufgeblüht. ... So ging es mir besser. (111)*

*Es war soweit in Ordnung, die Wohnung des neuen Partners meiner Mutter lag im selben Stadtteil. Schule und Freundeskreis konnten beibehalten werden. (116)*

*Bin mit meiner Mutter zu ihren Eltern gezogen und hatte so 3 gleichwertige Bezugspersonen. Ich hatte nicht das Gefühl, dass etwas fehlte. Mein Großvater hat viel kompensiert. (120)*

*War OK. Ich war lieber bei meiner Mutter. Habe meinen Vater nicht vermisst. (124)*

*Ich habe mich immer geliebt gefühlt. Immer. Und im Nachhinein bin ich unendlich dankbar, dass meine Eltern diese Regelung (Wechselmodell) gewählt haben und mein Vater nicht zu einem Wochenend-Papa wurde. Sicherlich habe ich eine gewisse Rastlosigkeit in mir verankert. Aber besser als die Liebe des eigenen Vaters missen zu müssen. (128)*

*Es ging mir nicht schlecht. Ich glaube mich zu erinnern, dass der Kontakt kurzzeitig zur Mutter besser wurde, da diese erleichtert war und in uns einen neuen Lebensmittelpunkt sah. Allerdings war das nicht lange so. Da wir unseren Vater eher häufiger, zumindest bewusst, sahen, war die Trennung für mich nicht schlimm, nur logische Konsequenz. (134)*

➤ Etwa drei Viertel der befragten Kinder berichten in der Rückschau von einem Belastungserleben im weiteren Verlauf nach der elterlichen Trennung und ihren diesbezüglichen Bewältigungsanstrengungen. Es sind große Herausforderungen von dem Kind zu meistern, sich auf ein neues Umfeld bzw. eine veränderte Betreuungssituation und ggf. einen anderen materiellen Rahmen einzustellen. Davon soll im Folgenden detaillierter berichtet werden.

### **Neue Schule, neues soziales Umfeld**

➤ Der Verlust der alten Schule und von Freunden sowie die Integration in ein neues soziales Umfeld kann für ein Kind eine zusätzliche Belastung darstellen und mit Gefühlen der Scham und des Außenseiterseins einhergehen.

*Ja, weil das fing irgendwie an, also neue Klasse und da war nur ein Platz frei, wo ich mich hätte hinsetzen können und das war gleich die Außenseiterin der Klasse und mit der habe ich mich befreundet und ich war dann aber auch gleich mit Außenseiterin. (Maria)*



*Es war eine ganz schlimme Zeit und ich habe da sicherlich mich auch eingeeigelt. Dann fing es an, dass in meiner (neuen) Klasse die anderen Jugendlichen halt schon sehr pubertär waren, ich noch gar nicht, ich war wirklich noch das kleine Kind, ich wollte von Pop-Musik nichts wissen, von Klamotten auch nicht, ich hatte eine hässliche Brille, eine komische Kurzhaarfrisur, ne feste Spange und die Klamotten von meiner großen Cousine an, eigentlich wäre ich der klassische Außenseiter gewesen, das bin ich zum Glück nicht geworden, dazu war ich wohl zu lieb oder doch zu sympathisch, sage ich jetzt mal, aber ich hatte da keinen wirksamen Kontakt und wäre beinahe sitzen geblieben. (Kathrin)*

*Neue Klasse, neue Schule und ich stand ganz alleine vor der Klasse als Neue. Ich bin rot geworden und mir war alles peinlich. Ich fühlte mich richtig ausgeliefert. (I18)*

*Ich musste durch den Umzug nach Düsseldorf die Schule wechseln. Ich war „ärmlicher“ gekleidet als die Kinder dort und wurde viel gehänselt. Ich habe in der Grundschule keinen Anschluss gefunden und wurde dadurch zum Einzelgänger. (I35)*

*Umzug in andere Stadt fand ich wg. Freunden/Bekannten „Tanten“ sehr schade. (k13)*

### **Finanzielle Enge**

➤ Weiterhin kann eine Familie nach der elterlichen Trennung mit einem plötzlich deutlich geringerem Lebensstandard konfrontiert sein, der sich auch in den alltäglichen Bezügen eines Kindes und somit in seinem Erleben niederschlägt.

*Sie hatte zwar eine Ganztagsstelle in Aussicht, es dauert jedoch ein halbes Jahr, bis sie die antreten konnte. Dieses halbe Jahr hatten wir wenig Geld. ... Meine Mutter musste ein neues Auto kaufen (klein und alt, aber trotzdem kostet es ja Geld), ´nen neuen Fernseher, neuen Computer, halt alles, was fehlte. (k04)*

*Die Scheidung bedeutete auch einen sozialen Absturz, ich wollte das lange nicht wahrhaben. (I02)*

*Meine Situation veränderte sich unmittelbar nach der Trennung extrem. Mein Vater hatte meine Mutter dazu gebracht, auf Unterhaltszahlungen und ihren Versorgungsausgleich zu verzichten, so dass wir von einem Tag auf den nächsten vollkommen mittellos waren. (I26)*

### **Neue Betreuungslösungen; Fremdbetreuung; alleine und einsam sein**

➤ Sieben der teilnehmenden Trennungskinder berichten davon, dass durch die Trennung die Eltern nicht wie bislang für die Betreuung zur Verfügung standen, der Anteil der Fremdbetreuung erheblich zunahm und sie unter Gefühlen von Einsamkeit litten und sich mitunter alleine gelassen fühlten.

*Ich war bei der Tagesmutter, also wir hatten auch wenig Zeit tagsüber miteinander. Sie hat ganztags gearbeitet und ich war im Kindergarten oder im Schulunterricht. Das hat uns natürlich auch nicht so zusammen geschweißt, glaube ich. ... Also das fand ich auch schon traurig, dass ich*

*immer bei der Tagesmutter war und ich war ganz glücklich, wenn meine Mutter mal krank war, oder wenn was war und sie zu Hause war und ich nach Hause gehen konnte nach der Schule, das war für mich ganz groß. Und das war was Besonderes. (Alena)*

*Ich hätte lieber mehr Zeit mit meiner Mutter verbracht, anstatt den ganzen Tag im Kindergarten zu verbringen. Ich und mein Bruder waren meistens die „letzten“ Kinder, die abgeholt wurden und manchmal musste die Erzieherin telefonieren, damit meine Mutter zu später Stunde uns abholte. Manchmal hat mich sogar eine freundliche Erzieherin mit zu sich nach Hause genommen, was mir aber immer etwas Angst machte. Ich habe mich sehr allein gelassen und einsam gefühlt. (I13)*

*Ich fand die Entscheidung, beim Vater und somit auch in der vertrauten Umgebung zu bleiben, richtig, habe mich aber oftmals einsam gefühlt. Ich fühlte mich, glaube ich, ziemlich allein gelassen (I16)*

*Meine Mutter wollte mich tagsüber nicht allein lassen und nahm eine Nacharbeit (zunächst im Krankenhaus, dann in einem Lokal in der Nähe als Bedienung) an. Sie arbeitete bis spät nachts, wobei sie sonntags auch am Tag arbeiten musste. Ich war dadurch nachts immer allein. Gelegentlich sahen Nachbarn abends noch einmal vor dem zu Bett gehen nach mir. ... Am meisten habe ich darunter gelitten, immer nachts allein zu sein und keinen „Schutz“ zu haben (Berufstätigkeit der Mutter). (I26)*

*Traurig. Und sehr viel allein, da Papa ganztags arbeitete und ich im Hort untergebracht war. Wenn ich nach Hause kam, war meist noch unsere Putzfrau und später Kinderfrau da. Wirklich aufgefangen wurde ich nicht. ... Die Hortlösung, Putzfrau und Kinderfrauvariante war nichts Halbes und nichts Ganzes, aber das Einzige, was Papa mir damals bieten konnte. Nicht zuletzt deswegen hat er sich dann auf Partnersuche gemacht, weil er ein geregelter Familienleben wollte. (I32)*

### **Neue Pflichten; Mithelfen müssen**

➤ Einige Kinder werden durch die veränderte familiäre Lebenssituation, insbesondere die Überforderung der Hauptbezugsperson in der Doppelbelastung von Berufsausübung und Kinderbetreuung, mit neuen Pflichten und Verantwortung im Rahmen der Haushaltsorganisation und Geschwisterbetreuung konfrontiert.

*Die war völlig fertig. Ich musste eigentlich die Starke sein. ... Ich war die Starke, ich habe nachher dann auch alles gemacht. Habe mich um meinen Bruder gesorgt, meine Mutter versorgt. ... Sie hat dann ja hier wieder gearbeitet, als wir hierher gezogen waren, hat sie wieder angefangen zu arbeiten als Lehrerin. Und sie war einfach psychisch fertig. Die war depressiv, traurig und dann zog sich das auch noch hin (mit der Scheidung). ... Ich hab gebügelt. Ich hab gekocht. Ich hab eingekauft. (Karen)*

*Ich hatte ein bisschen das Gefühl, als wenn ich mehr Verantwortung tragen müsste. Weil meine Mutter ja auch arbeiten war. Für meine Geschwister mit. Aber ich glaube, das habe ich mir damals nur so eingeredet, weil ich die Älteste war. (Gisela)*

*Alles war furchtbar oberflächlich. Ich hatte häufig Probleme, mich mit anderen Kindern, mit Freunden und in der Schule zu vergleichen, zu mes-*

*sen. Ich verstand nicht, wie sie sich über Dinge wie Frisuren, Jungs und Klamotten Gedanken machen konnten, während ich lernen musste, den Haushalt zu schmeißen und erwachsen zu werden. Ich verstand nicht mal mehr, warum man mit 13 Jahren nicht mal Nudeln alleine kochen konnte. Wir hatten einen Hund, der sehr fixiert auf meine Mutter war, um diesen kümmerte ich mich dann, ich wollte, dass er sich auf mich fixiert, ich übernahm die Verantwortung. So ging das dann mit allem. Ich musste lernen, alles alleine zu machen, einkaufen, kochen usw. Ich verdrängte dadurch vieles, ich hatte dann immer etwas zu tun. (k05)*

Im Bereich der kindlichen Gefühle und Beziehungen sind ebenfalls Anpassungsleistungen zu erbringen, von denen die Teilnehmer im Folgenden berichten.

### **Mitschwingen im Erleben der Eltern; Unterstützen wollen**

➤ Sieben Kinder erinnern sich daran, dass ihre eigene Befindlichkeit sehr eng mit den Wahrnehmungen darüber verbunden war, wie es der jeweiligen Hauptbezugsperson geht. Deren positive Lebensgefühle wirken sich entlastend auf das Kind aus, die Wahrnehmung von Sorgen und Nöten hingegen können dazu führen, dass sich das Kind ebenfalls unglücklich fühlt bzw. sich in der Verantwortung sieht zu helfen.

*Die ganze positive Entwicklung meiner Mutter hat mir auch gut getan. Es war schön zu sehen, dass es ihr gut geht. (k04)*

*Des weiteren hatte ich auch den großen Drang, alles dafür zu tun, dass es meiner Mutter besser geht. (l02)*

*Als mein größtes Unglück habe ich nicht die Trennung meiner Eltern empfunden, sondern dass sie hinterher nicht glücklicher waren. (l15)*

*Einerseits habe ich mich für die Armut meiner Mutter geschämt, andererseits hat es mich sehr berührt, dass sie, obwohl sie immer arbeiten ging, kaum Geld hatte, uns zu ernähren. Ich hätte sie gerne unterstützt, irgendwas getan, was ihr und uns das Leben erleichterte. (l37)*

*Als ich dann bei meinem Vater wohnte, spürte ich noch deutlicher, wie viel Mühe es meinem Vater machte, sich mit mir zu beschäftigen oder mich zu versorgen. Er hat dann Essen aus einer Kantine mitgebracht und „EPA-Pakete“ aus Bundeswehrbeständen, was ich mir dann selbst warm machen konnte. (l13)*

*Im Umgang mit anderen hatte ich nie Probleme (sehr sozial), im Umgang mit mir selbst oft, weil ich mich immer verantwortlich gefühlt habe für meine unglücklichen Eltern. (l15)*

*(Belastung war) die gefühlte Verantwortung für meine Mutter (Alkoholproblem). (l20)*

### **Eltern sind mit sich selbst und eigenen Problemen beschäftigt**

➤ Neun Kinder haben erlebt, dass die Eltern nach der Trennung sehr mit sich selbst und den eigenen Problemen beschäftigt waren und damit weniger emotionaler Halt für das Kind zur Verfügung stand. Dies kann

Gefühle auslösen, dass die eigenen Probleme nicht wichtig genug sind, dass man die Eltern damit nicht noch zusätzlich belasten will, dass sich das Kind abgeschoben fühlt oder sogar konkrete Vernachlässigungssituationen eintreten.

*(Kann man sagen, dass du dich damals verlassen gefühlt hast als Kind?)  
Ja, von beiden eigentlich, also von meiner Mutter in dem Fall auch, weil ja, so wie er wahrscheinlich in seiner neuen Beziehung drin war, war sie ja natürlich auch gleich in ihrer neuen Beziehung drin. Und das ist eine glückliche Beziehung, das ist heute noch zusammen. Und die waren dann auch irgendwie, ja, frisch verliebt und lebten in ihrem eigenen Kontext.  
(Sonja)*

*Aber ich sage mal, in der Familie richtig Halt gefunden habe ich da in Bezug auf das Thema nicht, weil jeder mit seinem eigenen kleinen Lebenserhalt beschäftigt war. (Stefan)*

*Ich kann mich auch nicht erinnern, dass sie mal gefragt hat, wie es mir so geht. Und wenn, dann wenn sie vielleicht Angst hatte, mir geht es nicht so gut, aber dann war das mehr so: Ich hätte es gar nicht erzählen dürfen, weil das hätte sie wieder belastet. ... Ja, oder auch so, die will es auch gar nicht hören, denn da hat sie wieder Schuldgefühle. (Maria)*

*Und zu meiner Mutter, da hätte ich gerne einmal gesagt: „Kannst du dir eigentlich vorstellen, wie ich mich fühle? Es geht hier nicht immer nur um dich.“ ... Aber ich erinnere mich jetzt, dass ich meiner Mutter gegenüber teilweise schon sehr aggressiv war. Also wenn ich sie gesehen habe und sie auch wieder geheult hat und so hysterisch war. Dann habe ich manchmal gedacht: „Ach, du blöde Kuh.“ (Hella)*

*Ich denke, für einen Jungen in der Pubertät, der sich gerade für Frauen zu interessieren beginnt, gibt es nichts schlimmeres, als bei einer Frau sämtliche Phasen von Schwäche und Liebeskummer, Streit und Versöhnungsversuchen, die wieder im Streit enden, mitzuerleben. (I02)*

*Nun fühlte ich mich noch mehr verlassen, denn mein Vater war nicht in der Lage, Kontakt zu halten und hatte nun auch eine neue Frau. Meine Mutter kam mit fremden Männern nach Hause oder blieb die Nacht weg. (I30)*

*Meine Mutter war mit ihren diversen Männern beschäftigt. Mein Vater hatte endlich eine liebe, brave Frau gefunden, die er von Herzen liebte. Kinder brauchte/ wollte eigentlich keiner von beiden mehr. Meine Mutter war mit mir völlig überfordert. Oft wurde ich zu einer Tante/Nachbarin/meiner Oma abgeschoben und dort fühlte ich mich eigentlich immer viel wohler als zu Hause. (I37)*

*Ich fühlte mich bei meiner Mutter nur als Gast. Sie war stark depressiv, zerkratzte sich die Arme, ließ mich nachts allein, während sie auf den Zwusch ging, ich hämmerte an die Wände und brüllte, bis die Polizei kam und die Wohnungstür aufbrach. (I10)*

### **Verlust der Geborgenheit; nicht Zuhause fühlen**

➤ Einige Kinder erleben nach der elterlichen Trennung in den neuen Lebensverhältnissen ein unbestimmtes Gefühl der mangelnden Geborgenheit und unzureichenden Behausung.

*Ich fühlte mich bei ihm nicht mehr so geborgen wie früher. Bei meiner Mutter allerdings auch nicht. (I15)*

*Meine Mutter zog mit mir nach H. in eine furchtbare kleine feuchte Wohnung, wo ich eine Lungenentzündung nach der anderen hatte. Ich fühlte mich dort nie zuhause. (I10)*

*Irgendwie wurde es ärmer. (I00)*

### **Weniger Liebe und Aufmerksamkeit**

➤ Etwa jedes zehnte Kind erinnert sich daran, sich nicht mehr ausreichend geliebt gefühlt und keine ausreichende Aufmerksamkeit und Zuwendung bekommen zu haben. Dabei steht die Erfahrung im Vordergrund, die Hauptbetreungsperson sei egoistisch geworden, habe sich mehr um sich selbst als um die Belange des Kindes gekümmert bzw. deren Interaktion mit dem Kind habe sich massiv negativ verändert.

*Also mein ganzer Lebensstil hat sich von dem Tage der Trennung halt wirklich komplett geändert, weil meine Mutter dann Vollzeit gearbeitet hat, also nicht mehr auf mich aufgepasst hat und auch kein Auge mehr auf mich geworfen hat ... und in dem Alter zwischen 15 und 16 hat meine Mutter gesagt: „Hier hast du einen Haustürschlüssel, sieh zu, dass du heil nach Hause kommst irgendwann. Es ist egal wann, Hauptsache, du kommst heil nach Hause und das ist gut.“ (Stefan)*

*Trotzdem hatte ich seit der Trennung immer das Gefühl, weniger von ihr (Mutter) geliebt zu werde. Sie wurde durch die Trennung sehr egoistisch, vorher war sie allein für mich da, tat alles für mich und plötzlich ging sie erst immer ihren Dingen nach, bevor sie sich um mich kümmerte. ... Von beiden Elternteilen bekam ich nach der Trennung plötzlich keinerlei große Aufmerksamkeit oder Zuspruch, nur wenn ich etwas angestellt oder falsch gemacht habe. (k05)*

*Sie (Mutter) hatte mich ab der Trennung geschlagen, bestraft, gehasst, kontrolliert, umdressed, mich selten in den Arm genommen, nur materiell belohnt. Ich lief oft nur nebenbei, weil es ihr wichtiger war, das Geld meines Adoptivvaters auszugeben. (I10)*

*Mein Zwillingbruder und ich waren der emotionalen Manipulation unserer Mutter schutzlos ausgesetzt. (I04)*

*Mein grundsätzliches Problem war, dass sich niemand für mich interessiert hat und ich für niemanden „etwas besonderes“ war. Aber das wäre vermutlich auch ohne die Trennung nicht anders gewesen. (I23)*

*So war ich viel allein, wenn meine Mutter arbeitete oder drückte mich in meinem Zimmer rum, während sie sich mit ihren Männern mehr oder weniger amüsierte. Ich wollte nur noch weg. (I37)*

### **Frühe Selbstständigkeit und Eigenverantwortung**

➤ Das Trennungskind kann früher als andere Kinder desselben Alters in die Selbstständigkeit und Eigenverantwortung geworfen werden, sowohl in der äußeren Welt wie auch im Umgang mit den inneren Vorgängen.

*Bis zu dem Zeitpunkt hatte ich wirklich klare Regeln, was ich machen*

*musste, woran ich mich auch zu halten hatte und mein Vater war auch meistens die Person, die das dann durchgesetzt hat. Also wenn (du) das nicht (machst), dann passiert das, dann ist auch wirklich was passiert. Dann hat es entweder kein Taschengeld gegeben oder Hausarrest oder sonst irgendwas. Und da hat meiner Mutter dann teilweise das Durchsetzungsvermögen gefehlt. (Stefan)*

*Man muss als Kind schneller selbstständig sein. Mit dem Punkt der Trennung ist man mit Entscheidungen konfrontiert, die sonst erst viel später kommen. Man muss Verantwortung für jede Handlung übernehmen können und zwischen wahren und unwahren Aussagen der Eltern differenzieren lernen. Früher war alles wahr, was die Eltern sagten. Jetzt geht beides nicht mehr zusammen. Man muss seine Wahrheit finden und diese leben. (k15)*

*Mit 10 Jahren fuhr ich die Strecken München, Augsburg, Ingolstadt alleine mit dem Zug. Anfänglich hatte mich meine Mutter noch vom Münchener Hauptbahnhof abgeholt, dann fuhr ich selbstständig zur B., wo meine Mutter wohnte (ca. 30 Min. mit umsteigen). (I05)*

*Weniger kindlich (gefühlte). (I21)*

*Ich bekam zu viel Verantwortung übertragen. ... Mein jüngerer Bruder und ich waren irgendwie alleine. (I30)*

*Ich habe viel nachgedacht und war einigen meiner Klassenkameradinnen dadurch wohl auch suspekt. Sie kamen damit nicht klar. Aber ich lernte es, vieles mit mir selbst auszumachen, ohne zu verzweifeln. (I32)*

### **Vermissten von Familienangehörigen; beim anderen sein wollen**

➤ Manche Kinder vermissen den anderen Elternteil oder haben Sehnsucht nach einem Geschwister oder einem Großelternanteil, teils verbunden mit dem Wunsch, dort auch zu leben.

*Ich wollte schon immer zu meinem Vater, diese Entscheidung lag immer in mir, aber den Willen konnte ich nicht durchsetzen, scheiterte am vehementen Nein meiner Mutter. Versuche der Kontaktaufnahme zu ihm (mit ca. 10-12) scheiterten, Abhauversuche auch. Als Kind dachte ich mir, ich kann ja zu ihm, wenn ich 18 bin. (I10)*

*Wenn ich bei Freunden zu Besuch war, hatte ich immer ein komisches Gefühl, wenn die Väter nach der Arbeit ebenfalls heimkamen. (I20)*

*Ich vermisste auch meine Schwester ... (I02)*

*Meinen Vater habe ich nach der Trennung sehr vermisst, da ich immer nachmittags auf ihn gewartet habe und mich auf das gemeinsame Abendessen freute. (I13)*

*Ich habe meinen Vater vermisst, wir durften keine Kontakt haben und ich glaube, er ist dann auch zur See gefahren. Ich habe viel an ihn gedacht und mich gefragt, was er macht. (I18)*

*Ich wäre gern bei meinem Vater geblieben, hätte gern bei ihm gelebt. (I10)*

*Ich hab mir damals gewünscht, meine Mutter käme zurück oder dass ich bei meiner Mutter leben könnte. (I14)*

*Ich wäre am liebsten zu meiner über alles geliebten Oma gezogen. (I30)*

### **Anhaltend unruhige, belastende Lebenssituation**

➤ Etwa jedes zehnte Kind in dieser Untersuchung berichtet von anhaltend unruhigen und belastenden Lebensverhältnissen nach der elterlichen Trennung bis hin zu mehrfachen konfliktären Partnerwechseln des hauptbetreuenden Elternteils und damit verbunden mehreren Wohnortwechseln. Einige Kinder erklären, seit der Elterntrennung sei es ihnen nie mehr richtig gut gegangen, womit diesem Ereignis die Qualität einer biografischen Verwerfung mit langwährender negativer Auswirkung zugeschrieben wird.

*Das erste Jahr wohnte ich bei meinem Vater und sah meine Mutter gar nicht. Nach dem Jahr begann der Kontakt zu ihr wieder und ich war die erste Zeit am Wochenende dort. Später wohnte ich zum Teil bei ihr und ihrem neuen Partner. Sie holte mich bei meinen Großeltern, bei denen ich nach der Schule unterkam, immer abends ab und brachte mich morgens zur Schule, ich schlief also nur bei ihr. Mit 16 wohnte ich dann 1 Jahr bei meinen Großeltern und hatte regelmäßigen Kontakt auch am Wochenende zu meiner Mutter. Mein Vater zog in eine neue Wohnung, in der ich noch ein Zimmer hatte, aber nach dem Jahr bei meinen Großeltern zog ich zu meiner Mutter und ihrem Freund. Ich schluckte dies alles in mich hinein und war allein mit meinen Gefühlen. (k05)*

*Mir ging es nie mehr wesentlich besser seitdem. Zusammenziehen (der Mutter) mit neuem Freund sowie der erste Kontakt zum neuen Freund, Streit wiederum mit diesem. Ein ewiges Hin und Her meiner Eltern und Versuche, es noch einmal zu probieren. Streits über einen Zeitraum von gut 8 Jahren. (I02)*

*Situation war ständige Belastung. ... Konflikte bestanden in der „neuen“ Familie, waren permanent. (I03)*

*Später wurde der Freund meiner Mutter alkoholkrank und versuchte, sich in der Badewanne zu ertränken. ... Wir sind sofort ausgezogen in eine WG mit einem alleinerziehenden Vater. Dort ging es mir sehr gut. Als dieser eine Freundin fand (nach zwei Jahren), mussten wir auch dort wieder ausziehen. Meine Mutter hatte zu dieser Zeit eine Freundin, die aber verheiratet war. Sie hat viel Zeit damit verbracht, traurig zu sein und zu weinen. Ihre Probleme hat sie meist mit mir besprochen. Das war schlimm und ich wollte nur noch weg. Mit 14 bin ich auf ein Internat gegangen ... auf meinen Wunsch. Dort war ich die nächsten zwei Jahre. Als ich 16 war, habe ich dann an einer Schule in H. mein Abitur gemacht und wieder bei meiner Mutter gewohnt. (I15)*

*Irgendwann gab es Zoff zwischen Mutter und Freund, wir zogen aus, in eine schreckliche Wohnung in den sog. Blocks, einer Hochhaussiedlung einen Ort weiter. Ich bekam das gute Zimmer, meine Schwester war in einem winzigen Zimmerchen ohne richtiges Fenster. Der Freund meiner Mutter kam eines Tages und hat sie geschlagen. Ich war im Nebenzimmer und habe sie rufen gehört. ... Dann zogen wir zu einer anderen Beziehung meiner Mutter. Das war in einer größeren Stadt in der Nähe. Meine Mutter musste mich morgens zur Schule fahren und ich kam ständig zu spät und*

wurde dafür jedes Mal von der Lehrerin ausgeschimpft. Ich war sehr verängstigt und verunsichert. Es war eine furchtbare Situation. Ich war zu jung, um meiner Mutter die Schuld zu geben. Während ich das hier schreibe, werde ich richtig wütend!!! ...Irgendwann zogen wir jedenfalls wieder zu ihrem ersten Freund, wo wir dann, als ich 13 Jahre alt war, quasi über Nacht rausflogen. ... Da mein Vater in der Zwischenzeit im gleichen Ort ein Haus gekauft hatte, zogen meine Schwester und ich erstmal zu ihm. Und dabei ist es geblieben. (4 Jahre nach elterlicher Trennung) (I27)

Ich wäre gerne bei meiner Oma und in G. geblieben. Mir ging es seit dem nie mehr gut. (I35)

### 8.3.2 Belastungsreaktionen des Kindes

➤ Etwa 70% der an dieser Studie beteiligten Trennungskinder berichten von Belastungsreaktionen im weiteren Verlauf nach der elterlichen Trennung, die nachfolgend beschrieben sind.

#### Traurigkeit; allgemeines Belastungserleben

➤ Manche Kinder fühlen Traurigkeit, weinen sehr viel und fühlen sich allgemein in ihrem Lebensgefühl beeinträchtigt.

*Dass ich mich immer schlecht gefühlt habe. Ich habe mich immer bedrückt gefühlt und hatte immer Angst, etwas Falsches zu tun. (Hella)*

*Mir wurde von anderen immer gesagt, dass ich rumlaufe wie eine Leiche, dass ich so blass bin und immer so traurig gucke. (Yasmin)*

*Als die Trennung vollzogen war, ich war damals in der 2. Klasse, habe ich nur geheult. (I09)*

*Ich heulte mich fast jede Nacht in den Schlaf. (I10)*

*Ich hab mich alleine gefühlt und der Umzug in den vierten Stock war furchtbar. Meine Katze durfte nicht mit und sie haben sie heimlich ins Tierheim gebracht, als ich in der Schule war. Darüber bin ich heute noch traurig. Ich hatte einen Kirschbaum. Wir haben ihn hinter dem Mietshaus in den Hof gepflanzt. Er ist eingegangen. So hab ich mich auch gefühlt. (I15)*

*Ich fühlte mich verlassen. Ich war traurig darüber, dass meine Mutter irgendwie „versagt“ hat. (I30)*

#### Wut und Hilflosigkeit

➤ Einige Kinder beschreiben in ihrem Gefühlsleben eine Mischung aus Wut und Hilflosigkeit, letztlich also Spannungszustände, die nicht geäußert werden können.

*Wütend und hilflos. Situation nicht verstanden. Neue Umgebung und plötzlich neue Autoritätsperson (neuer Partner Mutter), die nicht angenommen wurde. (I03)*



## Alpträume

- Kinder können vermehrt Angstträume haben, in denen mitunter explizit die Trennungsthematik symbolisiert ist.

*Und was immer in allen Träumen vorkam, war ein schwarzer Hund, der hinter mir her gelaufen ist. Und teilweise wusste ich eben, das ist mein Vater, teilweise nicht, und teilweise waren wir zusammen, aber auf jeden Fall immer durch Häuser, verschachtelte Fenster, Türen, Gänge ... Panik, ... richtig fies. (Manuela)*

*Ich hatte regelmäßig schlimme Alpträume .... (k09)*

## Grübeln, Schuldgefühle, sich um die Eltern sorgen

- Immerhin knapp jedes vierte Kind dieser Stichprobe kann sich daran erinnern, damals zu Grübeleien, Schuldgefühlen („Ich bin schuld an der Trennung“; „Ich lasse dich alleine“) und Sorgen um die Eltern geneigt zu haben („Sie tun mir leid“; finanzielle Situation).

*Wenn ich dann damals abends im Bett gelegen habe, da habe ich mir halt stundenlang Gedanken gemacht, warum und wieso und was wäre wenn und was hätte noch passieren können. Wo man sich wirklich dann zwei Stunden im Bett rumwälzt und sich Gedanken macht: Warum ist es so passiert? Lag es vielleicht an mir? Also Selbstzweifel natürlich auch. Was wäre, wenn es nicht so gekommen wäre? Was können wir jetzt alles haben, was können wir jetzt alles machen? Dann hätte ich wahrscheinlich mein Abitur oder würde jetzt irgendwo ganz anders sitzen vielleicht. (Stefan)*

*Ja, und dann hatte ich so das Gefühl: Ja, jetzt habe ich irgendwie auch noch Schuld an dem ganzen Schlamassel. Also eigentlich, seit ich geboren bin, ist die Ehe bergab gegangen und dass ich irgendwie das Gefühl habe, sie gibt mir dafür auch die Schuld. (Maria)*

*Es war schon so, dass meine Mutter sehr stark an mir hängt, und ich hatte einfach, wenn ich weggefahren bin, immer das Gefühl, ich lasse Mama alleine. Nicht irgendwie, dass ich zu einem Konkurrenten fahre, das Gefühl war nie da, sondern ich lasse Mama alleine. Genau. Was macht Mama eigentlich ohne mich? (Kathrin)*

*Dieses Leiden (des Vaters) konnte ich halt irgendwie nicht ertragen. Er hat mir sicherlich auch irgendwo Leid getan. Ich habe mich auch noch schuldig gefühlt ... und dass ich immer dafür sorgen muss, dass es ihm einigermaßen gut geht. (Hella)*

*Ich dachte immer, dass ich an den Streitereien zwischen meiner Mutter und meinem Stiefvater schuld wäre und wenn es mich nicht gäbe, dann würden sie sich blendend verstehen. (k08)*

*Was blieb, waren Schuldgefühle, dass ich meine Mutter unglücklich mache. (k10)*

*Schuldgefühle hatte ich nur meinem Vater gegenüber, weil ich nicht bei ihm blieb. (I30)*

*Aber es war immer wieder meine Angst, einem von beiden weh zu tun... Recht kurz nach der Trennung stand dann meine Konfirmation an und ich*

*habe mir riesige Gedanken gemacht, ob ich meinen Vater dazu einladen darf oder nicht, habe mich aber nicht getraut danach zu fragen, weil ich meiner Mutter nicht weh tun bzw. sie in eine unangenehme Situation bringen wollte. (k00)*

*Mein Vater war auch zu sehr mit sich selbst beschäftigt, es war das erste und einzige Mal in meinem Leben während der Trennungszeit, dass ich ihn weinen sah. Wir redeten nur über die Veränderungen, wer nun was zu tun hatte. Wir sprachen nie über Gefühle, auch wir nahmen uns nie in den Arm und trauerten zusammen. (k05)*

*Mein Vater tat mir unendlich Leid. Es brach mir das Herz, ihn so traurig zu sehen. Ich weiß nicht, wo mein eigenes Leid war. Bestimmt habe ich selbst auch gelitten. Aber ich kann mich nicht daran erinnern. ... Abgesehen von der Bemerkung, meine Mutter sei eine Hexe, die ich Freundinnen gegenüber gemacht habe, habe ich meinen Ärger jedoch nicht weiter zum Ausdruck gebracht. Im Gegenteil tat meine Mutter mir andererseits auch Leid. Denn mein Vater hatte mir erzählt, dass sie da in Berlin nun nichts habe, keine Wohnung, keine Arbeit... Ich sah sie im Geiste auf einer Holzkiste sitzend, und sie sah traurig und einsam aus. (I36)*

*Wir hatten ihn (Vater) allein gelassen. Ich fühlte mich dafür verantwortlich, dass er immer so einen verlorenen Eindruck machte. Und er hatte soviel Sehnsucht nach uns, das habe ich gespürt, und trotzdem fand ich ihn nervig. (I15)*

*Ich hatte Angst um meinen Vater. Zu seinem Alkoholgenuss (Kornflaschen in Massen) kam Rohypnol. (I29)*

*Irgendwann war er weg und hatte alles mitgenommen, was Geld wert war. Meine Mutter tat mir damals sehr leid. (k04)*

*Ich erinnere mich nur, mir um seine (Vater) Haushaltsdefizite Sorgen zu machen und häkelte ihm Topflappen. (I34)*

### **Ängstlichkeit, Unsicherheit, mangelndes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl**

➤ Manche Kinder fühlen sich tiefgreifend verunsichert oder ängstlich bzw. leiden unter ihrem mangelndem Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl.

*Ich fühlte mich oft missverstanden und nutzlos. (k05)*

*Ich fühlte mich oft so allein und ungerecht behandelt, mein Selbstbewusstsein war ganz weit unten. (k08)*

*Ich hatte furchtbare Angst, allein zu sein. (I10)*

*Ich hatte Angst vor allem und jedem. (I11)*

*Bei meinem Vater spürte ich immer sehr viel Ärger und Unzufriedenheit und ich dachte häufig: ich mache immer alles verkehrt. (I13)*

*Es wurde viel zu viel geschwiegen und das war es, was uns schlussendlich so verängstigt hat. Wir waren zwei sehr unsichere Kinder. Ich war immer sehr unsicher und mit meinem Selbstbewusstsein habe ich heute noch zu kämpfen. (I22)*

*Ich litt, bevor ich zu meiner Mutter zog, regelrecht unter Verfolgungswahn, traute mich nicht mehr in die Stadt, wenn ich nicht ein klares Ziel vor Augen hatte. Ich glaubte, dass ich keine Berechtigung hätte, da zu sein. (I32)*

### **Regression; Selbstregulation von innerer Spannung**

- Einige Kinder entwickeln spannungsregulatorische Aktivitäten wie Daumnuckeln, Jaktationen, Fingernägelkauen u. ä. oder zeigen regressiv gefärbte Verhaltensweisen (Nuckeldecke).

*Ich nuckelte am Daumen, bis ich 10 war. Ich wackelte zum Einschlafen mit dem Kopf hin und her. (I10)*

*Ich habe lange Fingernägel gekaut und am Daumen gelutscht. Daraus leitete ich heute ein hohes Anspannungsniveau ab, was mir damals aber wenig bewusst war. Ich habe mich zeitweilig auch häufig mit Nuckeldecke vor den Fernseher zurück gezogen. (I16)*

*Als Jugendliche habe ich mehrere Jahre lang an meinen Fingerknöcheln gekaut, so dass beide Daumen und beide Zeigefinger monströs aussahen. (I36)*

### **Rückzug, Isolation, Kontaktschwierigkeiten, Wegträumen**

- Ca. 15% der Kinder dieser Stichprobe erinnern sich daran, sich früher sozial eher zurückgezogen, häufig Tagträumen nachgehungen zu haben und unter Kontaktschwierigkeiten litten.

*Davon hatte ich keine Ahnung, ich war sehr zurück gezogen, ein sehr stilles, verträumtes Kind ... Es gibt ja manchmal so Kinder, die sind räuberisch drauf, wir ziehen weg, Mutti, und ich beschütze dich. Das war ich nie. Ich hatte eher meiner Mutter oder meinen Eltern vollkommen überlassen, was sie machen. (Gabi)*

*Ich überlegte zu rebellieren, tat es aber nicht. Ich verkroch mich immer weiter, war mit mir und meinen Gedanken immer alleine. (k05)*

*Habe mich abgekapselt, Aggressionen. Eigene Welt aufgebaut, viel draußen gespielt. (I03)*

*Im Vorschulkindergarten spielte ich oft allein, war apathisch, träumte, dass ich fliegen kann, daran kann ich mich noch sehr gut erinnern. ... Ich saß oft stundenlang apathisch in meinem Zimmer und lebte in meiner Traumwelt. ... Ich fühlte mich niemandem nahe, außer wenn ich verliebt war. Öffnen konnte ich mich nie. (I10)*

*Ich hatte ständig Probleme, mit anderen in Kontakt zu treten in Schule, Familie und bei Bekannten, Verwandten. Ich denke schon, dass es was mit der Trennung zu tun hatte. (I11)*

*Ich habe viel geweint und vor allen Dingen war ich auch im Kindergarten eher zurückgezogen. Ich habe wenige Menschen an mich heran gelassen und vor allen Dingen war ich unglaublich unsicher. (I22)*

*Ich war sehr introvertiert (unfreiwillig). Hatte keine oder wenige Freunde. Kam mit Gruppenverhalten nicht klar. ... Aber das war wegen der Situation vor der Trennung, nicht wegen der Trennung. (massive Elternkonflikte). (I24)*

*Ich war sehr still. Hatte von mir selbst den Eindruck, ich würde stottern. ... Ich habe niemandem vertraut, keinem etwas erzählt. (I29)*

*Im Umgang mit anderen wurde ich misstrauischer. (I30)*

### **Ausgrenzungserleben, Scham**

➤ Neun Kinder haben sich in der Schule bzw. in der Peer-Group geschämt, stigmatisiert und ausgegrenzt gefühlt.

*Also für uns Kinder war es ganz, ganz schlimm, das in der Schule zu erzählen. Wir waren die einzigen in der Klasse, wo die Eltern getrennt waren. Und das war schon sehr unangenehm. ... Ja, wenn man sich mal gestritten hat: du Scheidungskind oder so. Heute ist es, glaube ich, etwas anderes. (Gisela)*

*Ich habe große Probleme im Umgang mit anderen Kindern gehabt, weil ich die Frage nach den Eltern gehasst habe und mich sehr geschämt habe, ein Kind ohne Vater zu sein. (k01)*

*Das war sehr schwierig für mich, vor allem, weil ich Probleme in meiner Schulklasse hatte, so eine Art Mobbing würde man es heute wohl nennen. (k08)*

*Als Kind/Jugendliche habe ich mich rasch ausgeschlossen gefühlt, war empfindsam für Zurückweisungen. (I16)*

*Scham. (I20)*

*Ich würde sagen, dass damals eher die anderen Probleme mit mir hatten und mich ausgrenzten. Allerdings zeigte ich eine gewisse Distanzlosigkeit zu Männern, weil ich unbedingt wieder einen Vater haben wollte. ... Schlimm war für mich damals auch, dass Scheidungskinder noch sehr stigmatisiert waren („Du hast ja keinen Vater“; „typisch Scheidungskind“). (I26)*

*Ich litt sehr darunter, dass mein Nachname anders war als der meiner Mutter, die ihren Mädchennamen wieder angenommen hatte. Und ihr Partner hatte noch einen anderen Namen. In der Schule wurde ich ständig von den Lehrern gefragt, wieso so viele Namen in den Unterlagen stehen. Das fand ich grässlich. (I27)*

*In der Schule habe ich mich zunächst als Scheidungskind geschämt. (I30)*

*Probleme hatte ich vor allem mit anderen Kindern. ich fühlte mich gemieden und wurde es z. T. auch. (I32)*

### **Andere Peer-Group-Probleme**

➤ Einige Trennungskinder fühlen sich von Gleichaltrigen nicht angemessen verstanden, weil sie deren Erfahrungswelt und Alltag so ganz anders gestaltet sehen.

*Alles war furchtbar oberflächlich. Ich hatte häufig Probleme, mich mit anderen Kindern, mit Freunden und in der Schule zu vergleichen, zu messen. Ich verstand nicht, wie sie sich über Dinge wie Frisuren, Jungs und Klamotten Gedanken machen konnten, während ich lernen musste, den Haushalt zu schmeißen und erwachsen zu werden. Ich verstand nicht mal*

*mehr, warum man mit 13 Jahren nicht mal Nudeln alleine kochen konnte. ... Wenn ich Gleichaltrigen versuchte zu erklären, wie ich mich fühlte und wie schlimm die Trennung war/ist, hatten sie kaum Verständnis. Ich erinnere mich daran, dass ich mich immer aufregte, wenn sie über ihre Eltern schimpften, die ja noch zusammen waren. Ich sagte, sie sollen froh darüber sein. (k05)*

*Ich habe viel nachgedacht und war einigen meiner Klassenkameradinnen dadurch wohl auch suspekt. Sie kamen damit nicht klar. Aber ich lernte es, vieles mit mir selbst auszumachen, ohne zu verzweifeln. (l32)*

- Es ist möglich, dass ein Trennungskind Schwierigkeiten in der Kontaktgestaltung zu Gleichaltrigen hat, indem es sich Außenseitern anschließt bzw. sich aus Verlustangst eifersüchtig sehr eng und kontrollierend an eine Freundin bindet.

*Ja, weil das fing irgendwie an, also neue Klasse und da war nur ein Platz frei, wo ich mich hätte hinsetzen können und das war gleich die Außenseiterin der Klasse und mit der habe ich mich befreundet und ich war dann aber auch gleich mit Außenseiterin. (Maria)*

*Als ich in die Schule kam, klettete ich mich an ein bestimmtes Mädchen. Ich war furchtbar eifersüchtig, wenn sie mit jemand anderem spielte, bekam fast Panik vor Verlustangst. (l10)*

### **Auflehnung, Opposition, Aggression, Anschluss an „schwierige Gruppen“**

- Einige Kinder und Jugendliche neigen zu aggressiv-oppositionellen Verhaltensweisen, schließen sich Einzelnen oder Gruppen mit Problemverhalten an oder kapseln sich in aggressiv-trotziger Weise ab. Selten wird von dissozialem Verhalten berichtet.

*In der 5. und 6. Klasse war das ..., und dann habe ich eingefangen, meine ganzen Freunde immer zu schlagen. Ich glaube, ich habe das an denen dann ein Jahr lang ausgelassen. (Yasmin)*

*Diese Haltung habe ich durch grenzwertiges Verhalten untermauert (Kontakte in die Hardrock-Szene, Fundamentalopposition). (k01)*

*Mein Freundeskreis bestand aus Jugendlichen, die auch nur dummes Zeug im Kopf hatten, zum Beispiel kein Bock auf Schule, Rumsaufen, Randalen machen. Im nachhinein betrachtet waren diese Aktivitäten für mich ein Ventil. (l01)*

*Ich verlor den Kontakt zu sämtlichen Jugendlichen, die normal aufgewachsen sind, hatte Kontakt zu Kindern, die aus eher nicht intakten Verhältnissen wie ich kamen. Ich lehnte mich sehr stark auf, allerdings nicht nur scheidungsbedingt. ... War eher als Chaot und Außenseiter bekannt. (l02)*

*Habe mich abgekapselt, Aggressionen. Eigene Welt aufgebaut, viel draußen gespielt (neue Wohnung auf dem Dorf). ... Ja, sowohl im Kindergarten, später Schule, als auch in der Familie. Zunehmende Aggressionen und Abkapselung. (l03)*

*Meiner Mutter gegenüber war ich bockig und unzugänglich, noch schlimmer als vor der Trennung. (l10)*

*War Punk, Popper, Rebell, nahm jeden Trend mit und war doch immer Außenseiter. (I10)*

*Zündelte weiterhin und klaute. (I10)*

## **Drogenkonsum**

➤ Einige Trennungskinder dieser Untersuchung berichten davon, im Jugendalter intensiv Nikotin, Alkohol und Cannabis konsumiert zu haben.

*Unter anderem, da gehe ich mal davon aus, dadurch, dass ich mich eine Zeitlang mit diesen Drogen zugepumpt habe, dass ich mich deswegen vielleicht so gut wie gar nicht an meine Kindheit erinnern kann. Gehe ich mal von aus, dass das vielleicht ein bisschen verbrannt worden ist dadurch. (Bernd)*

*Ja, und ich sage mal, ich habe dann halt quasi meinen Trost im Alkohol gesucht, ganz einfach. ... Damals war es so, dass ich relativ viel geraucht und viel getrunken habe. Und das ist natürlich dann auch auf meine Konzentration angeschlagen. ... Ich bringe es so weit damit in Verbindung, dass mir halt die Aufsicht von zu Hause gefehlt hat, der Druck. (Stefan)*

*Und ich habe dann angefangen zu rauchen, dann habe ich ganz viel getrunken und habe gekiff't. Also ich habe eigentlich alles Mögliche gemacht, um vielleicht auch ein bisschen ihre Aufmerksamkeit zu bekommen, dass sie einmal sagt: „Hey, so geht das nicht.“ (Hella)*

*Im Teenageralter kamen dann Drogen und Alkohol dazu. (I35)*

## **Schulische Leistungs- und Verhaltensprobleme**

➤ Etwa jedes fünfte Kind in dieser Studie berichtet von einem schulischen Leistungsabfall, Zurückstufung, Nichtbestehen des Abiturs u. ä. Als auslösende Faktoren werden Überforderung durch Verantwortung im Haushalt, Motivations- und Konzentrationseinbrüche, Schulschwänzen, mangelnde schulische Begleitung im häuslichen Umfeld, häufige Erkrankungen, Tagträumen und zu geringe Belastbarkeit genannt. Teilweise kommt es zu Störverhalten (Klassenclown) oder Rückzug und Einzelgängertum.

*Und als dieses Bild sozusagen zusammengebrochen war, da ist natürlich für mich die schulische Leistung dementsprechend auch zusammengebrochen.... Ich war wirklich stinkend faul, muss ich ganz ehrlich sagen, jetzt so im Nachhinein. Ich sage mal, der schwärzeste Punkt war dann wirklich, wo ich dann halt die Zulassung zum Abitur nicht gekriegt habe und von da an also quasi arbeitssuchend war und auf einmal nur zu Hause gesessen habe. Das war der absolute Tiefpunkt. (Stefan)*

*Ja, ich bin ja in der achten Klasse wieder zurückgekommen. Ja, und dann in der neunten bin ich schön sitzen geblieben. ... Ja, also Sie können sich ja vorstellen, wenn ich meine Mutter unterstützen musste, das heißt, die war morgens zu schwach, ich hab der einen Kaffee ans Bett gebracht um halb acht oder um sieben oder wann sie dann weg musste. Ich musste sie ständig massieren, ich hab eingekauft, ich hab tapeziert, ich hab mich um meinen Bruder gekümmert. Also ich hab echt viel gemacht. (Karen)*

*Ich habe sehr oft Schule geschwänzt, ich habe auch sehr schlechte Leis-*

*tungen gebracht, fand ich aber eigentlich auch ganz lustig. Ich habe mir einfach keine Mühe gegeben. Ich wollte auch schlecht sein, ich wollte nicht gut sein. Und dann bin ich herunter gegangen auf die Realschule, das wollte ich gerne, auf meinen Wunsch. Und da war ich aber auch ziemlich schlecht, weil ich mich da nicht wohl gefühlt habe. Und weil es mir auch in der Zeit sehr schlecht ging. (Hella)*

*Meine schulischen Leistungen waren damals schlecht. ... Eine Kontrolle meiner schulischen Arbeit fand nicht statt, da meine Mutter berufstätig war und ich mich auch meistens verzogen hatte. (I01)*

*Ich erlebte Schulabsturz vom Gymnasium bis hin zu meinem endgültigen Schulabschluss Hauptschule, mit ach und krach auf der Realschule gemacht. (I02)*

*Als die Trennung vollzogen war, ich war damals in der 2. Klasse, habe ich nur geheult und dadurch bin ich sitzen geblieben und zum Schulpsychologen geschickt worden. (I09)*

*Ich driftete gedanklich einfach zu oft ab, in der Schule, bei den Hausaufgaben. (I10)*

*In den ersten beiden Schuljahren bin ich viel krank gewesen (an die vierzig Fehltage pro Schuljahr) und bin auch oft zu spät in die Schule gekommen. ... Auch beim Wörter lesen hatte ich anfängliche Schwierigkeiten und musste in der ersten Klasse zum Deutschförderunterricht. (I13)*

*Bin in der Schule schlechter geworden, nachher oft gar nicht mehr hingegangen. ... Habe nachher so schlechte Noten gehabt, dass ich sitzen geblieben bin und vom Gymnasium auf die Realschule gewechselt habe. (I17)*

*Meine Noten wurden ziemlich schlecht und einmal war ich auch in der Versetzung gefährdet - ist schlussendlich aber noch gut gegangen. ... Große Schwierigkeiten hatte ich mit der Konzentration. Immer, wenn ich lernte, sind meine Gedanken abgedriftet. Daher fielen auch meine Noten nicht mehr so gut aus! (I22)*

*Ich versuchte auffällig zu sein - war der Klassenclown. (I05)*

*Ich machte den Kasper in der Schule. Jetzt sehe ich Zusammenhänge, als Kind sah ich sie nicht. (I07)*

*Ich war in der Schule immer sehr still, obwohl ich die anderen Kinder und meine Lehrerin sehr mochte. (I13)*

*Ich habe in der Grundschule keinen Anschluss gefunden und wurde dadurch zum Einzelgänger. (I35)*

### **(Psycho-) Somatische Erkrankungen**

➤ Einige Kinder leiden, teilweise über lange Zeit, unter häufigen körperlichen oder eher psychosomatischen Beschwerden oder Erkrankungen, die von den Teilnehmern selbst mit der Belastung durch die Trennung bzw. den darauf folgenden Lebensveränderungen in Zusammenhang gebracht wird.

*Ich bin oft auch krank gewesen. ... Na ja, oder halt Heuschnupfen oder Al-*

*lergie, das glaube ich war schon was, wo ich dann gemerkt habe: Ja, dann kümmert man sich ein bisschen mehr um mich als sonst. (Konnten Sie das genießen ein bisschen?) Wahrscheinlich ja, sonst hätte ich das nicht gemacht. (Maria)*

*Ich habe z. B. auch ganz stark Asthma gehabt als Kind. Was übrigens mit 8 angefangen hat, mit 8, 9 direkt nach der Scheidung. Also meine Homöopathin sagte, das ist so klar, wo das herkommt. Also das hängt wahrscheinlich damit zusammen. (Sonja)*

*In der Schulzeit hatte ich oft diffuse Bauchschmerzen - es war mir schlecht - ich bin deshalb öfters früher von der Schule nach Hause / Internat gegangen. Es kam später eine Blasenentzündung und eine Nierenkolik hinzu. ... Ich fraß meinen Trennungsschmerz in mich hinein und wurde schließlich über die Blase, den Blinddarm und die Nieren krank. (I05)*

*Ich war viel krank, Lungenentzündungen und Pseudokrupp. Der Kinderarzt sagte damals, der Husten sei psychisch bedingt. (I10)*

*Ich konnte dazu gar nichts sagen und reagierte mit psychosomatischen Beschwerden. Ich war im Alter von vier bis neun Jahren sehr viel krank und fiel bei den „Ferien-Verschickungen“ dadurch auf, dass ich nachts immer ins Bett gemacht habe. (I13)*

*Ich weiß nur noch, dass ich ab dann viel krank war - der Rest ist verschüttet. (I35)*

*Ich hatte in regelmäßigen Abständen heftige Rückenschmerzen im Lendenwirbelbereich und konnte mich tagelang vor Schmerzen kaum bewegen. Auch bekam ich häufig Magenkrämpfe, die so stark waren, dass ich nächtelang nicht schlafen konnte und ein Gefühl im Bauch hatte, als hätte ich Wackersteine verschluckt (wie der Wolf im Märchen). (I36)*

### **Depression, dissoziative Wahrnehmungen, Essstörung**

➤ Fünf Kinder dieser Studie bezeichnen in der Rückschau ihren damaligen Zustand als depressiv, es wird von dissoziativen Wahrnehmungen und Essstörungen berichtet.

*Also ich glaube, dass ich auch damals depressiv war, würde ich sagen. Ich habe nur noch geschlafen, ich habe die Schule kaum noch geschafft, ich habe extrem viel getrunken. ... Ja, ich habe überhaupt keine Freude gehabt, gar nichts. Es war halt alles leer. Und ich hatte auch für mich selber das Gefühl, dass ich irgendwie nicht mehr kann. Das war wirklich eine ganz schlimme Zeit, wo ich teilweise dachte, ich kann irgendwie nicht mehr. ... (Hatten Sie auch Suizidgedanken zu dieser Zeit?) Ja. Ich bin damit nicht klargekommen. Also ich habe mich auch einfach von allen verlassen gefühlt. (Hella)*

*Ich kann mich erinnern, dass damals meine außerkörperlichen Erfahrungen begannen. Ich lebte bei meiner Mutter, sah mich durch die Wohnung gehen, sah mich spielen, empfand mich selbst aber nicht. Ich denke, ich habe meine Gefühle nach dem Trennungsschock komplett abgeschaltet. Ich erinnere mich nur an ein Gefühl der Lähmung, der Ohnmacht. ... Ich empfand Ohnmacht, sonst war ich eher empfindungslos, verarbeiten konnte ich das alles nicht. ... Mich berührte kaum etwas. Mit 12 Jahren*



*drohte ich meiner Mutter das erste Mal mit Selbstmord. (I10)*

*Das war der absolute Tiefpunkt. Das muss ich ganz ehrlich sagen, zu der Zeit habe ich rund 108 kg gewogen ... also ich bin wirklich auseinander gegangen wie ein Hefekloß. (Stefan)*

*Von 15-25 hatte ich Bulimie. (I10)*

*Dafür (Unterhaltsstreit) habe ich dann die „Schuld“ bekommen, was ich mit Essstörungen in Form von Bulimie-Attacken beantwortete. Im Alter von 16- 18 Jahren fand ich dann meine ganze Lebenssituation irgendwie nur noch zum „Kotzen“. (I13)*

*Ich wurde magersüchtig (bin es bis heute). Wirkliche Hilfe habe ich nicht erfahren. (I35)*

### **Frühere Therapien des Kindes**

➤ Jedes zehnte Kind der Stichprobe berichtet von früheren Behandlungen durch Psychotherapie oder verwandten Verfahren.

*Eine Behandlung im klassischen Sinne erhielt ich nicht. Ein Pater hat mich zum autogenen Training geführt, was mir sehr geholfen hatte. (I05)*

*Meiner Mutter ging auf Grund der Empfehlung der Schule mit mir zum Kinderpsychiater und der hat mit mir Tests gemacht und viele Gespräche geführt. Ich erinnere mich an diesen Mann und sein Wartezimmer, aber an die Gespräche leider nicht. Ich denke, dass es mir geholfen hat, zumindest am Anfang. (I09)*

*Meine Mutter verbot mir nach der Trennung, also schon mit 4 Jahren, weiterhin Papa zu meinem Vater zu sagen, ich musste ihn in ihrer Gegenwart bei seinem Vornamen nennen. Mein Vater hatte an den Wochenenden manchmal Frauen da, die er mir als neue Mama vorstellte. Ich fing dann an, jeden neuen Partner der beiden mit Mama und Papa anzureden, daher musste ich einige Zeit zum Kinderpsychologen. Der sagte, ich hätte den Bezug verloren zu den Elternbildern oder so ähnlich. Kann mich nicht erinnern, ob es geholfen hat. Dazu hätten sich wohl eher meine Eltern in ihrem Verhalten ändern müssen. (I10)*

*Mit 14 habe ich Hasch geraucht (ein Mal). Es ist mir nicht gut bekommen und ich hatte danach Angstzustände. Die Angstzustände kamen immer mal wieder. Ich habe nie wieder Drogen genommen, aber das war wohl auch nicht das Problem. Für zehn Sitzungen war ich an der Uni-Klinik bei einem Jugendpsychologen. Das war sehr hilfreich. Ich habe mit 19 Jahren eine Psychoanalyse gemacht (über zwei Jahre, zweimal die Woche). Ob das hilfreich war? Heute denke ich, dass eine Verhaltenstherapie für so junge Leute vielleicht besser ist, als das ganze Leben durchzukauen. Es ändert ja letztlich nichts an den Erfahrungen. (I15)*

*Nachdem ich zu meiner Mutter zog (10. Klasse), bin ich einige Zeit zu einer Psychologin gegangen. Vorrangig wegen dem Verhältnis zu meinem Stiefbruder, das ich nicht einordnen konnte und manch einer wohl mit sexuellen Missbrauch bezeichnet hätte, ich aber nicht ganz so negativ erlebt hatte. Ich hatte mehr Probleme mit meiner Stiefmutter gehabt und das musste geklärt werden. Aber das Verhältnis meiner Eltern kam nie zur Sprache und hatte ich auch gut verdrängt. Nach etwa 10 Terminen sagte*

*die Psychologin, dass ich es wohl auch alleine schaffe. So fühlte ich mich auch. (I32)*

*Meine Mutter ging mit mir irgendwann zur Erziehungsberatung, auch Heimunterbringung stand zur Debatte. Ich wurde magersüchtig (bin es bis heute). Wirkliche Hilfe habe ich nicht erfahren. (I35)*

➤ Eine Teilnehmerin lehnte damals wie heute jede psychotherapeutische Hilfe „kategorisch“ ab.

*Nein, ich lehnte psychologische Betreuung kategorisch ab und tue dies noch heute. (I34)*

### 8.3.3 Das Kind im Konfliktfeld der Eltern

Etwa jedes zweite Kind dieser Studie äußert sich über Konflikte zwischen seinen Eltern nach deren Trennung. Zunächst sollen die prägnantesten diesbezüglichen Erinnerungen vorgestellt werden, sodann besondere Bewältigungsstrategien, kindliche Gefühle und subjektive Erklärungsmodelle benannt und schließlich auf spezielle Konstellationen der Funktionalisierung des Kindes im elterlichen Konfliktfeld eingegangen werden.

#### 8.3.3.1 Inhalt und Struktur der Konflikte

##### Das Kind erlebt kein Konfliktgeschehen

➤ Einigen Kindern ist ein elterliches Konfliktgeschehen im weiteren Verlauf unbekannt, weil entweder der Kontakt zwischen den Eltern vollständig abgebrochen ist oder es diesen gelingt, Absprachen auf der Elternebene ohne Einbeziehung des Kindes zu treffen und einzuhalten.

*Habe nach der Trennung nie wieder einen direkten Kontakt zwischen Mutter und Vater erlebt. (I03)*

*Ich habe überhaupt nichts mitbekommen, da meine Mutter scheinbar keinen Kontakt mehr zu meinem Vater (in der Türkei) hatte. (I07)*

*Ansonsten gingen sie sich aus dem Weg. Die räumliche Trennung mit ca. 80 km tat das ihrige. Durch den konsequenten Schnitt bei der Aufteilung in Vaterwelt und Mutterwelt, zuzüglich der Internatswelt, gab es keine offensichtlichen Reibungsflächen. Die Besuchswochenenden wurden, ohne dass ich es mitbekam, vereinbart. Evtl. daraus entstehender Stress ging an mir spurlos vorüber. (I05)*

##### Meine Eltern haben sich gegenseitig respektiert

➤ Einige Kinder berichten davon, dass die Eltern sich respektvoll behandeln bzw. sich übereinander in Anwesenheit des Kindes nicht negativ geäußert haben. Gisela bewertet dies in der Rückschau als für sich selbst sehr positiv und würdigt diese Leistung der Eltern.

*Meine Eltern sind sehr gut miteinander umgegangen. ... Wahrscheinlich auch unseretwegen. Man hatte das Gefühl, dass das echt ist. Sie haben*

*sich mit einem Kuss begrüßt und verabschiedet. Auch bei der Scheidung haben sie noch miteinander gelacht. ... Das war eigentlich sehr, sehr schön. ... Ich glaube, dass meine Eltern so fair und liebevoll miteinander umgegangen sind, das war, glaube ich, das Entscheidende. ... Also was bewundernswert war ... mein Vater war schon sehr erschüttert, als meine Mutter ihn verlassen hat. Aber er hat nie ein böses Wort über sie geredet. ... Wenn ich mir vorstelle, dass es anders gewesen wäre. Dann wäre es mit Sicherheit viel schlimmer gewesen. (Gisela)*

*Meine Eltern haben kaum über den anderen gesprochen und wenn, dann nichts Schlechtes. (116)*

*Habe über meinen Vater zum Teil von meiner Mutter, aber auch von meinen Großeltern gehört. Sie haben sich ausgewogen über ihn geäußert. (120)*

*Bei meinem Vater habe ich als Kind nicht mitbekommen, was er von meiner Mutter hält. Negative Äußerungen erfolgten erst, als ich jugendlich war und dann auch nur auf direkte Nachfrage. Meine Mutter hat sich auch nicht negativ über meinen Vater geäußert, als ich noch klein war. Einige Anekdoten, dass sie z.B. Haushaltsgeld zugeteilt bekommen hatte, Papa geizig war etc. folgten dann später, aus denen ich negative Gefühle über die Ehe ableiten konnte. Insgesamt hatte ich aber immer das Gefühl, dass sie Papa hoch schätzte und respektierte. (127)*

### **Verständnis für Verfehlungen des anderen Elternteils**

➤ Einigen Elternteilen ist es möglich, die Verhaltensschwächen des anderen dem Kind so zu erklären, dass Verständnis hierfür entsteht, ohne dessen Person insgesamt abzuwerten.

*Das war erst das Verständnis, was meine Mutter in mir aufgebaut hat. Sie sagte immer, dein Vater ist wirklich krank und das muss man verstehen, er ist vom Alkohol abhängig. Und immer wenn sozusagen die Krankheit in ihm ist, dann spricht er so. Ich freue mich immer auf diese (anderen) Momente, sagte sie dann auch, das ist der Vater, den ich liebe. (Gabi)*

### **Keine direkte Abwertung – ich wusste aber, was jeder dachte**

➤ Einige Kinder erinnern sich, dass es zwar früher nicht zu expliziten Abwertungen des anderen Elternteils gekommen ist, jedoch die diesbezüglich ablehnende Haltung vom Kind wahrgenommen werden konnte.

*Sie hat nie in meiner Gegenwart schlecht von meinem Vater gesprochen, aber ich wusste, was sie dachte. (109)*

### **Wechsel zwischen Konflikt und Kooperation**

➤ Auch lange nach der Trennung ist es möglich, dass ein Kind Phasen der elterlichen Kooperation erlebt, bis hin zum gemeinsamen Feiern von Familienfesten, die dann wieder von Zeiten der Konfliktspannung abgelöst werden.

*Die waren ja auch immer wieder gut zusammen. Wir haben auch zusammen Weihnachten gefeiert. ... Also ich habe alles mitbekommen, die haben alles mit mir ausgetragen. Da gab es eigentlich wenig, was passiert*

*ist, was ich nicht weiß. Es gab halt immer Zeiten, da war es gut und dann gab es Zeiten, da war es schlecht. Dann gab es Zeiten, da ist Papa mit hoch gegangen, wenn er mich geholt oder zurück gebracht hat. Dann gab es lange Zeiten, da ist er nicht mit hoch gekommen. (Julia)*

### **Schlecht über den anderen gesprochen und abgewertet**

➤ Häufiger kommt es zu massiven Abwertungen des anderen Elternteils im Beisein des Kindes. Eine extreme Form ist das „Pathologisieren“ des anderen als psychisch krank im weitesten Sinne (Maria, Kathrin). Eine subtile, eher implizite Abwertung liegt in der Drohung gegenüber dem Kind während eines Konflikts, dieses zum anderen Elternteil zu bringen (I17).

*Ach, ich war da meistens ganz schön hin und her gerissen. ... Also ich war häufig nur mit dem einen oder mit dem anderen zusammen. Ich erinnere mich, dass sie, auch schon während sie noch verheiratet waren, nicht gut über einander geredet haben. ... Also auch, dass mein Vater denn gesagt hat, ja deine Mutter und so ... und umgekehrt aber auch. ... Dass ich mich denn einfach auch häufig sehr schuldig gefühlt habe, weil ich dachte so: Mensch, na ja, ich mag den anderen auch in dem Fall. Und das fand ich dann eben immer nicht gut. Und denn wusste ich immer gar nicht, was ich machen sollte. (Sonja)*

*Und zu der Zeit, wenn ich dann bei meiner Mutter war, war das dann auch so, dass dann immer über meinen Vater gelästert wurde. Und dann auch genau das Gleiche sozusagen. Na ja, ein bisschen anders, also er war nicht der Verräter, aber er war einfach in Richtung verrückt oder krank oder nicht ganz dicht. ... Es wurden dann immer irgendwelche Geschichten erzählt, wann er sich wann komisch verhalten hat. (Maria)*

*Also er hat es nicht ständig gemacht, aber es kam immer wieder vor. ... Dass eigentlich meine Mutter daran Schuld ist, dass sie sich getrennt haben, weil sie hysterisch ist, und weil sie jetzt Stress machen will. ... Also er hat einfach schlecht über sie geredet. Schon in einfachen Sätzen, sehr plump, aber auch sehr ordinär. Wenn er böse wird, da wird er einfach ordinär. Das ist so leider. (Kathrin)*

*Obwohl im gleichen Zug wusste ich ja, dass er ihr ganz Schlechtes tut in Anführungsstrichen. Er hat ja immer schlecht über sie bei mir geredet. Was ich natürlich meiner Mutter weiter getragen hab, muss ich sagen. Also ich hab relativ viel weiter getragen. (Julia)*

*Je älter ich vor allem wurde, dann war er immer offener und meinte: Mutter ist eine richtige Schlampe und auf der Arbeit hat sie wahrscheinlich da Bekanntschaften und wahrscheinlich trinkt sie auch genau so und ... spielt dir die Heilige vor. (Gabi)*

*Nach der Trennung haben beide übereinander gelästert. Uns Kindern immer wieder erzählt, wie schlecht der Andere doch ist. (k15)*

*Meine Mutter fand, dass mein Vater ein schlechter Mensch war. Sie hat öfters über ihn geschimpft. (I07)*

*Machtkämpfe ohne Ende, keiner wollte dem anderen recht geben. Jeder hat schlecht über den anderen geredet. (I11)*

*Meine Mutter hat uns immer nur im Streit „gedroht“, uns zu unserem Vater*

zu bringen. (I17)

*Meine Mutter sagte, mein Vater ist ein Säufer und ein Choleriker, er quält dich und macht deine Sachen kaputt und wenn ich groß bin, dann erzählt sie mir mal „alles“, das würde ich noch nicht verstehen. ... Mein Vater beschwerte sich über die Unselbständigkeit meiner Mutter und dass sie nur rumjammert ... . Darüber konnte er sich aufregen. (I18)*

*Oft haben sie negativ voneinander gesprochen. Jetzt würden sie es wahrscheinlich abstreiten. Aber lange Jahre hatte mein Vater wenig gute Worte für meine Mutter übrig und ich habe immer einen gewissen Spott verspürt. (I28)*

*Meine Mutter äußerte sich nie negativ über meinen Vater. Mein Vater dagegen trug seinen Hass für meine Mutter über uns Kinder aus. Er beschimpfte in unserer Situation genau die Menschen die ich am liebsten hatte „ Deine Mutter, die Hure...“ „Deine Oma, die Schlampe...“ Ich war durcheinander, verstand die Welt nicht mehr und ihn sowieso nicht. ... Ich fühlte mich überlastet mit seinem Hass. Bei meinem Vater fühlte ich mich unwohl, ängstlich und sprachlos, weil er cholerisch über meine Mutter schimpfte. (I30)*

*Ich hatte immer das Gefühl, dass sie sich sehr geliebt hatten und das dies in Groll umgewandelt wurde, als sie keinen Weg, fanden, über ihre Probleme zu reden. Bei meiner Mutter ist eine große Verbitterung daraus erwachsen. Papa ist einfach nur traurig darüber. ... Mamas Bemerkungen wurden im Laufe der Jahre immer bissiger und unfreundlicher. (I32)*

### **Handgreiflichkeiten; Gewalt**

➤ Einige Kinder müssen unmittelbar körperliche Gewalt zwischen ihren Eltern auch noch nach deren räumlicher Trennung miterleben. Dies stellt eine der am stärksten auf ein Kind einwirkende Grenzverletzung dar, die sich nicht selten außerordentlich belastend auf die Beziehung zu dem jeweils als Aggressor erlebten Elternteil auswirkt.

*Ich weiß nur, dass eine Person mit einer Zigarette, also ich hab dieses Schwarze und dann dieses Glühen vor Augen, auf uns zu kam und dann weiß ich halt nur, dass sich da zwei gekloppt haben und das mit einem Messer irgendwas lief und das war tatsächlich mein Vater, der uns aufgelauert hat und J. bedroht hat. ... (Ich hab) totale Panik bekommen und nicht verstanden, was das ist. ... Bis dann irgendwie J. kam und ihn da wohl erst mal so versucht hat rauszuboxen und mein Vater ihm dann gedroht hat und dann kam irgendwann die Polizei. (Seufzt) Und das war schon ganz, ganz schlimm. (Manuela)*

*Nun sind es natürlich in den Erinnerungen nur einzelne Abende, die in meinem Kopf geblieben sind, wo die Tür eingetreten worden ist oder wie meine Mutter zusammen geschlagen am Boden liegt und das von meinem Vater. Also es ist unglaubliches Gefühl, wenn er so in diese Wohnung (eindringt), die eigentlich Schutz bietet, ein Zuhause ist, wenn der Vater, der ja eigentlich meine Mutter liebt und mich auch, dahin kommt und meine Mutter so zu Boden schlägt. (Gabi)*

*Er ist zu uns gekommen und hat uns Kinder aus der Wohnung zerren wollen. Mein Stiefvater hat ihn rausgeschmissen. Mein Vater hat die Türe ein-*

*eingetreten, sich mit meinen Stiefvater geschlagen, meine Tante hat die Polizei gerufen, mein Vater hat Hausverbot bekommen. Einige Stunden saß er noch im Auto vor dem Haus. Dann ist er gefahren. (k15)*

### **Konfliktpunkt: Sorgerecht**

➤ Manche Kinder sind über Jahre hinweg mit einem Streit der Eltern über den zukünftigen Lebensmittelpunkt konfrontiert.

*Von meinem 4.-8. Lebensjahr bekam ich sehr viel vom Scheidungskrieg meiner Eltern mit. Mein Vater kämpfte verzweifelt ums Sorgerecht, bis ich ca. 10 und er hoch verschuldet war. (I10)*

### **Konfliktpunkt: Geld**

➤ Häufiger berichten Trennungskinder darüber, dass der elterliche Konflikt sich auf finanzielle Themen richtet. Dabei geht es in der Regel im Unterhaltsfragen oder den Streit über die Aufteilung gemeinsamer Vermögenswerte. Da die materielle Existenzsicherung unmittelbar auf die Alltagsgestaltung Einfluss hat, werden Kinder nicht selten unmittelbar in dieses Konfliktgeschehen einbezogen und verzogen sich diesbezüglich zu positionieren.

*Grundsätzlich wurde schlecht über den anderen gesprochen. Ja, wie meine Mutter jetzt schlecht gesprochen hat, das weiß ich nicht mehr so 100-prozentig, aber ich glaub, das war halt auch irgendwie immer so in dem Dreh, dass er genug Geld hat und nichts abgeben will. Und mein Vater hat dann eher auf dieser anderen Schiene schlecht über meine Mutter geredet, dass die halt nur Geld haben will. (Bernd)*

*Meine Mutter wollte immer das Reihenhaus zu Geld machen, aber da sie selber immer wieder in das Haus zurückkehrte, wenn sie mit ihrem neuen Partner zerstritten war, versäumte sie, dieses gerichtlich einzufordern. ... Dieses war zu der Zeit Bestandteil jedes Streitgespräches zwischen meinem Vater und meiner Mutter. (I01)*

*Es gab häufiger Konflikte über die Unterhaltszahlungen. Mein Vater vergaß immer, meiner Mutter den Scheck zu geben und sie musste dann hinter ihm herlaufen, wenn er bei uns war, um ihn zu erinnern. Ich war deswegen sauer auf meinen Vater. Ich hätte ihm gerne gesagt, dass er nicht so blöd zu meiner Mutter sein soll. (I15)*

*Es ging meistens nur ums Geld. Wie viel Unterhalt etc. Meine Mutter hat uns sehr mit hinein gezogen, hätte mir gewünscht, dass sie nicht uns als Vertrauensperson nimmt, sondern einen neutralen Erwachsenen. ... Hatte das Gefühl, dass wir vielleicht irgendwann mal nichts mehr zu essen und zu trinken kaufen können, weil mein Vater keinen Unterhalt zahlen will. Jedenfalls nicht genug. (I17)*

*Der einzige Konflikt schien materieller Art zu sein. Meine Mutter sagte, der Vater zahlt keinen Unterhalt und das Haus wird auch nicht mehr bezahlt. Ich hatte keine Einflussmöglichkeit und vertraute auf meine Mutter. (I18)*

*Direkt ausgetragene Konflikte gab es nicht. Mein Vater hat nie freiwillig seinen Unterhalt bezahlt, so waren wir oft beim Rechtsanwalt und es wurde über den Anwalt über das Geld gestritten. Wenn ich einen materiellen*

*Wunsch hatte, hat meine Mutter immer in so einem abfälligen Ton gesagt: „Du kannst ja mal deinen Vater fragen, der hat schließlich mehr Geld.“ ... Ich habe mitbekommen, dass mein Vater böse ist, weil er uns nicht das Geld bezahlt, worauf wir ein Recht haben. Das wurde immer sehr betont, dass er uns noch nicht einmal das bezahlt, was uns per Gesetz zusteht. ... Meine Mutter war sauer, dass mein Vater nicht bezahlt hat und mein Vater war der Meinung, dass wir Parasiten wären und es nur auf sein Geld abgesehen hätten. (I23)*

*Auch ging es ständig ums Geld. Mein Vater ließ keine Gelegenheit aus mir zu erzählen, wie habgierig meine Mutter doch sei und dass ich ja aufpassen solle, dass sie mir auch nichts vorenthält. Meine Mutter dagegen beschwerte sich ständig bei mir darüber, dass mein Vater mit dem Unterhalt, den sie ihm überwies, nicht verantwortungsvoll umgehe und das Geld für Blödsinn ausgabe, statt mir z. B. regelmäßig Taschengeld zu geben. ... Für mich war es sehr schlimm, ständig von einem Elternteil hören, wie schlecht doch der andere sei. (I36)*

### **Konfliktpunkt: Der neue Partner des anderen Elternteils**

- Neue Partner der Elternteile können im elterlichen Konfliktfeld ein persistierendes Thema sein.

*Zeitweise wurde meiner Mutter vorgeworfen, meinen Vater zu belästigen. bzw. Telefonterror zu machen. Außerdem war die Abneigung gegen die neue Lebensgefährtin häufig Thema. (I02)*

*Im Großen und Ganzen hielt sich Mama Papa gegenüber und umgekehrt zurück (wenn es nicht ums Geld ging). Der Buhmann war für sie die neue Ehefrau. (I32)*

### **Konfliktpunkt: Du kümmerst dich nicht richtig um die Kinder**

- Ebenfalls können Vorwürfe, der andere Elternteil kümmere sich nicht ausreichend um die Kinder, die Konfliktdynamik bestimmen.

*Meine Mutter wollte immer, dass sich mein Vater mehr für uns Kinder interessiert. Sie hat sich häufig darüber beklagt, dass er sich nicht an der „direkten“ Versorgung beteiligt. Im Vordergrund stand für meinen Vater „Geld zu verdienen“, um damit unseren Lebensunterhalt zu sichern. Er wollte immer, dass meine Mutter für uns das Essen kocht und war unzufrieden, wenn sie aus einem „Imbiss“ etwas „Teures“ kaufte. (I13)*

*Außerdem meinte er immer, sie würde nicht oft genug mit uns zum Arzt gehen, dabei stimmte das gar nicht. (I15)*

### **Konfliktpunkt: Festtage**

- Das Begehen wichtiger Festtage für das Kind und die damit zusammenhängende Frage, welcher der Elternteile diese mit dem Kind verlebt bzw. ob es möglich ist, dass beide z. B. bei der Konfirmation anwesend sind, sind ebenfalls wiederkehrende Konfliktthemen.

*Das einzige, was ich schon immer blöd fand, war, dass mein Vater nicht zu meinen Geburtstagen kam, was an der Situation zwischen meinen Eltern lag, sie reden kein Wort miteinander. ... An meiner Konfirmation nahm*

*mein Vater ebenfalls nicht teil, auch nicht meine Verwandten vtl., meine Mutter wollte es nicht und ließ nicht mit sich reden, mein Stiefvater hätte nichts dagegen gehabt. (k08)*

*Konflikte nach der Trennung sind mir nicht bewusst. Bei meiner Firmung waren beide Elternteile anwesend. Ich habe es nicht als unangenehm empfunden. Mein Vater bemühte sich allerdings nicht, an diesem Tag an meiner Seite zu stehen. Er ließ meiner Mutter den Vortritt. (l05)*

### 8.3.3.2 Kindliche Reaktionen und Bewältigungsstrategien

Wie reagieren Kinder auf das Erleben elterlicher Konflikte? Welche Möglichkeiten der Bewältigung suchen sie? Die Kinder erleben diejenigen Menschen, die für sie am wichtigsten auf der Welt sind, in einem Verhalten, welches in einem krassen Gegensatz zu den Regeln des Miteinanders steht, welche das Kind von genau diesen Menschen gelernt hat. Das Erleben von elterlichen Konflikten wird von einem Kind oft als unkontrollierbarer Einbruch in seine existentielle Sicherheit erlebt, die nachvollziehbar am häufigsten genannte Belastungsreaktion ist Angst. Das Entsetzen kann so tiefgreifend sein, dass das Kind den Wunsch entwickelt, *ich wäre lieber tot oder dass ich nicht mehr da sein möchte*. Weiterhin wird von Hilflosigkeit, Machtlosigkeit, Traurigkeit, Weinen und Schock berichtet, Gefühlen der Verwirrung, des Vertrauenseinbruchs und dem Empfinden einer Grenzverletzung.

#### Angst, Panik, den Boden verlieren

➤ Angesichts elterlicher Konflikte kann ein Kind mit massiver Angst, Panik und dem Gefühl reagieren, Vertrauen und Sicherheit zu verlieren.

*Also wenn ich solche Momente erlebt habe (Tätlichkeiten des Vaters gegenüber der Mutter), dann war das sehr ... man verliert so den Boden. Weil die Menschen, die sich ja eigentlich lieben und die ja einem so alles geben, also vor allem dieses Beschützen, die verstehen sich nicht und als kleines Kind versteht man dann, ganz banal gesagt, die Welt nicht mehr. ... Ja, man fühlt sich wirklich, kann man sagen, bodenlos. ... Der Tag, die Regelmäßigkeit oder dieses Vertrauen, das ist weg. Man ist einfach da und hat Angst und hört sich das aber einfach auch nur an. Das, was man mitkriegt, kriegt man mit und es existiert auch nur das. Ich konnte nie meiner Mutter oder meinem Vater sagen: Warum streitet ihr euch. ... Das ist eine Bedrohung, weil man weiß dann nicht damit umzugehen. ... Man hat nur einfach Angst. Man ist da, man steht da, man sitzt da und es gibt nur diese Situation. (Gabi)*

*Und dann habe ich nur meine Mutter gesehen, wie sie da rumfuchtelte, in ihre Augen geguckt. Ich hab gedacht: Jetzt passiert irgendwas ganz Schreckliches! ... Und mein Handlungsimpuls, als mein Vater an die Tür geklopft hat und mir erklärt hat, dass alles in Ordnung ist, ich soll mal wieder raus kommen, weiß ich noch, also dermaßen geschluchzt und geweint und aber fast schon hysterisch. Und hab immer gesagt, er soll jetzt da verschwinden. (Manuela)*



*Bei meinem Vater hing ein Besuchszeitenplan, den er minutiös führte. Bei jedem Besuch erklärte er mir, wie viele Std./Min. uns noch zustünden und dass er das durchkriege, egal wie. Ich spürte dabei seine Angst vor meiner Mutter und bekam selber Angst. Es machte mir auch Angst, dass er mir in solchen Momenten schwach vorkam und nicht mehr mein starker, alleskönnender Papa war. Ich wünschte mir, das nicht mitzubekommen, es bereitete mir mulmige Gefühle, in so was einbezogen zu werden. (I10)*

*Die Situation war entsetzlich, ein totaler Schock. Ich wollte, dass mein Vater aufhört. (I27)*

*Prügeln, Schubsen und Brüllen des Vaters bereiteten mir große Angst. (I30)*

### **Belastung, Überforderung, Hilflosigkeit, wie gelähmt sein, Suizidgedanken**

➤ Konfrontiert mit elterlichen Konflikten kann ein Kind umfassende Belastungs- und Hilflosigkeitsgefühle entwickeln, bis hin zu dem Wunsch, nicht mehr da zu sein, tot sein zu wollen, vor ein Auto laufen wollen o. ä.

*Und da konnte ich wirklich nicht mehr, es war grausig. ... Also da wäre ich manchmal gerne aus dem Fenster gesprungen oder vor das Auto gelaufen oder sonst irgendwas. Da konnte ich nicht mehr. ... Da war das alles, was da vorher war, harmlos gegen die Zeit. ... Ich habe sogar mal einen Abschiedsbrief geschrieben. ... Doch, manchmal habe ich gesagt: Es geht nicht mehr. Dann wurde ich angeschrien, dass ich mich nicht so anstellen soll, und wenn die beiden dann so aufgeladen waren, das war dann wahrscheinlich immer in den falschen Situationen dann, wo ich dann ankam. (Yasmin)*

*Na ja, das ist natürlich sehr hin und her gerissen das Gefühl gewesen. ... und das war dann auch so der Punkt, wo denn die letzten Züge der Scheidung quasi auch über den Rücken von uns Kindern ausgetragen wurde, ... ich habe ja immer die beiden Seiten gehört. ... Und deswegen habe ich natürlich versucht, selber abzuwägen, was natürlich nicht ganz einfach war in dem Moment, was jetzt wirklich wahr ist und was falsch ist. Und das war natürlich für mich eine Situation oder eine Aufgabe, mit der ich total überfordert war, ... wo ich nicht so ganz mit klargekommen bin und die mich halt selber auch irgendwo aufgeessen hat. (Stefan)*

*Ja, natürlich habe ich da drunter gelitten, also ich glaub nicht, dass es ein Kind geben würde, was nicht da runter leidet. (Bernd)*

*Ich lag schon im Bett und es gab einen furchtbaren Krach und Lärm, dann habe ich mitbekommen, dass er meine Mutter schlug. Ich weiß nicht, wie ich mich verhalten habe, ich weiß nur, dass ich auch Haue bekam und dass ich wie paralysiert war und furchtbare Angst hatte. (I07)*

*Beide haben sich angeschrien, mit Gegenständen geschmissen, damals sagte ich: ich wäre lieber tot. Verlustangst - hab ich heute noch, hätte lieber eine andere Familie gehabt. (I11)*

*Hatte große Angst, weil wie ich mich erinnere, dass die Konflikte auch irgendwann handgreiflich wurden. Ich hätte mir natürlich gewünscht, dass sie sich nicht mehr streiten. Manchmal hatte ich das Gefühl, dass ich nicht mehr da sein möchte. (I17)*

*Abends, wenn wir im Bett lagen und noch nicht schliefen, hörten wir das Geschrei der Eltern. Ich konnte mich mit meinem Bruder damals nicht austauschen, weil ihn das nicht zu interessieren schien. Ich lag dann im Bett und habe mich in den Schlaf geweint, ganz leise unter der Bettdecke. (118)*

*In meiner Erinnerung war das alles einfach nur leer. Ich wollte nie was sagen oder tun. Ich wollte einfach nur, dass das nicht so ist. Aber nicht mit konkreten Worten oder Handlungen. ... Ich war entsetzt, fühlte mich ungerecht behandelt und wusste mal wieder nicht, was ich darauf sagen, machen sollte. (123)*

### **Loyalitätskonflikt, niemandem weh tun, in Schutz nehmen**

➤ Wenn Kinder mit elterlichen Konflikten oder gegenseitigen Abwertungen konfrontiert sind, können sie mit Loyalitätskonflikten reagieren und den Impuls haben, niemandem weh tun zu wollen oder den angegriffenen Elternteil in Schutz zu nehmen.

*Ja, also ich habe ihr dann immer gesagt, dass ich gar nicht so gerne zu ihm gehe, sondern dass ich es halt eher mache, weil er mir leid tut irgendwie. ... Damit konnte sie dann besser umgehen. Und dann hatte ich wieder im Kopf ein schlechtes Gewissen gegenüber dem Vater, was ich halt so über ihn rede irgendwie, als ich ihn dann gesehen habe. (Hella)*

*Weil ich habe denen auch gegenseitig nicht erzählt, was sie über den anderen gesagt haben. ... Ich hätte nie denen irgendetwas gesagt, was sie verletzt würde. Und wenn, dann habe ich das erst einmal schön umformuliert, dass es sich wenigstens nett anhört. (Hella)*

*Meine Mutter war die Böse und mein Vater der Gute. Das machte es uns wirklich nicht leichter, denn man stand grundsätzlich immer zwischen den beiden und wollte vor allen Dingen seinen Vater nicht unglücklich machen. ... Man hat immer gespürt, dass mein Vater meine Mutter verachtet, dass er sie förmlich hasst. ... Man fühlte sich schlecht, wenn man Zeit mit ihr verbracht hat. Eben immer zwischen den Stühlen! (122)*

*Beide gaben einander die Schuld an dem Disput und versuchten, mich auf ihre Seite zu ziehen. Ich war hin und her gerissen, zu wem ich in dieser Situation halten sollte. Am liebsten hätte ich beiden gesagt, dass sie aufhören sollen und ich beide liebe. (126)*

*Gefühlt habe ich mich schlecht, wenn mein Vater durchblicken ließ, wie wenig er noch für meine Mutter übrig hatte. Ich hatte dann immer das Bedürfnis, sie in Schutz zu nehmen. (128)*

*Meine Mutter hat mir erklärt, dass mein Vater seinen Lohn (damals gab es den noch wöchentlich in der Lohntüte) immer in die Kneipe getragen hat und sie wusste nicht, wovon sie uns ernähren sollte. Ich fand das nicht schlimm, manchmal nahm er mich ja mit und in der Kneipe war es immer aufregend. Ich habe meinen Vater immer erbittert gegen meine Mum verteidigt. (135)*

*Meine Mutter hat mit uns über unseren Vater gesprochen. Sie hat ihn sehr schlecht gemacht, war verbittert und enttäuscht. Gleichzeitig war mir klar, dass sie uns damit nur ihren Neuen schmackhafter machen wollte. Ich habe meinen Vater immer verteidigt. (137)*

## Schlechtes Gewissen, Schuld- und Schamgefühle

- Das Einbezogenwerden in elterliche Konflikte führt bei manchen Kindern zu einem schlechten Gewissen, Schuld- und Schamgefühlen

*Und das Problem war ja auch, dass wenn man das Thema wirklich mal angesprochen hat, kam eigentlich immer nur etwas Negatives über den anderen. Und das war natürlich nicht die Unterstützung, die man dann in der Situation gebraucht hätte. ... Da hat man dann natürlich die Schuld, die der eine Elternteil über den anderen erzählt, weil man die sich dann selber natürlich auch mit aufbürdet, um das selber auch zu verarbeiten. (Stefan)*

*Ich fühlte mich in diesen Situationen hilflos und hatte ein schlechtes Gewissen. (I01)*

*Dann rief meine Mutter meinen Vater an und motzte ihn voll, was er alles falsch gemacht habe, nicht dürfe usw. In solchen Situationen fühlte ich mich außen vor, unwichtig, hatte eine Art Schuldgefühl / Peinlichkeitsgefühl, fühlte mich wie ein unbeteiligter Zuschauer. Ich verstand nicht wirklich, was los war, das war mir eine Nummer zu groß und verwirrend. Ich hätte mich nie getraut, was zu sagen oder zu tun. Meist bin ich auf mein Zimmer gegangen. (I10)*

*Wenn meine Mutter mich für ein Wochenende abholte, musste ich immer bis zum Ende der Straße laufen, damit meine Mutter nicht auf das Grundstück geht oder gar das Haus betritt. Einmal hat sie es getan! Dann bin ich mit ihr weggefahren und habe dann abends ganz doll angefangen zu weinen, weil ich so ein schlechtes Gewissen meinem Vater gegenüber hatte, weil meine Mutter geklingelt hat, obwohl sie es nicht „durfte“. (I22)*

*Dadurch aber, dass meine Eltern Diskussionen regelmäßig mit mir geführt haben statt mit dem anderen Erwachsenen, habe ich doch auch Gefühle von Schuld und Scham entwickelt. Denn in dieser Situation war überhaupt nicht mehr erkennbar, ob sie sich gerade über den anderen oder über mich ärgerten. (I36)*

*(Der Streit über Geld) löste Schuldgefühle aus und das Bedürfnis, finanziell unabhängig zu sein. So habe ich schon ganz früh versucht, eigenes Geld zu verdienen. Hunde ausführen, Besorgungen für Nachbarn machen etc.. Ab 14 oder 15 habe ich dann auch in den Ferien gejobbt. (I37)*

## Wer ist schuld am Streit, an der Trennung – bin ich schuld?

- Für ein Trennungskind kann es – auch vor dem Hintergrund elterlicher Konflikte – eine intensive innere Beschäftigung damit geben, wer an der Trennung, an dem Streit „schuld“ sei und ob das Kind sich selbst dafür verantwortlich fühlen muss. Gerade jüngere Kinder neigen dazu, die in ihrer Nähe stattfindenden Ereignisse, besonders wenn diese angstausslösend sind, an die eigene Person kausal zu attribuieren.

*Also ich denke schon, dass mein Verhalten und die verschiedenen Sichtweisen und Standpunkte meiner Eltern bezüglich meines Verhaltens Streit gefördert und / oder ausgelöst haben. (I06)*

*Nein, ich spürte nur, dass es vielleicht etwas mit mir zu tun hatte und war*

*folglich besonders „brav“ zu meiner Mutter. (107)*

*Mir wurde immer wieder klar gemacht, dass ich der eigentliche Grund für die Trennung war. ... Ich war immer schuld, das hat man mich auch spüren lassen. (111)*

*Ich fühlte mich schuldig, zumal meine Mutter mir stets sagte, dass er mich eigentlich nicht gewollt hatte. Subjektiv glaubte ich, beide wären noch glücklich, wenn ich nicht geboren worden wäre. ... Ich hätte gern eine rationale, vernünftige Erklärung - die nichts mit meiner Existenz zu tun gehabt hätte - bekommen. (126)*

*Das Thema, wer nun „Schuld“ hat an der Trennung, hat mich noch lange beschäftigt. Meine Mutter hat mir irgendwann, als ich älter war, gestanden, dass sie meinen Vater 4x betrogen hätte. Nach der Scheidung habe er ihr dann gesagt, dass er noch mehr Seitensprünge gehabt hätte. Bei dieser „Enthüllung“ kann ich mich nicht an große Gefühlsaufwallungen erinnern. (127)*

*Meine Mutter hatte mir von Anfang an erklärt, dass mein Vater Schuld hat. Mein Gefühl sagte mir jedoch, dass sie schuld sein muss. (110)*

### **Das angeblich „Böse“ ist ja auch ein Teil von mir**

➤ Wenn an ein Kind eine starke Abwertung des anderen Elternteils herangetragen wird, kann es sich selbst davon in seinem Selbstwert getroffen fühlen, da es sich in seiner Persönlichkeit mit Anteilen beider Eltern identifiziert.

*... also es hat mir dann auch wieder weh getan, weil ich dachte, das ist doch meine Mama, er redet jetzt nicht nur über seine Ex-Frau schlecht, sondern er redet auch über einen Teil von mir schlecht. Und das hat mir halt sehr weh getan. (Kathrin)*

*Man hat immer gespürt, dass mein Vater meine Mutter verachtet, dass er sie förmlich hasst. Das hatte zur Folge, dass man sich schämte, denn schließlich war man ja ein Teil seiner Mutter. (122)*

*Außerdem redete sie mir gegenüber immer nur schlecht über meinen Vater, wenn wir uns unterhielten und bezeichnete ihn als „der D.“ mit seinem Nachnamen. Das tat mir weh, zumal ich den gleichen Namen trug und mich sehr verbunden mit ihm fühlte. Ich wollte das nicht hören. Abgesehen davon, dass ich einige sehr gute Erinnerungen an ihn habe und er meist sehr liebevoll mit mir umging, war (und bin) ich auch ein Teil von ihm. Wenn sie schimpfte, fühlte ich mich ihm sehr nahe. Ich habe ihn dann sehr vermisst. Ich hätte ihr gern gesagt, dass sie aufhören soll. (126)*

*Mein Vater war der Meinung, dass wir Parasiten wären und es nur auf sein Geld abgesehen hätten. Er hat mir wirklich „ihr“ und „Parasiten“ ins Gesicht gesagt. Die Kombination dieser beiden Worte sagte mir, dass er auch mich meinte. (123)*

*Denn in dieser Situation war überhaupt nicht mehr erkennbar, ob sie sich gerade über den anderen oder über mich ärgerten. Ich glaube auch, dass beide vollkommen unreflektiert ihre Gefühle auf mich übertrugen und mich in diesen Momenten mit dem „Feind“ verwechselten. (136)*

### **(schweigende) Zustimmung, dem Anwesenden nach dem Munde reden**

- Wenn Kinder in wechselseitige elterliche Abwertungen einbezogen werden, können sie mitunter nicht entsprechend ihrer eigenen Bewertung Stellung dazu nehmen, sie schweigen oder können sich dem Solidaritätsdruck gegenüber dem jeweils anwesenden Elternteil nicht entziehen.

*Also schon so: Sie ist die Verräterin. Weil sie ja gemeinsam beschlossen haben, die Kinder aufzuziehen und dadurch, dass meine Mutter sozusagen den Vertrag gekündigt hat, ist sie die Verräterin. Ich habe das so hingenommen. Also es war schon immer so das Gefühl: Ich muss dazu Ja sagen. Ich darf das nicht in Frage stellen. Das habe ich auch mal von Mitschülern gesagt bekommen, dass ich so bin wie ein Chamäleon. Und ich habe das damals überhaupt nicht verstanden. (Maria)*

*Das fand ich sehr nervig und hätte es ihm gern mal gesagt, aber das habe ich mich nicht getraut. (I15)*

*Mit meiner Mutter konnte ich darüber nicht reden. Im Gegenteil, sie belästigte mich zusätzlich noch mit allen Schreiben der Rechtsanwälte und versuchte mich, auf ihre Seite zu ziehen. Ich hatte dazu eine klare Meinung, konnte mich meiner Mutter aber auch nicht entziehen. Meistens habe ich nur geschwiegen. (k09)*

### **Lieb sein; ruhig sein und „unsichtbar“ machen; beschönigen**

- Eine andere Bewältigungsstrategie von Kindern im elterlichen Konfliktfeld besteht darin, sich möglichst lieb, ruhig oder unauffällig zu verhalten oder in beschönigende Darstellungen auszuweichen.

*Ich wollte ihm durch „lieb sein“ zeigen, dass ich nicht so bin und hoffte, dass er das irgendwie anerkennen würde. (I23)*

*Nein, ich spürte nur, dass es vielleicht etwas mit mir zu tun hatte und war folglich besonders „brav“ zu meiner Mutter. (I07)*

*Also ich habe dann versucht, mich natürlich möglichst ruhig zu halten und habe versucht, für keinen Partei zu ergreifen. (Hella)*

*Ich weiß nur, dass ich, wenn meine Eltern stritten, Angst hatte und am liebsten unsichtbar gewesen wäre. Das versuchte ich wohl durch Verstecken und Stillsein zu erreichen. Ich blieb stumm, denn ich verstand das alles nicht und hatte keine Worte für das, was da geschah. (I36)*

*Und von daher war es natürlich noch besonders anstrengend, weil mein Vater, mein leiblicher Vater, dann von der anderen Seite kam und meinte: „Ja, und läuft das überhaupt?“ Und ich dann irgendwie das so darstellen wollte, dass das auch läuft, was nicht stimmte, aber das wollte ich ihm nicht schenken. ... Er hat immer nur gefragt, weil er hören wollte, ob meine Mutter mal wieder versagt hat. Und das wollte ich ihm nicht präsentieren. (Kathrin)*

### **Sich behaupten in der eigenen Meinung; Abgrenzung**

- Älteren Kindern ab dem Pubertätsalter ist es manchmal möglich, bei Einbeziehung in elterliche Konfliktthemen sich davon abzugrenzen („dass

mich diese Trennung vielleicht nichts angeht“) oder (zaghaf) die eigene Meinung zu vertreten.

*Und mir hätte das schon gereicht, wenn er mir zugehört hätte. Weil ich habe versucht zu sagen: Ich sehe das anders und ich möchte auch nicht, dass du über Mama so redest. Das habe ich schon mal versucht zu sagen. Aber eben ganz zaghaf. (Manuela)*

*Irgendwann hat es mir dann auch gereicht. Das habe ich gemerkt. Ich konnte mich nicht dagegen wehren, ich habe mich natürlich immer wieder stundenlang mit ihr unterhalten. Aber das habe ich irgendwann doch gemerkt, dass das ein bisschen viel war. Oder dass ich auch nicht so viel damit zu tun habe, dass jetzt irgendwann eigentlich mal gut ist. Jetzt kann sie sich mal mit jemandem anderes darüber unterhalten und nicht mit mir. (Karen)*

*Irgendwann konnte ich das dann selber so für mich entscheiden, dass mich diese Trennung, sag ich mal, vielleicht nichts angeht oder so. Ja, das war mit Sicherheit erst dann ein, zwei Jahre später. (Bernd)*

*Ich kann mich nur an wenige Situationen erinnern. Ich habe mich nie zu einem Elternteil geäußert. Ich wollte ja gerne helfen, aber mehr als zuhören und ein offenes Ohr haben geht nicht. Ich weiß weder, was wahr ist, was vorgefallen ist, noch was ich für Tipps geben kann. (I06)*

### **Bemühung um Vermittlung und Entspannung**

➤ Jedes zehnte teilnehmende erwachsene Trennungskind berichtet von eigenen Vermittlungs- und Entspannungsbemühungen im Rahmen der Elternkonflikte.

*Und ich auch schlichtend zwischen denen herum gesprungen bin und irgendwie versucht hab, das lustig, locker oder irgendwas zu machen. ... Ja, genau entkrampfen. Dass ich dann irgendwas gemacht hab. Papa meine Sachen gezeigt hab und Mama dazu geholt hab, gesagt hab: Hier, das findest du doch auch so, oder irgendwie meine Sachen beredet. Ich hab eigentlich in Erinnerung: Ich habe extrem einen ausgleichenden Pol von mir erwartet, einen ausgleichenden Faktor. Ich hab mich eigentlich fast nur damit beschäftigt, was ich so in Erinnerung habe. Wie ich die beide sehr beobachtet habe, dass ich irgendwie ganz heftig ausgleichend irgendwie agiert habe. ... Überschrift war eigentlich: Vermitteln und verhandeln zwischen denen. (Julia)*

*Gut in Erinnerung habe ich, dass sie sich oft gestritten haben und geschrien. Mein Bruder und ich haben uns zwischen sie gestellt und versucht, sie zu beruhigen. Das ist eine sehr schmerzhaft Erinnerung. (k12)*

*Das Geld sollte gezahlt werden. Mama meinte immer, es wäre zu wenig. Papa, es sei zuviel. Und ich wollte nur Ruhe und habe deshalb vermittelt. Was auch falsch war und Ruhe gab es dadurch erst recht nicht. ... Ich habe immer nur versucht zu vermitteln, Verständnis für den jeweils anderen zu bekommen. Hat absolut nicht geklappt und noch heute muss ich sehr vorsichtig sein, was ich sage. Es wird mir sonst womöglich irgendwann vorgehalten. (I32)*

*Ich bin auf das Spiel eingegangen, indem ich den Part des anderen über-*

*nahm und an seiner / ihrer Stelle argumentierte. So nahm das verheerende Spiel seinen Lauf. Ich vergaß mich selbst und meine Bedürfnisse vollkommen, versetzte mich abwechselnd in einen meiner Elternteile, „verteidigte“ ihn, so gut ich konnte und wurde dadurch natürlich automatisch zur „Feindin“ des jeweils anwesenden Elternteils. Mir war überhaupt nicht klar, was da eigentlich geschah. Ich dachte wohl, wenn ich meinem Vater die Beweggründe meiner Mutter (und umgekehrt) nur gut genug erklären würde, würde sich das „Missverständnis“ auflösen, und alles wäre wieder in Ordnung. (I36)*

### **Ärger und Wut**

➤ Kinder ab dem Alter der Pubertät ist es eher möglich, die oben beschriebene Hilflosigkeit angesichts der Elternkonflikte zu überwinden und dabei Ärger und Wut zu empfinden, teils auch gegenüber einem anwesenden Elternteil auszudrücken.

*Sie war untreu, hat sowieso überall herumgehurt. Und sie hätte uns in schlechte Kreise gebracht ... also sie ist die absolute Rabenmutter. Und wären wir bei ihm aufgewachsen, wären wir total toll geworden. Noch später in der Pubertät hat er mir auch klar gemacht, dass ich auch total schlecht bin, also dass ich einen schlechten Lebenswandel hab, dass meine philosophische Einstellung zur Welt völlig verkehrt ist und dass meine Mutter nicht richtig für mich sorgen würde. (Was hat es in der ausgelöst als Kind?) Wut über meinen Vater. Weil ich wusste, dass es nicht stimmt. (Manuela)*

*Direkt in solchen schlimmen Situationen, also wirklich mittendrin im Konflikt, da spürte ich richtig Wut. Also vor allem Wut. Gegen meinen Vater. ... Also am liebsten glaube ich, hätte ich einfach so laut gebrüllt, dass die aufhören sollen, man hätte sich so eine richtige Löwenstimme gewünscht: Ruhe jetzt! Aufhören! (Gabi)*

*Nach der Trennung war ich auch sehr wütend auf meine Eltern. Nicht, weil sie sich getrennt hatten, sondern, weil sie mich nicht aus ihren Konflikten herauslassen konnten. (k09)*

*Es ging um's Geld. Ich war aufgebracht und habe meinen Vater nicht verstanden. (I00)*

### **Bin ich denn nicht wichtiger als euer Streit?**

➤ Angesichts der Verstrickung der Eltern in ihre Konflikte ist es möglich, dass ein Kind kein wirkliches Interesse an seiner eigenen Person empfindet und sich verletzt und zurückgesetzt fühlt.

*Er hat wiederum, das habe ich gemerkt, nicht gefragt: Kathrin, wie geht es dir. Er hat nie mir einmal das Gefühl gegeben, dass er fragt oder dass er sich überlegt: Kathrin hat jetzt auch eine neue Familie, wie geht es der eigentlich. Das war nie Thema, das musste ich ihm auch irgendwann mal aufzwingen, dass er sich darüber wenigstens mal Gedanken macht. Er hat immer nur gefragt, weil er hören wollte, ob meine Mutter mal wieder versagt hat. (Kathrin)*

*Es gab noch ein paar Mal Streitigkeiten auf dem Wohnungsflur, wenn er*

*mich abholte. Ich hätte diesen Streit gern beendet, zumal beide in Extremfällen in eines unserer Zimmer gingen, drinnen bei geschlossener Tür weiter stritten und mich auf dem Flur stehen ließen. Ich wollte, dass sie aufhören, konnte aber nichts machen. Außerdem fühlte ich mich verletzt und zurückgesetzt. Schließlich kam er, um mich abzuholen und nicht, um mit meiner Mutter zu streiten. Er sollte sich um mich kümmern, mich umarmen und mit mir weggehen. (I26)*

### **Rückzug vom Elternteil, der sich abwertend oder aggressiv verhält**

➤ Aggressives oder abwertendes Verhalten eines Elternteils gegenüber dem anderen kann zur emotionalen Distanzierung des Kindes von dem Aggressor führen und schließlich auch die Kontakte zu diesem beeinträchtigen.

*Ich hab das verdrängt in dem Moment, wo ich denn da war. Aber das war halt einfach nicht mehr so herzlich wie früher. ... Ja, da weiß ich heute auf jeden Fall, egal in welchem Alter geht bei mir bei solchen Sachen sofort der Respekt flöten. ... Und genau in dem Moment, wo ich wusste, dass der andere lügt, dann ist mein Respekt dieser Person gegenüber minus tausend. Und ich denke mal, vielleicht hat es damit zu tun, dass ich meinen Vater einfach gar nicht mehr respektiert habe. Wie soll man jemandem vertrauen, den man nicht respektiert? Das hatte genau die Auswirkungen, dass ich ihn dann nicht mehr besuchen wollte. Wie gesagt, war ich dann ja bis zum 12. Lebensjahr da (zu Besuch). Und das wurde ja immer weniger, immer weniger. Weil mich das immer mehr belastet hat. (Manuela)*

*Also ich bin da ein bisschen vor geflüchtet, muss ich gestehen, weil ich halt vor ihm da auch speziell Angst hatte, weil er, wenn man ihn drauf angesprochen hat, sehr schnell laut und aggressiv geworden ist. Und ich da sehr scheu war eigentlich. (Kathrin)*

*Und ich hab bestimmt nicht viel dazu gesagt. Ich hab bestimmt mal angefangen zu heulen. Ja, bestimmt, also da bin ich mir sehr sicher. (Kannst du noch erinnern, was das in dir ausgelöst hat?) Spontan fällt mir eine Sache ein: Entfremdung von dem, der das jetzt sagt, also von meinem Papa in dem Moment. ... Ich wollte es ja auch, weil ich ihn denn ja nicht mochte. (Julia)*

*Ich bin erstens innerlich weggelaufen, es kam immer mehr diese Leere, diese Grenze zwischen mir und meinem Vater, eine Art Mauer. ... Je öfters diese Konflikte kamen, mit Schlägerei und Weinen der Mutter, desto weniger konnte ich in schönen Tagen, also wenn er nicht getrunken hat, den Kontakt zulassen. (Gabi)*

### **Ausweichen, sich entziehen, auf das Positive konzentrieren**

➤ Kinder können den Belastungen des Elternkonflikts ausweichen, indem sie sich diesem räumlich entziehen oder aber die Wahrnehmung auf die positiven Aspekte der Situation einengen („da hab ich dann rings herum abgeschaltet“).

*Ich glaube, deswegen war ich früher auch oft draußen, auch wenn ich nur alleine rum gelaufen bin. Dann habe ich mir einen Ball geschnappt und bin*



*einfach raus gegangen. ... Da habe ich auch oft bei Freundinnen dann geschlafen, um da irgendwie raus zu kommen. (Yasmin)*

*Ich habe mich jedoch nie für das Verhalten meiner Eltern verantwortlich gefühlt und bin ihren Streitigkeiten aus dem Weg gegangen, indem ich das Haus verlassen habe und auch sonst mehr bei Freundinnen war als zu Hause. (k09)*

*Es gab wohl auch längere Gespräche, aber ich bin immer nach draußen zum Spielen gegangen, um es nicht mitzubekommen, ich wollte keinen Streit. (l09)*

*Ich habe bei Streit immer nur meine Schwester an die Hand genommen und bin mit ihr rausgegangen, damit wir es nicht anhören mussten. (l32)*

*Es war immer diese Situation, wenn mein Vater kam, war halt zu dem Zeitpunkt das größte für mich mein Vater. Da habe ich dann rings herum abgeschaltet, da habe ich nur meinen Vater vor mir gesehen. Von daher hat mich das jetzt nicht irgendwie beeinflusst. (Bernd)*

### **Solidarisieren, auf eine Seite stellen**

➤ In dem Versuch, die Belastung durch die elterliche Konfliktspannung zu reduzieren, stellen sich einige Kinder vollständig auf die Seite eines Elternteils und solidarisieren sich mit dessen Bewertungen und Verhaltensweisen.

*Und irgendwann ist meine Mutter in einer Nacht- und Nebelaktion einfach mit mir hingefahren, und dann haben wir ihn (den Bruder) vom Schulhof da wieder geklaut. ... Meine Mutter ist auf den Schulhof gegangen und da wollte mein Bruder nicht mitgehen. ... Und das war echt ein ganz schlimmer Moment in meinem Leben. Da kam sie wieder, ist in das Auto zurück gestiegen, hatte meinen Bruder nicht dabei und dann war sie natürlich fix und fertig, weil sie dachte, nun hat sie alles verloren. Und dann kam aber die starke Karen wieder und hat gesagt: Moment mal, ich gehe mal eben rüber zu meinem Bruder. Und ich wusste natürlich sofort, wie ich meinen Bruder rum krieg da, also ich habe ihm irgendwas von Ostereiern erzählt und dass wir einen 3er-BMW hätten mit soundso viel Zylindern und wir jetzt auf der Autobahn 200 fahren würden und was weiß ich noch. Da ist er natürlich sofort mitgekommen. (Karen)*

*Obwohl ich meinen Vater immer in Schutz genommen hatte, sagte ich eines Tages: „Papa ist der Teufel (dunkle Haare) und der Neue ist ein Engel (blonde Haare).“ In dem Moment, wo ich das sagte, wusste ich, dass es nicht stimmt. Aber ich wollte so gerne, dass es stimmt. (l37)*

*Nein, ich habe mich auch nie „schuldig“ gefühlt. Ich stand immer auf der Seite meines Vaters. (l35)*

### **Streit provozieren**

➤ Eine weitere Bewältigungsstrategie kann darin bestehen, dass ein Kind in einem anhaltend verunsichernden und uneinschätzbaren Konfliktfeld aktiv durch eigenes Verhalten Streit provoziert, um auf diese Weise eine gewisse Kontrolle herzustellen und ein minimales Selbstwirksamkeitserleben zu erhalten.

*Also es gab diese harmonischen Tage, wo wir auch manchmal dann zusammen rum getollt haben, und der Vater zu uns kam oder wir waren in dem Sommerhäuschen. Meine Mutter sagte immer, wenn es so schön alles lief, dass ich immer anfing zu bocken. ... Wir vertragen uns hier gerade und du provoziert einen Streit. Und als kleines Kind hat es mich sehr getroffen, dass meine Mutter mir so was sagt, weil eigentlich hätte ich mich ja mitfreuen sollen. ... Wie ist es möglich, dass ich eigentlich wieder einen Familienstreit (auslöse) ... und zwar auf Grund von meiner Bockigkeit? ... Eigentlich habe ich ja immer Angst gehabt, es ist jetzt schön, aber gleich hört es auf. Aber ich wusste ja nicht, wann das aufhört. Und die einzige Erklärung für mich ist, wenn ich tatsächlich diese Streite provoziert habe, dann habe ich es vielleicht gemacht, um zu wissen, wann es jetzt anfängt. (Gabi)*

### **Auftrag zur Wiedervereinigung**

➤ Neben häufig genannten Wiedervereinigungsfantasien (s. 8.3.7.2) empfinden einige Kinder einen regelrechten Auftrag zur Wiederherstellung der „intakten“ Familie, der bis in das Erwachsenenalter gefühlt werden kann.

*Ich hab gesagt, ich will gar nichts haben (als Geschenk). Ich will nur, dass wir zusammen feiern und dass ihr euch küsst und dann bleibt ihr zusammen. ... Danach dann wieder: Oh Scheiße, schon wieder nicht. (Julia)*

*Ich hatte keine Erklärung für den Streit, nur das Gefühl, ich muss sie wieder zusammen bringen. ... Ich habe bis zu meinem 40. Geburtstag gedacht, ich muss meine Eltern versöhnen und da erst gemerkt, dass es nicht geht, weil sie grundverschieden sind und weil es nicht mein Auftrag ist. Es ist deren Leben und deren Versöhnung oder auch nicht. (I18)*

### **Entlastung: Es hat nichts mit mir zu tun**

➤ Eltern können durch altersgerechte Gespräche dazu beitragen, dass es einem Trennungskind erleichtert wird, die elterliche Trennung bzw. deren Konflikte als Ausdruck der Partnerschaft zu bewerten, wofür es weder Schuld noch Verantwortung übernehmen muss.

*Meine Eltern hatten sich in ihrer Entwicklung auseinander gelebt. Dieses wurde mir in den Gesprächen klar. Wir Kinder waren kein Auslöser. (I21)*

*Ich denke, mir war immer klar, dass die Liebe nicht stimmte. Meine Eltern waren bei Erklärungen immer sehr ehrlich. (I28)*

### **Es kann auch helfen zu wissen, was die Eltern übereinander denken**

➤ Ein Kind kann es in der späteren Pubertät als hilfreich erleben, eigene Konflikte oder Probleme mit einem Elternteil angemessener einzuschätzen, wenn die Eltern über ihre gegenseitigen Erfahrungen aus der früheren Partnerschaft berichten.

*Erst als ich schon deutlich älter war, hat meine Mutter mir erzählt, wie sie meinen Vater erlebt hat und warum sie sich getrennt hat. Das hat mir geholfen, weil sie ähnliche Schwierigkeiten mit ihm hatte wie ich. Mein Vater hat nie mit mir über meine Mutter gesprochen, wodurch ich mich manch-*

*mal mit meinen Schwierigkeiten mit ihr alleine fühlte. (I16)*

### 8.3.3.3 Funktionalisierung des Kindes im Elternkonflikt

Kinder erfahren nicht selten besondere Belastungszustände und Überforderungsgefühle, wenn sie von einem oder beiden Elternteilen im partnerschaftlichen Konflikt funktionalisiert werden. Ca. 40% der erwachsenen Trennungskinder dieser Untersuchung berichten davon. Karen verwendet in diesem Zusammenhang den Begriff „Missbrauch“. Im Folgenden sollen die genannten Funktionalisierungsmuster beschrieben werden.

#### Induzierte Ablehnung eines Elternteils

Es ist beeindruckend, wie differenziert die Teilnehmer dieser Studie in der Rückschau ihre Rolle als Kind in der Verstrickung im elterlichen Konfliktfeld reflektieren. Bei gezielter Suggestion gegen einen Elternteil kann ein Kind dem in der Regel keinen aktiven Widerstand entgegen setzen. Es wird von der subjektiv empfundenen Bedrohung durch Liebesverlust seitens des induzierenden Elternteils berichtet wie auch von den damit verbundenen Verletzungsgefühlen und Belastungen.

*Meine Mutter hat natürlich auch immer versucht, uns gegen ihn aufzuhetzen und wir sollten ihn eben auch möglichst wenig sehen. ... Sie hat uns immer schlechte Sachen erzählt über ihn, was er früher gemacht hat und wie er sich eben uns gegenüber auch benommen hat. ... Also ich habe zwar abgewehrt, ich habe ihn auch oft verteidigt, aber irgendwie in meinem Kopf ist schon etwas hängen geblieben. Also ich konnte es nicht ganz verdrängen. (Hella)*

*Da aber meine Mutter schon Monate vorher keinen Zweifel daran gelassen hatte, dass es nur sie oder die neue Ehefrau geben könnte (zu einem Kontakt zur neuen Ehefrau wurde uns Mädchen dringendst und unter massiven Bemerkungen abgeraten seitens der Mutter), war ich schon entsprechend geprägt und lange nicht so loyal beiden Seiten gegenüber wie meine 4 Jahre ältere Schwester. Der Kontakt gestaltete sich denn auch schwierig. Mein Vater erwartete von mir zumindest Neutralität seiner neuen Frau und Sohn gegenüber, wenn schon nicht Sympathie, und ich konnte ihm dies nicht geben; ich befürchtete stets den Liebesverlust der Mutter. (k06)*

*Mit meiner Mutter konnte ich darüber nicht reden. Im Gegenteil, sie belästigte mich zusätzlich noch mit allen Schreiben der Rechtsanwälte und versuchte mich, auf ihre Seite zu ziehen. ... Ich habe dafür (vermehrte Zuwendung der Mutter) auch in Kauf genommen, mir Geläster über meinen Vater anzuhören. Gleichwohl hat mich das getroffen. Ich konnte zwar die Situation meiner Mutter nachvollziehen und fand die Trennung notwendig und überfällig, gleichzeitig hatte ich meine eigene Beziehung zu meinem Vater, die von sehr viel Emotionalität und Zuneigung geprägt war. Meine Mutter hat das nicht wahrgenommen, ja z. T. sogar negiert und hat mich dadurch verletzt. (k09)*

*Mutter hat Vater immer schlecht gemacht und wir hatten das verinnerlicht.*

(k14)

*Meine Mutter verbot mir nach der Trennung, also schon mit 4 Jahren, weiterhin Papa zu meinem Vater zu sagen, ich musste ihn in ihrer Gegenwart bei seinem Vornamen nennen. Mein Vater hatte an den Wochenenden manchmal Frauen da, die er mir als neue Mama vorstellte. ... Meine Mutter erzählte mir permanent Gruselstories über meinen Vater. Er habe sie betrogen, habe mich als Kleinkind entführt und was weiß ich alles. Sie erzog mich zum Hass gegen ihn und vom Kopf her hasste ich ihn, vom Herzen her zog es mich zu ihm. Dieser Konflikt machte mich völlig fertig. (I10)*

*Meine Mutter hat immer gesagt, dass „der D.“ mich niemals wollte, sie mit Wehen blutend auf der Straße stehen ließ, damit sie mit einem Taxi ins KH fahren sollte etc. Mein Vater habe mich als Kind in einem Zimmer eingeschlossen und gesagt, er sei zuerst da gewesen. Weil ich ein sehr hübsches Kind war, habe er mich später nur zum Angeben haben wollen, aber nie echtes Interesse an mir gehabt. Er sei klug und intelligent, aber ein Schwein. (I26)*

*Erst als meine Mutter ihren Partner kennen lernte, wollte sie Papa nicht mehr im Haus haben, schimpfte auf ihn und mit ihm. ... Erst mit dem neuen Partner begannen teilweise regelrechte Verfluchungen. Z. B., er hätte sich nie um uns gekümmert, es sei unfair, dass wir ihn mögen, da sie die Arbeit hat, er sei Egoist, unsozial, familienunfähig. Papa hat nie über Mama gesprochen oder gar Negatives geäußert. (I34)*

*Der, bei dem ich gerade nicht lebte, versuchte auf vielerlei Art, mich zu bestechen und „für sich“ zu gewinnen. Mein Vater, indem er mir am Telefon erzählte, meine Mutter würde sich gerade um das alleinige Sorgerecht bemühen, und wenn sie es erst einmal hätte, würde sie nicht mehr erlauben, dass mein Vater und ich uns sehen. Mit dieser Taktik war er erfolgreich. Nach einem halben Jahr hatte ich solche Angst, dass ich zu ihm zurückzog. (I36)*

*Sie sei eine Hure, und ich solle aufpassen, dass ich nicht so werde wie sie. Sie sei ein Nichts und könne ihm gar nichts anhaben, denn was solle ein Nichts einem schon anhaben? Sie sei geizig und gierig. Sie sei eine (Sozial-)Schmarotzerin. Sie habe immer schon unreine Haut gehabt und einen unappetitlichen Ausfluss. Ich weiß nicht mehr, was ich gefühlt habe, wenn mein Vater solche Dinge über meine Mutter sagte. Jedenfalls habe ich sie nicht verteidigt. (I36)*

### **Materielle „Bestechung“**

➤ Einige Trennungskinder berichten davon, sich von einem Elternteil durch materielle Zuwendungen beeinflusst gefühlt und dagegen verwahrt zu haben. Wahrscheinlich erfordert die kritische Reflektion dieses Geschehens ein Alter, in welchem auch die Abgrenzungsmöglichkeiten deutlich größer werden.

*Das war nämlich noch ein Phänomen in der Zeit, ich wurde ja überhäuft mit Geschenken von ihm, auch ein Klassiker ... Und da war es wirklich so, dass ich selber gesagt hab ganz früh schon, dass ich nichts mehr von ihm haben will. Weil das mochte ich halt auch nicht. ... Wahrscheinlich habe ich das aber auch gemerkt, dass er das deswegen macht und das mochte*

*ich nicht. (Julia)*

*Die Taktik meiner Mutter bestand darin, mich materiell zu bestechen. Schon ziemlich bald, nachdem sie nach Berlin gezogen war, richtete sie mir in ihrer Wohnung ein nagelneues, modernes Jugendzimmer ein. Ich fand aber Freundinnen und Tiere attraktiver als Möbel und ging auf den Handel nicht ein. Sie löste das Jugendzimmer daraufhin wieder auf, und ihr Schweigen strahlte eine dicke Dunstwolke von „Beleidigtsein“ aus, so dass ich für meine Entscheidung, an dem Ort zu bleiben, der mir vertraut war, ein schlechtes Gewissen bekam. (I36)*

### **Stellvertretende Bestrafung**

➤ Eltern können auf der Paarebene emotional derartig in ein Konfliktgeschehen verstrickt sein, dass sie gegen den ehemaligen Partner gerichtete Aggressionen auf das Kind oder dem Kind gehörige Gegenstände übertragen.

*Mein Vater hat es mir andererseits übel genommen, dass ich Kontakt zu meiner Mutter hatte. Er hat daraufhin jegliche Kommunikation mit mir eingestellt. Da ich es nicht ertragen konnte, in einem Haushalt zu leben, in dem ich wie Luft behandelt werde, bin ich nach ca. einem halben Jahr zu meiner Mutter gezogen, die zu diesem Zeitpunkt eine eigene Wohnung gekauft hatte. Meinen Umzug habe ich heimlich organisiert und bin gegangen, als außer meinem großen Bruder niemand zu Hause war. Ich hatte Angst, mein Vater hätte mich andernfalls mit Gewalt am Gehen gehindert. (k09)*

*Als ich den Nachnamen meines Adoptivvaters annahm, schmiss mein Vater meine Puppe Susi runter und sagte, die hieße ab sofort Klara, basta! (I10)*

### **Botschaft: Du bist genau wie dein Vater / deine Mutter**

➤ Eine ebenfalls häufiger genannte Funktionalisierung eines Kindes im Elternkonflikt besteht darin, diesem mitzuteilen, es sei „genau so“ in Hinblick auf negative Eigenschaften wie der andere Elternteil.

*Das hat einfach weh getan und ich habe dann auch gesagt: Das stimmt nicht. Und dann wurde er nur aggressiver, bis ich dann irgendwann anfang zu heulen, dann kamen auch gerne so Sprüche: Du bist wie deine Mutter. (Kathrin)*

*In Streitsituationen hat meine Mutter oft darauf hingewiesen, dass ich „genau wie er“ sei. (k01)*

*Wenn ich gute Noten schrieb, war ich „so klug wie mein Vater“. Im Streit warf sie mir vor, genauso schlecht zu sein wie er. Das alles tat einfach nur weh. (I26)*

### **Ich sage dir die „Wahrheit“ über deine Mutter/deinen Vater**

➤ Eine für ein Trennungskind sehr belastende Form der Funktionalisierung besteht in sog. „Aufklärungsgesprächen“, in denen ein Kind ohne jede pädagogische Distanz mit der subjektiven „Wahrheit“ eines Elternteils über den anderen gleichsam „schonungslos“ konfrontiert wird. Auch

hierin kann u. U. ein Akt der übertragenen Aggression von der Paar- auf die Elternebene gesehen werden.

*Sie hat mir das ja gleich versucht zu erklären und sie konnte mir das nur erklären auch mit Worten, die deutlich machen, dass Papa plötzlich ein, also jetzt mal mit Kindersprache gesagt, auch ein böser Mensch ist, der ihr weh getan hat. ... Ja, also, dass mein Vater schon immer gerne fremdgegangen ist und mein Vater sehr jähzornig war. Also das schon. Dass meine Mutter auch, bevor ich auf die Welt kam, sich schon mal scheiden lassen wollte, dass ich dann halt kam und so. ... Es war auf alle Fälle so, dass es ihr wohl wichtig war, mir zu vermitteln, wie weh er ihr getan hat. Und sie hat mir auch so Sachen erzählt, wie er sich fehl verhalten hat. (Kathrin)*

*Ein anderes Mal, als wir auf dem Rückweg von meinem Vater nach Hause waren, hat er mir erzählt, wie es denn vor meiner Geburt war. Ich wusste, dass ich Resultat aus einem One-Night-Stand bin, nicht geplant war, und mein Vater erst nach meiner Geburt von meiner Existenz erfahren hat. Was er erzählt hat, war noch erschreckender: Meine Mutter hätte zu spät für eine Abtreibung erfahren, dass sie schwanger ist, und mich aushungern wollen. Sie habe gefastet, um eine Fehlgeburt zu provozieren. Sie habe in der Schwangerschaft viel geraucht und ab- statt zugenommen. Deshalb sei ich auch eine Mangelgeburt gewesen. Das hat er mir erzählt, als ich neun Jahre alt war. Ich habe geweint, drei Tage nicht mit meiner Mutter gesprochen und nicht gewusst, wo ich hingehöre - warum ich überhaupt lebe. Dann habe ich mit meiner Mutter geredet und festgestellt, dass es so schlimm doch nicht war. Meine Mutter hat in der 8. Woche die Schwangerschaft festgestellt - es wäre eine Abtreibung noch möglich gewesen. (k15)*

*Bei der Gelegenheit hat er dann auch erzählt, es habe eine Situation gegeben, wo beide noch verheiratet waren, wo Mama geplant hätte, mit jemandem, den sie kennen gelernt hatte, nach Rumänien auszuwandern und meine Schwester und mich bei Oma und Opa (Papas Eltern) zu lassen. Ich bin regelrecht zusammengebrochen, eine Welt ist zusammengekracht. Ich war eher geneigt, meinem Vater zu glauben, und das bedeutete ja, dass meine Mutter mich angelogen hatte. Am liebsten hätte ich gesagt: „Das stimmt nicht! Mama würde so was nicht tun!!“ Hat sie aber, und das war schlimm zu erfahren. (I27)*

### **Parentifizierung, Rollenkonfusion**

➤ Diese Form eines gewissen emotionalen Missbrauchs des Kindes entsteht häufiger im Kontext des Elternkonflikts, aber auch unabhängig davon durch einen engen Zusammenschluss eines Elternteils mit einem Kind aufgrund der emotionalen Bedürftigkeit des Erwachsenen. Es kommt zu einer Auflösung der Generationsgrenzen und Zuweisung von erwachsenen Rollenanteilen an das Kind. Dieses fühlt sich in einer solchen, an sich unangemessenen Ansprache häufig ernst genommen, es möchte dem Elternteil beistehen, ihn verstehen und ihm helfen. Es nimmt damit nicht selten den „Rollenantrag“ an, kommt damit jedoch in eine Überforderungssituation und Loyalitätskonflikte.

*Ich glaube, weil sie sonst auch keinen hatte, mit dem die darüber reden konnte, weil sie wollte mit ihren Freundinnen nicht darüber reden, weil die einige ihrer Verwandten kannten und sie wollte nicht, dass ihre Geschwister das rausbekommen und deswegen konnte sie irgendwie nie mit jemanden darüber reden. ... Ja, das war merkwürdig, weil ich war ja noch so jung. Und ich wusste gar nicht, was ich sagen sollte, obwohl ich ja schon von meinen Eltern ziemlich viel mitbekommen habe. Aber ich glaube, ich habe auch einiges gesagt, das hat sie sich dann auch zu Herzen genommen. Also ich kann da, glaube ich, was so etwas angeht, manchmal ganz gute Ratschläge geben, weil ich immer so beobachtet habe und das lag und liegt mir eigentlich. ... Ich glaube, ich bin zu schnell da reingerutscht, solche Entscheidungen zu treffen, also Erwachsene zu sein. (Yasmin)*

*(Die Schwester) ist dann halt nach H. zu meiner Mutter gezogen und dann hatte ich den ganzen Schlamassel alleine. ... Na ja, dass ich wirklich wieder zwischen Partnerersatz und dann doch wieder Kind hin und her schwenken durfte. Und mein Vater hatte das irgendwie mit seinem Beruf auch echt schwer, ... saß irgendwie auch ein bisschen zwischen den Stühlen und hat sich nicht mit seinen Kollegen verstanden, hatte da irgendwie kaum Freunde und hat dann halt alle seine Sorgen bei mir gelassen. ... Das Fühlen war einfach irgendwie auf Eis gelegt. Also es war so: ich muss das jetzt machen. ... Das kommt erst so im Nachhinein, dass ich denke: Meine Güte, das war echt ganz schön happig. ... Damals war das normal. (Maria)*

*Die war völlig fertig. Ich musste eigentlich die Starke sein. ... Ich war die Starke, ich habe nachher dann auch alles gemacht. Habe mich um meinen Bruder gesorgt, meine Mutter versorgt. (Maria)*

*Ich glaube, mit vierzehn oder so hat das dann angefangen. Ja, da hat sie mich natürlich richtig eingeweicht, oder hat ihr ganzes Leid mir geklagt und das war auch nicht korrekt. Also, das weiß ich. ... Ja, ich war ihre Freundin, aber nicht ihre Tochter. (Karen)*

*Also auf alle Fälle hatte ich manchmal schon so das Gefühl, dass ich so ein bisschen Partnerersatz für sie bin. ... Ich habe auf alle Fälle gemerkt, meiner Mutter fehlt was und ich war so ein bisschen der Halt auch. (Kathrin)*

*Da wir nachher lange Zeit alleine lebten und sehr eng miteinander waren, trat ich sozusagen an Stelle des Nächststehenden, ja weiß nicht, Mannes oder ... Vertrauensperson, wir zwei alleine gegen die Welt. ... Das war schon früh zu merken. Ja, also beschützen konnte ich sie ja kaum. Nur in dem ich mir sozusagen die Sorgen machte, das war das einzige. (Gabi)*

*Wir mussten die Eltern noch übernehmen und die waren eigentlich die Kinder. ... Also mein Vater hat uns schon ein bisschen ausgespielt, würde ich sagen. Und er hat schon immer ganz systematisch mich genommen. Und ich konnte mich nicht so richtig dagegen wehren, weil ich konnte oder wollte nicht sagen: „Nein, mit dir rede ich jetzt auch nicht mehr.“ ... Ja, ich war seine Partnerin eigentlich, seine Freundin, seine Verbündete. ... und mein Vater kam dann meistens zu mir, weil er hat dann auch immer eine ganz lange Zeit mit niemandem geredet und dann halt nur mit mir. (Hella)*

*Meine Mutter war psychisch labil, überlegte einige Jahre lang, die Scheidung einzureichen und hat mich in diese Überlegungen einbezogen. ... Die Mutter hat mir ihre Probleme anvertraut. (I34)*

### **Spitzel- und Auskunftsdienste**

➤ Kinder geben nicht selten von sich aus Auskunft darüber, was sie bei dem anderen Elternteil erlebt oder eben auch an Abwertungen, Beschuldigungen über „den anderen“ gehört haben. Dies entspricht ihrem Gefühl von Loyalität gegenüber dem jeweils anwesenden Elternteil und ihrem Wunsch, die durch solche Wahrnehmungen entstandenen Dissonanzen zu mindern. Mitunter geht von den Eltern selbst ein regelrechtes Ausforschen der Kinder nach Kontakten bei dem anderen Elternteil aus. Kinder können hierdurch in starke Loyalitätskonflikte und das Gefühl geraten, es niemanden recht machen zu können.

*Das ist eine der Erinnerungen, die ich noch sehr deutlich habe, jedes Mal, sobald wir nach Hause kamen, ging's los: Was hat er getan und was hat gesagt, was habt ihr gesagt und was haben die Verwandten gemacht. ... Im Grundschulalter weiß ich es ganz genau, dass wenn wir nach Hause kamen, dann immer so eine Art Verhör gestartet wurde. Was hat er mit euch gemacht? Hat er alles richtig gemacht? Wie kann er nur das und das tun – wenn irgendwas, was wir erzählten, nicht den Vorstellungen meiner Mutter entsprach. ... Also was ich genau weiß, dass wir halt nicht mehr so ausführlich geschildert haben, wie wir uns über Sachen gefreut haben, wenn wir was geschenkt bekommen haben. ... Und dass man halt, wenn die Mutter dann sagte: Ja, das hat er wieder falsch gemacht und das war ja doof von ihm, dass man halt Ja gesagt hat. Das ist bestimmt auch öfter vorgekommen, meine ich. ... Aber ich weiß, dass wir (Martin und Schwester) das auch nicht verstanden haben, was das immer sollte und sinngemäß haben wir auch gesagt: Ja, jedes Mal will sie ihm da was ans Zeug flicken, so ungefähr. Was soll das? (Martin)*

*Was halt sehr schwer bei mir auch noch war, aber ich denke mal auch, das ist ein Charakterproblem von meinen Eltern gewesen: Die haben mich halt beide immer irgendwie ausgefragt, was jetzt bei dem anderen so los war. Also meine Mutter hat zu mir gesagt: Guck mal bei Papa auf den Schreibtisch, was da für Zettel liegen, so nach dem Motto ungefähr. ... Also sie wollte halt immer irgendwie wissen, wie viel mein Vater verdient, damit sie ggf. auch mehr abdrücken kann, damit er mehr abdrücken muss. Darauf war sie halt scharf. ... Und Papa hat mich ausgefragt, nicht jetzt unbedingt das Finanzielle von meiner Mutter, sondern eher, ob meine Mutter das vielleicht alles richtig macht, so ungefähr. (Bernd)*

*Und wenn er dann im anderen Zimmer telefoniert hat, hat sie mich vorgeschickt zu horchen, was er denn da sagt und so. Das war auch kompletter Missbrauch. Also, das war echt nicht so schön. (Karen)*

*Also ich erinnere mich an eine Situation, wo mein Vater mich gefragt hat, was hat deine Mutter gemacht und wo war sie und wer war denn das. Dann habe ich das erzählt und dann gab es im Nachhinein dann ganz furchtbar Ärger. ... Ja, also ich hab das auch zu spüren bekommen, meine Mutter hat auch gesagt, das darfst du doch nicht sagen, warum machst du das und jetzt habe ich ganz doll Ärger bekommen. Also er hat sie dann*



*auch wieder geschlagen. (Sonja)*

*Jeder der beiden hat mit mir über den anderen gesprochen. Ich war verzweifelt, weil ich es keinem recht machen konnte... Fast die ganze Zeit beim Wochenendbesuch. Ich wollte eigentlich nur mit meinem Vater was unternehmen oder mit ihm spielen. Wieder zu Hause wurde ich von meiner Mutter über meinen Vater ausgefragt. Meine Eltern waren gegeneinander missgünstig und intolerant. (I00)*

### **Kontrolle von Sprache und Gefühlen des Kindes**

➤ Eine weitere Form der kindlichen Funktionalisierung im Konflikt der Erwachsenen bzw. im Dienste der elterlichen Bedürfnisse besteht in dem Versuch, Gefühle, Gedanken und Sprache des Kindes in Bezug auf neue Partner oder den anderen Elternteil zu kontrollieren.

*Also ich sollte einfach quasi jemanden, der relativ neu in der Familie war, den ich gar nicht kannte, genauso akzeptieren, achten wie ... (Deinen Vater?) Ja, und das ging gar nicht. (Das heißt, du solltest Gefühle haben, die du nicht hattest, ja?) Genau. Und genauso sollte ich Gefühle, die ich hatte, nicht haben. (Ja. Zum Beispiel die Sehnsucht nach deinem Vater.) Genau. (Sonja)*

*Meine Mutter verbot mir nach der Trennung, also schon mit 4 Jahren, weiterhin Papa zu meinem Vater zu sagen, ich musste ihn in ihrer Gegenwart bei seinem Vornamen nennen. Mein Vater hatte an den Wochenenden manchmal Frauen da, die er mir als neue Mama vorstellte. Ich fing dann an, jeden neuen Partner der beiden mit Mama und Papa anzureden. (I10)*

### **Schweigegebot, Geheimnisträger**

➤ Es ist möglich, dass ein Kind in überfordernder Weise von einem Elternteil als Geheimnisträger eingesetzt und mit einem Schweigegebot belegt wird.

*Mein Vater engagierte einen Privatdetektiv, da man nach damaligem Scheidungsrecht im Trennungsjahr keinen neuen Partner haben durfte. Meine Mutter war damals schon mit meinem Stiefvater zusammen. Es gab viel Geheimnistuerei und sich Verstecken, damit mein Vater nichts merkt und ich mich nicht verplappere. (I10)*

### **Briefträger, Trojanisches Pferd**

➤ Manche Eltern instrumentalisieren ein Kind in ihrem Konfliktgeschehen als Überbringer von Botschaften, welches dies als Übertragen von „Gift“ erleben kann.

*Bei uns ist es halt so gewesen, dass wir Briefe von unseren Eltern gekriegt haben an den anderen. ... Gift in den Fingern quasi. ... Ja, das ist halt so gewesen, als wenn man halt diese Giftspritze direkt dem Vater oder der Mutter direkt in den Körper injiziert hat. Weil der hat das gelesen und hat natürlich ein hochrotes Gesicht gekriegt, hat sich aufgeregt. (Stefan)*

*Nach der Trennung lebten sie ihren Hass aufeinander offen aus ... Bis heute! Mein Vater provozierte meine Mutter gern. Legte z. B. das Buch*

*„The Joy of Sex“ in mein Köfferchen, so dass sie es finden musste. (I10)*

### **Das Kind als Druck- und Kampfmittel**

➤ Es ist möglich, dass ein Kind von einem der Elternteile im elterlichen Machtkampf unmittelbar als Druck- oder Kampfmittel eingesetzt wird, etwa indem es angehalten wird, ein Geschenk zurück zu senden, oder es zur eigentlich verabredeten Übergabezeit an den anderen Elternteil „weggebracht“ wird.

*Grundschulzeit muss das noch gewesen sein, und meine Schwester halt ein Jahr, anderthalb Jahre jünger. Und dann kam ein Brief von meinen Großeltern, wir laden euch zur Goldenen Hochzeit ein, wir würden uns sehr freuen, wenn ihr kommt, paar nette Worte dabei, 50,- DM, was damals richtig viel Geld war, und ich weiß noch, dass wir uns gefreut haben und natürlich über das Geld. Ich hab mich wie ein Schneekönig gefreut und wir wären natürlich auch gerne hingefahren und so. Und das endete also darin, nachdem meine Mutter und ich nehme an, auch mein Stiefvater, auf uns eingeredet haben, dass wir eine Postkarte zurück geschrieben haben, meine Schwester und ich, da stand dann drin: Vielen Dank für euren Brief. Ihr seid gar nicht unsere Großeltern, sinngemäß, das weiß ich, dass wir das geschrieben haben. ... Wir schicken euch auch das Geld zurück. Viele liebe Grüße Martin und F.. ... Also ich weiß, dass wir diese 50,- DM auf keinen Fall jemals freiwillig zurückgeschickt hätten ... Das waren nicht unsere Worte. ... Ich weiß dann einfach nur noch: ich hab mir die Krätze geärgert, dass wir die 50 Mark zurückschicken ... Ich habe die Begründung null eingesehen. Ich hab mich so geärgert, das war auch so viel Geld damals. Also ich weiß nicht, ob ich es beim Schreiben dachte, es ist natürlich immer schwer zu trennen zwischen dem, was man hinterher dann erlebt hat, aber ich meine, dass ich gedacht hab: Wie können wir das schreiben: ihr seid nicht unsere Großeltern - das ist doch totaler Quatsch. (Martin)*

*Sie klapperte mit mir alle Bekannten und Verwandten ab. Sie drohte ihnen: entweder brechen sie den Kontakt zu meinem Vater ab oder sie würden mich nie wieder sehen. Die meisten hatten dann nur noch heimlichen Kontakt zu meinem Vater, was ich als Kind nie verstand. (I10)*

*Mein Vater benutzte mich auch, um meine Mutter (vollkommen unbewusst natürlich!) zu schikanieren. Als sie einmal wieder aus Berlin angereist kam (und damals war das wegen der Grenze noch eine aufwendige Tagesreise!), um mich für die Ferien abzuholen, ist er mit mir rechtzeitig zu Freunden verschwunden, hat „vergessen“, dass meine Mutter kommen würde. Diese stand dann vor verschlossener Tür, und da wir den ganzen Tag nicht wieder auftauchten, war sie gezwungen, in einer Pension zu übernachten. (I36)*

### **Das Kind als Komplize**

➤ Es ist möglich, dass ein Kind im elterlichen Konfliktfeld dahingehend „eingesetzt“ wird, dass es die inneren Haltungen und Bewertungen eines Elternteils bestätigt und unterstützt.

*Letztendlich lief das eigentlich nur darauf hinaus, dass er dann mich natür-*

*lich gern bestätigt hat in meiner negativen Sicht meiner Mutter gegenüber oder der negativen Sicht dem Freund meiner Mutter gegenüber. Das fand er natürlich gut, das passte ja in sein Bild. Aber es ging mehr um ihn, also es ging nicht so sehr um mich, glaube ich. (Hella)*

*Beide gaben einander die Schuld an dem Disput und versuchten, mich auf ihre Seite zu ziehen. Ich war hin und her gerissen, zu wem ich in dieser Situation halten sollte. Am liebsten hätte ich beiden gesagt, dass sie aufhören sollen und ich beide liebe. (I26)*

### **Einsetzen zu Vermittlungsdiensten**

➤ Eine weitere Form der Funktionalisierung eines Kindes im Elternkonflikt besteht in dem Einsetzen zur Vermittlung zwischen den Elternteilen, z. B. im Rahmen von finanziellen Streitfragen.

*Ja, es gab Konflikte. Besonders während meiner Pubertät. Einmal hatte ich einen ziemlich heftigen Streit mit meinem Vater (etwa zu der Zeit, als meine kleine Stief- Schwester geboren wurde.) und meine Mutter verteidigte mich, als mein Vater bei ihr nach Verständnis suchte. Da flippte er aus und die beiden sprachen mehrere Jahre nicht miteinander. Hat sich einiges entladen, wie es scheint. Die Zeit war hart für mich, besonders weil ich oft als Vermittlerin z. B. in finanziellen Fragen fungieren musste. Das war hart. (I28)*

*Als meine Schwester dann zu meiner Mutter zog (da war ich dreizehn und ja sooo vernünftig), wurde ich zur Vermittlerin in Geldfragen, was meine Schwester betraf. Es war für mich schrecklich, aber ich konnte auch nicht sagen, dass sie mich damit in Frieden lassen sollen, denn irgendwie wollte ich ja auch weiterhin ihr Vertrauen behalten und fühlte mich irgendwie auch geehrt, weil ich so für voll genommen wurde. ... Ich durfte mir das dann oft anhören und erzählte dann dem anderen davon, war praktisch Vermittlerin. Mein Verhältnis zu Geld ist dadurch noch heute gestört. (I32)*

*Es kam sogar vor, dass der eine mir „Verhandlungen“ über Unterhaltszahlungen übertrug und der andere mir Vorwürfe machte, dass ich ihm so etwas „antat“. (I36)*

### **8.3.3.4 Langfristige Entwicklung der elterlichen Kommunikation**

➤ Die Teilnehmer dieser Untersuchung haben Auskunft gegeben über die langfristige Entwicklung der elterlichen Kommunikation und Kooperation. Eine Gruppe berichtet über eine im Zeitverlauf eintretende Entspannung bei wechselseitiger respektvoller Haltung. Andere erinnern sich in der Rückschau an eine zunehmende Verschlechterung oder ein gleich bleibend hohes Spannungsniveau. Weiterhin kann in der Entwicklung auch ein vollständiger Kontaktabbruch zwischen den Eltern oder eine ambivalente Beziehungsgestaltung eintreten.

#### **Zunehmende Entspannung, Klärung, Respekt**

*Nach etwas 5 Jahren nach der Trennung haben sie sich auf meiner Freisprechung getroffen und sind noch in eine Kneipe gegangen und haben*

gesprachen. ... Ich denke, dass einige Zeit nach der Trennung wieder ein guter Umgang miteinander herrschte. Nach der Heirat von beiden hat es sich nochmals gebessert. (I06)

Trotz des häufigen Streits begegneten sie sich immer mit Achtung. Die finanzielle Situation war schwierig und das war das einzige Thema, wo meine Mutter über meinen Vater schlecht sprach (zu Recht). Sie haben heute noch regelmäßig Kontakt und Respekt voreinander. (I15)

Am Anfang war es schwer, ein Gleichgewicht zwischen Mutter und Vater herzustellen, zumal sich beide nicht ausstehen konnten. Dennoch, je mehr Zeit verging, desto entspannter wurde die Situation. (I19)

Sie könnten nicht mit einander leben, konnten aber auch nicht ganz ohne einander. Über die Jahre können sie besser miteinander umgehen. Geburtstage und alle Feste wurden immer mit allen gefeiert. Mein Vater war vor kurzem krank. Meine Mutter hat ihn unterstützt. (I24)

Seit meinem Auslandsaufenthalt haben die beiden wieder öfter und gesünderen Kontakt. In dem Jahr hatten sie eine Gemeinsamkeit: ihre Sehnsucht nach mir. Das hat sie wieder mehr zusammengebracht. (I28)

Meine Mutter wurde selbstbewusster und befreite sich von ihrem ehelichen Trauma. Er redet heute noch von damals, ist aber sanfter geworden. Ungefähr 10 Jahre nach der Scheidung konnten sie sich gegenüber stellen. Das lag einzig und allein daran, dass meine geduckte Mutter zu einer aufrecht stehenden Frau wurde. (I30)

### **Zunehmende Spannung und Verschlechterung der Kommunikation**

Das Verhältnis der Eltern) wurde immer distanzierter. Ich glaube, bereits nach 1-2 Jahren hatten sie keinerlei Kontakt mehr. (I16)

Das ist auch jetzt noch so, nach gut zwanzig Jahren kam es nämlich jetzt wieder zur Eskalation wegen Geld aus einer auslaufenden Versicherung und ich fühlte mich erneut so hilflos wie damals. Ohne meinen Mann hätte ich es wohl nicht so gut verdaut. ...Es ist nur schlimmer geworden. Inzwischen wollen sie sich unter keinen Umständen mehr begegnen. (I32)

Seit 4 Jahren reden sie kaum noch miteinander. (I33)

### **Gleichbleibende Spannungen**

Mein Vater leidet heute noch (nach 36 Jahren!) und weicht meiner Mutter aus. Blöde Situation bei Taufe und Konfirmation unserer eigenen Kinder. (I00)

In meinem Fall hat sich der Konflikt zwischen meinen Eltern aufgrund des Charakters meiner Mutter bis heute fortgesetzt. Obwohl sie bereits mit einem weiteren Partner inzwischen 16 Jahre verheiratet ist, lassen sie die alten Geister nicht los. Eine kleine Unaufmerksamkeit in unserem Verhalten ihr Gegenüber, z. B. Besuch der Partnerin meines Vaters an ihrem Geburtstag im Krankenhaus, lässt ihren ganzen Zorn wieder aufkochen. (I01)

Sie hassen sich immer noch bzw. haben Angst voreinander. (I10)

Seit der Trennung und Scheidung nur noch Kontakt über den Rechtsan-

walt. (I17)

*Bis heute will mein Vater meine Mutter nicht sehen. Mein Bruder hat 1996 geheiratet und ich 2006. Hätten wir unsere Mutter eingeladen, wäre unser Vater nicht gekommen. (I22)*

*Leider gab es nie Veränderungen, außer, dass sie sich später - als ich so alt war, dass er mich nicht mehr direkt zuhause abholen musste - gar nicht mehr sahen und demzufolge auch nicht mehr miteinander stritten. Der Zorn meiner Mutter ebte nach seinem Tod etwas ab, hält aber bis heute an. ... Ich habe es allerdings erst sehr spät - nach seinem Tod - geschafft, meine Mutter dazu zu bewegen, ihn nicht mehr mit seinem Nachnamen, sondern als meinen Vater zu bezeichnen. (I26)*

*Meine Mutter hatte Kontakt zu den „neuen“ Frauen meines Vaters. Ihn hat sie erst 10 Jahre nach der Scheidung wieder gesehen. Originalzitat: „Er ist immer noch so ein Arschloch wie früher“. (I35)*

*Meine Mutter starb, als ich 16 war (10 Jahre nach der Trennung). Bis dahin hatte sich nichts verändert. (I37)*

### **Keinerlei Kontakt**

*Nein, sie reden nicht mehr miteinander. Beide Seiten sind wahrscheinlich (zu) kraftlos, um am Ende mit dem anderen (in Kontakt zu sein). (I02)*

*Habe nach der Trennung nie wieder einen direkten Kontakt zwischen Mutter und Vater erlebt. (I03)*

*Meine Eltern hatten keinen Kontakt mehr danach bis heute. Meine Mutter hätte gern Kontakt gehabt, mein Vater hat es strikt abgelehnt. Es war jahrelang verboten, überhaupt meine Mutter zu erwähnen. (I14)*

### **Ambivalentes Verhältnis**

*Mama pocht bis heute auf Papas Hilfe, z. B. bei Umzügen. Er hilft auch. Ansonsten verliert sie kein gutes Wort mehr über ihn. (I34)*

## **8.3.4 Neue Partner des leiblichen Elternteils; Patchworkfamilie**

Neue Partner der leiblichen Elternteile (im Folgenden auch „Stiefeltern-teil“) stellen eine bedeutsame Veränderung der kindlichen Welt dar, die von Kindern sehr unterschiedlich bewertet und auf die in einem breiten Spektrum reagiert wird. Anders als bei einer neuen Partnerschaft des umgangsberechtigten Elternteils geht es bei Partnern des hauptbetreuenden Elternteils darum, mit einem Menschen im Alltag zusammen zu leben, den man sich nicht selbst ausgesucht hat. Die Teilnehmer dieser Studie machten zu diesem Thema zahlreiche Angaben, die im Folgenden aufbereitet werden.

### **Erleben von wiederholten, kürzeren Partnerbeziehungen**

➤ Einige Trennungskinder berichten von wechselnden Partnerbeziehungen

gen eines Elternteils. Dies kann einerseits als völlig unproblematisch erfahren werden, aber auch eine erhebliche Flexibilität des Kindes abfordern bis hin zu dem Erleben, sich zuhause wegen der häufig wechselnden „fremden“ Menschen ungemütlich zu fühlen.

*Da waren ständig irgendwelche Männer bei uns zu Hause, also Freunde, Kollegen, wie auch immer. Mit einigen habe ich mich sehr gut verstanden, und fand die auch witzig, die haben Quatsch mit mir gemacht. ... Aber es war durchaus immer okay, also da hatte ich kein Problem mit, dass die da waren oder dass wir was gemacht haben zusammen. (Alena)*

*Die Beziehung hielt allerdings nicht lang. Danach hatte mein Vater öfter kurze Frauenbesuche, meist von Frauen, die weiter weg wohnten und die ich nur zwei bis dreimal traf. (k05)*

*Ich hatte das Gefühl, dass ich zu den einigen neuen Partnern nett war und sie waren es zu mir, einige mochte ich nicht besonders. Ich fühlte so etwas wie Hoffnung auf eine bessere Situation für meine Mutter und für uns. (l07)*

*Ich kam mit diesen zurecht, allerdings hielten die Beziehungen nicht allzu lange. (l33)*

*Nachdem wir „Vati“ (neuer Partner der Mutter nach elterlicher Trennung) endlich los waren, meine Mutter sich scheiden ließ und seine Schulden bezahlte, gab es eine kurze Ruhepause. Dann zog meine Mutter wieder los und suchte einen neuen Mann / Vater. Aber meine Schwestern und ich verloren sehr schnell das Interesse an einem neuen Vater und so guckte meine Mutter für sich nach einen Partner. Es gab sehr viele und sie übernachteten auch bei uns. Das Zuhause wurde immer fremder und ungemütlicher. Meine Mutter hatte einen untrüglichen Blick für Alkoholiker, die auch gerne mal gewalttätig wurden. Ich fand alle Männer völlig daneben. (l37)*

*Die Freundinnen meines Vaters machten mir Angst - ich ging erstmal davon aus, dass sie so schrecklich sein müssen wie meine Mutter. Von daher war ich sehr zurückhaltend. Meist zerbrachen die Beziehungen daran, dass mein Vater den Frauen klar sagte, dass ich Priorität habe. (l10)*

### **Freundschaftlich – aber doch distanziert, niemals so wie die Eltern**

➤ Einige Kinder betonen, dass der neue Partner ihnen zwar insgesamt nicht unsympathisch, aber der Kontakt in seiner Qualität niemals mit der Elternbeziehung vergleichbar gewesen sei („Konnte für mich nie die Vaterrolle einnehmen“). Dies wird insbesondere an dem distanzierten Körperkontakt beschrieben.

*Ja, es ist im Laufe der Jahre besser geworden. Kontinuierlich besser geworden. Also ich würde sagen, wir haben heute ein absolut freundschaftliches Verhältnis. Aber nie ein Vater-Tochter-Verhältnis. ... Also wir hatten nie irgendwie, also außer dass wir uns beim Guten Tag sagen und Tschüss sagen, vielleicht mal in den Arm nehmen, nie irgendwelchen körperlichen Kontakt. Würde ich auch nicht wollen. Wäre mir komisch. Glaube ich, wäre ihm auch komisch. (Sonja)*

*Ja, also der spielt keine Rolle für mich, aber er war da. Das war Helmut,*

*das war halt der Freund von meiner Mutter, den sie halt nach meinem Vater hatte. ... Sonst ist er halt so mehr so nebenbei gelaufen und war halt da, aber nicht positiv, nicht negativ, so. ... Helmut war okay, also Helmut war in Ordnung, aber er war halt nicht mein Vater. Das hätte er auch nie werden können. (Bernd)*

*Aber ich mochte ihn nie. Also ich mein, ich komme mit ihm aus und ich unterhalte mich mit ihm, aber ich habe ihn nie in den Arm genommen, wurde auch von ihm nie in den Arm genommen. ... Hab ich auch, glaub ich, von mir aus immer abgeblockt. ... So als Kind fand ich das schon spannend, ich bin mit ihm Kühe melken gefahren, und er ist sehr nett und lieb zu Kindern. Und das war schon irgendwie gut, aber ich stand ihm nie so nah und ich wollte auch nicht, dass das jetzt mein neuer Vater wird, das wollte ich nicht. (Anne Katrin)*

*Konnte für mich nie die Vaterrolle einnehmen ... . Es war immer ein freundschaftliches Verhältnis, aber nicht von besonders großer Gefühlstiefe. Hat sich weitgehend aus der Erziehung herausgehalten, mehr auf die gemeinsamen, eigenen Kinder konzentriert. Habe ich aber eher als positiv aufgefasst. Wir haben heute eher seltenen Kontakt, da meine Mutter mittlerweile verstorben ist. Ohne sie haben wir keine richtige eigene Verbindung. (I20)*

### **Positive Beziehungsgestaltung**

➤ Es ist möglich, dass ein Trennungskind die Beziehung zum neuen Partner seines Elternteils sehr positiv bewertet und als Bereicherung empfindet. Hieraus können neue, emotional haltgebende Faktoren entstehen. Dieses wird nachvollziehbar durch die Stabilität der neuen Partnerschaft erleichtert.

*Also ich hatte mit meinem Stiefvater und meinen Geschwistern ein gutes, sehr gutes Verhältnis, besser geht es, glaube ich, nicht, wenn man in dem Alter zusammengewürfelt wird. (Kathrin)*

*Als meine Mutter den „richtigen“ fand, wurde meine Beziehung zu ihrem neuen Partner gut. Er kümmerte sich sehr um mich. (I07)*

*Als meine Mutter lebensbedrohlich erkrankt war – die Krankenhausärzte hatten sie aufgrund ihrer schweren Gelbsucht bereits aufgegeben – hat sich mein späterer Stiefvater D. sehr um mich und meinen Bruder gekümmert. Ich war damals ca. 6 Jahre alt und war D. sehr dankbar, weil er uns Essen gekocht und mich morgens zum Kindergarten gebracht hat. Ich habe D. immer als sehr verlässlich und mir zugewandt erlebt und mochte ihn wirklich gern. (I13)*

*Gut. Ich habe mit beiden sehr enge Beziehungen, auch z. B. über den Tod meines Vaters hinaus. (I21)*

*Mein größter Wunsch war es immer, meine Mutter glücklich zu sehen. So glücklich wie mein Vater war, als er seine jetzige Frau kennen lernte. Mit ihr hab ich schnell ein liebevolles Verhältnis aufgebaut. Sie ist zwar nie ein Mutterersatz gewesen (den brauchte ich ja nicht), aber immer eine gute Freundin.*

*Mit der Freundin meines Vaters kam ich blendend zurecht. Sie hat die*

*Aufenthalte bei ihm überhaupt erst erträglich gemacht. Sie hat oft mit mir gebastelt oder so. Mit ihr konnte ich reden. (123)*

### **Aufbau einer neuen emotionalen Bindung; innige Beziehung; neue Familie**

➤ Einigen Kindern gelingt es, eine neue emotionale Bindung an neue Partner ihrer Eltern zu entwickeln, besonders gilt dies für Partnerschaften in ihrem Lebensmittelpunkt. Sie erfahren liebevolle Zuwendung und Interesse an ihrer Person, sie sind glücklich über eine neue „intakte“ Familie. Eine zuvor als defizitär erlebte Beziehung zu einem leiblichen Elternteil scheint diesen Prozess zu befördern.

*Ja, das ist ganz spannend, weil ich heute sagen kann, er war eher Vater als mein richtiger Vater. ... Er war in der Zeit immer da und hat viele Dinge gemacht, die ein Vater auch macht, abends mit ins Bett bringen und so. Tür zu oder Tür halt noch nicht ganz zu und mit spazieren gehen und Ausflüge und kochen am Wochenende. ... Er war richtig da, ja. (Manuela)*

*Als meine Mutter sich dann neu verliebte und auch meinen Stiefvater heiratete, war ich glücklich, da wir wieder eine Familie waren und mein nun neuer Vater als Grundschullehrer mir auch viel mehr Aufmerksamkeit bot. (k10)*

*In der neuen Umgebung habe ich mich von Anfang an wohl gefühlt. Mein Stiefvater hat schnell mein Herz erobert und war mir ein besserer Vater, als mein leiblicher Vater es je gewesen ist. Er hat sich Zeit für uns Kinder genommen, sich mit uns unterhalten, uns die Welt erklärt, mit uns Legoburgen gebaut usw. Das erste Mal überhaupt, dass ein Mann mit uns Kindern richtig gespielt und uns ernst genommen hat. Ich war in meiner neuen Heimat gleich zu Hause, was ich in dem Dorf, in dem ich die beiden vorherigen Jahre verbracht habe, nie war. (k15)*

*Mit dem neuen Partner verstand ich mich auf Anhieb gut, da er ein viel offenerer Mensch war als mein Vater. ... Sehr gut, da er eine offene einfühlsame Art hatte. Er hat mit mir, anders als mein Vater, über Gefühle und seine eigenen Lebenserfahrung als Teenager gesprochen. (101)*

*Mein Mutter hat wieder geheiratet, da war ich 13 Jahre alt. Mein Stiefvater ist wie mein leiblicher Vater für mich und sie sind seit dem heutigen Tag glücklich verheiratet. ... Ihn mochte ich von Anfang an. Meine Mutter hat mich immer mit einbezogen und mich immer gefragt, wenn er bei uns geschlafen hat. Er hat viel für mich getan, da ich in der Pubertät war und es nicht leicht mit mir war. Er hat er nie die Nerven verloren und mich immer unterstützt. Für mich ist er heute mein Vater. (109)*

### **Konfliktreiche, belastete Beziehung; Ablehnung des Partners**

➤ Etwa jedes zweite Trennungskind dieser Untersuchung berichtet von einer schwierigen, belasteten Beziehung zum neuen Partner eines Elternteils. Dies lässt den Schluss zu, dass es sich bei dem Aufbau dieser neuen Beziehung um einen hochsensiblen Prozess handelt, der nicht selten ungünstig verläuft oder scheitert. Es deutet sich an, dass dieses Risiko mit zunehmendem Alter des Kindes bei Beginn der neuen Partnerschaft zu-



nimmt.

*Aber es war wie vom Paradies verstoßen zu werden, mit einer Person noch zusätzlich, die einem nicht gefällt, die einen überwacht, die Druck ausübt, richtig verstoßen in so einen engen Käfig, aus dem man Schwierigkeiten hatte raus zu kommen. Und das als ein einschneidendes, kras- ses Erlebnis. Wäre ich dem im Alltag mal begegnet, hätte ich meilenweit Abstand genommen. Das wäre nie ein Mensch gewesen, mit dem ich ir- gendeinen Kontakt hab. ... Also es ist bis auf einmal, was wirklich harm- los war, wo er mich mal so gestubst hat, nie Gewalt vorgekommen. Aber ich hatte als Kind immer latent das Gefühl, ich hatte immer den Eindruck, der muss sich beherrschen, sonst haut der dir gleich eine dermaßen run- ter, dass du nicht mehr weißt, wo du bist. (Martin)*

*Das war für mich völlig ausgeschlossen, dass das nun funktionieren wür- de. ... Ja, ich glaube, es war von Anfang an, wir wollten nicht, dass er da wohnt. Der passte da einfach nicht hin, das war unser Onkel, der gehörte zu seinen Kindern, zu seiner Frau und nicht zu uns. Das passte nicht. Ich war ihm gegenüber sehr abgeneigt und ich habe auch ständig mit ihm ge- stritten und ich habe ihm ständig gesagt, er soll seine Koffer packen. ... Als ich in der Pubertät war und wir schon längst woanders wohnten und es gab wieder Streit. Da habe ich seinen Koffer genommen und habe die Sa- chen da rein getan und habe gesagt: Du gehst jetzt und lässt dich hier nie wieder blicken. (Gisela)*

*Nach so zwei Wochen, nachdem mein Vater ausgezogen war, kam halt der nächste. Und das war der Horror überhaupt. ... Er hat immer verbal herumgepöbelt, hat auch meine Schwester angepöbelt und dann immer noch versucht, mich anzugrabschen, ich musste immer Abstand halten. ... Bei dem Typen (hatte ich) einfach nur Wut. Ich war wirklich so weit, dass ich dachte, irgendwann bringe ich den Kerl um. Ja, ich wollte ihn einfach nur loswerden. (Hella)*

*Für mich war halt immer die Situation: Da ist eine Frau, die hat meinen Va- ter aus meiner Familie rausgerissen. Ich sage mal, bis ich 18, 19 war, war das halt mein Standpunkt. Das habe ich auch ganz klar vertreten. (Stefan)*

*Stiefvater war autoritär, gefühlsmäßige Beziehung entwickelte sich bis heute nicht. Bis heute Probleme mit Autoritäten, Aggressionen. War froh, wenn er weg war, ging ihm aus dem Weg, war Störfaktor! (I03)*

*Dann kam meine Stiefmutter, auf die ich mich gefreut hatte (neue Mutter), die sich aber als böse Enttäuschung herausstellte. Dann habe ich mich völlig verschlossen. ... Mit meiner Stiefmutter kam ich nicht zurecht, d.h. ich habe mich bemüht, war brav, aber habe mich von ihr nicht unterstützt oder geliebt gefühlt. sie war eine weitere strenge Instanz, die über meine Entwicklung zur braven persischen Tochter gewacht hat. (I14)*

*Der Freund meiner Mutter war bescheuert. Er hatte an allem etwas auszu- setzen, war älter als meine Mutter und wie oben beschrieben, war die Entwicklung nicht besonders erfreulich. Die Freundin meiner Mutter war ungeheuer klug und außerdem Millionärin. Hm, die war schon toll. Aber wegen ihr hat meine Mutter immer geweint. Das war unangenehm und da mochte ich sie dann auch nicht mehr so sehr. Wir haben selten etwas zu- sammen unternommen. (I15)*

*Ich kam mit dem neuen Freund meiner Mutter gar nicht zurecht. Ich verachtete ihn. Er war übergewichtig, ein Hafenarbeiter und Waffennarr, der sich zwanghaft ordentlich präsentierte und z. B. Teppichfransen gerade kämmte oder mit dem Staubsaugerrohr hinter unserer Katze in ihrem Katzenklo stand, um deren Notdurft gleich weg zu saugen. Er hat mich von meiner Mutter entfernt. (I16)*

*Kurz nach unserem Einzug (Lebensmittelpunktwechsel nach 4 Jahren) hatte mein Vater dann eine feste Freundin, die auch bald bei uns einzog. Mein Verhältnis zu ihr war schwierig, ich habe sie immer mit etwas Geringschätzung betrachtet. Sie hat sich sehr um uns bemüht, aber es war schwierig für sie, weil sie mich durch tolle Haushaltsführung nicht beeindrucken konnte und ich keine „Freundin“ wollte... (I27)*

*Den Freund meiner Mutter fand ich einfach nur eklig. Es gibt auch heute noch keine Beziehung zu ihm, aber ich spreche mit ihm. (I29)*

*Ich merkte schnell, dass er mir nicht sympathisch war. Ich war offen und modern erzogen worden, konnte vieles frei entscheiden und er begann, konservative Regeln zu setzen, ohne sie zu erklären, die uns missfielen. ... Ich entwickelte zu dem Mann meiner Mutter keine positive Bindung, verspürte nach kurzer Zeit des Zusammenlebens nur Abscheu und Ablehnung, da ich mit ca. 14 Jahren bereits sehr rational dachte und Menschen, die handeln ohne zu denken oder gar begründen zu können, Menschen, die schreien und herrschen, nicht ausstehen konnte. (I34)*

### **Kind muss neue Paar- und Beziehungskonflikte, Gewalt und Folgen erleben**

➤ Besondere Belastungen entstehen für ein Kind, wenn es nach der elterlichen Trennung nun erleben muss, dass auch die neue Partnerschaft des Elternteils konfliktträchtig, ggf. sogar mit Tötlichkeiten verläuft.

*Und ständig, wenn sie sich gestritten hatten, hat meine Mutter herumgehult und ich musste mir das immer anhören oder ich habe es mir immer angehört. Sie konnte einfach nicht allein sein. (Hella)*

*Aber in der Beziehung gab es von Anfang an richtig Streit. Also da flogen ständig die Teller und Tassen durch die Gegend. ... Es war von Anfang an kein harmonisches Verhältnis, kein liebevolles Verhältnis, sondern mehr so eine Zweckgemeinschaft von meiner Mutters Seite aus und auch so nach dem Motto: Na ja, ich krieg den schon noch hingedreht ... Also sie ist da auch vor sich selber weglaufen. Vielleicht habe ich so als Kind gespürt, dass es nicht ehrlich gemeint war von ihr, dass ich auch deswegen sagte, das ist nicht richtig, oder: Da wollen wir gar nicht hin, das finden wir doof. Und ich mich da immer so gegen gesträubt habe. (Alena)*

*Der neue „Vati“ stellte sich ziemlich schnell als Flop heraus. Meine großen Schwestern haben ihn blitzschnell als das entlarvt, was im Laufe der Jahre immer deutlicher wurde: irgendwie war er nur eine Hülle. ... Ich glaube, wenn er zu Hause war, war er zu betrunken, um an irgendetwas teil zu nehmen. Wenn er wach war, stritt er mit meiner Mutter. ... Ich wollte so gern einen Vater haben und habe versucht, die Hülle mit den von mir gewünschten Eigenschaften zu füllen. Aber als er dann anfing, meine Mutter zu schlagen und schließlich versuchte, sich im Fensterkreuz zu erhängen,*

*klappte es nicht mehr. Dieses Gefühl, Kind zu sein, ging mit derartigen Erlebnissen schnell verloren. Vorsicht, Achtsamkeit war gefragt. (I37)*

### **Hauptbetreuendes ET als Vermittler zwischen Kind und Partner**

➤ Bei Konflikten zwischen dem Stiefelternteil und dem Kind kann der leibliche Elternteil in die Position kommen, zwischen beiden zu vermitteln, um die Spannungen in dem neuen Familienverband zu mindern.

*Das waren auch Sachen, wo man einfach logisch sagen kann, was er (der Stiefvater) da will oder sagt oder von der Schule von uns will, ist völlig absurd, das widerspricht jeglicher Logik. Und dann hat sie immer gesagt: Ja, aber ihr wisst doch, wie er ist, und da hat sie wieder mit ihm geredet. ... Ja, also sie war schon, denke ich, da deutlich zwischen den Fronten und hat dann versucht, immer so seine Launen und jedenfalls das, was so seiner Vorstellung von einem Zusammenleben oder von Werten entsprach, zu vermitteln, dass es dann irgendwie passt. (Martin)*

### **Konflikte zum Stief-ET belasten die Beziehung zum hauptbetreuenden ET**

➤ Ein starkes Konfliktgeschehen zwischen dem Kind und einem Stiefelternteil kann zur Belastung der Beziehung des Kindes zu seinem leiblichen Elternteil führen. Dabei spielen Gefühle bei dem Kind eine Rolle, der leibliche Elternteil solidarisiere sich mit seinem Partner gegen das Kind, stehe den als negativ erlebten Erziehungsaktivitäten des Partners zu passiv gegenüber bzw. gebe dem Kind diesbezüglich keinen ausreichenden Schutz.

*Und weil er sich auch mit meiner Mutter verbündet hat, meiner Meinung nach damals gegen uns, so haben wir das empfunden. ... Und sie hat aber andererseits sich auch immer darüber beschwert, dass er das macht. Aber sie hat sich eben nicht durchsetzen können. Er hat dann so Regeln aufgestellt, die Kinder dürfen die Stereoanlage nicht bedienen, weil wir sie sonst kaputt machen. Und das hat sie dann auch mitgetragen. Also sie hat seine Regeln mitgetragen und das man ihr natürlich auch übel genommen. (Gisela)*

*Meine Mutter hatte das alleinige Sorgerecht und traf somit alle Entscheidungen mich betreffend ohne meinen Vater, aber gemeinsam mit meinem Stiefvater. Ich entwickelte zunehmend das Gefühl, dass er alles entschied und meine Mutter nicht auf meiner, sondern auf seiner Seite war. Ein geläufiger Ausspruch meiner Mutter dazu war: „Ich sag dir eins, du brauchst nicht glauben, dass ich mit dir durchstecke!“ Es gab immer mehr Probleme. (k08)*

*Außerdem war sie natürlich an der Seite „meines“ Vaters und ich hatte das Gefühl, außen vor zu sein. Es kam soweit, dass man mich aufs Internat stecken wollte. Aber glücklicherweise habe ich lange genug dagegenhalten können. (I22)*

*Und dann weiß ich noch, wie er geschimpft hat: „Deine Tochter, diese kleine Schlampe“ und so. Und meine Mutter hat nichts gesagt. Oder wenn, dann nur „Ja, komm, ist doch nicht so schlimm, was sie gemacht hat“ und so. Ich konnte das nicht akzeptieren. Ich habe mich von ihr auch verraten gefühlt, weil ich erwartet hatte, dass sie mich wenigstens einmal in Schutz*

*nimmt. Und ich weiß noch, wie ich an der Tür stand und so wütend war. Wie ich so eine Wut hatte auf meine Mutter. Und ich meine, ich hatte auf meine Mutter sogar noch mehr Wut und vor allen Dingen war es auch gepaart mit Enttäuschung. (Hella)*

*Jedenfalls war es dann schnell so, dass immer die Frau auch mit dabei war, also ich war nie mit meinem Vater allein. ... Und hat mich natürlich auch auf irgendeine Art ausgefragt oder mir Fragen gestellt. Ja, ich mochte sie auch nicht, die Bärbel, und nun soll ich der was erzählen, das geht sie eigentlich gar nichts an. Ich will das meinem Vater wohl erzählen, aber wenn sie immer dabei ist, denn mache ich den Mund nicht auf. ... Sie hat meinen Vater davon abgehalten, auch wirklich ganz massiv davon abgehalten, auf mich einzugehen. (Alena)*

### **Hass; „es war die Hölle“**

➤ Einige Kinder erfahren das Zusammensein mit einem von ihnen abgelehnten Partner des leiblichen Elternteils als derartig belastend, dass sie Formulierungen wie „ich habe ihn gehasst“, „eisige Zeiten“ oder „es war die Hölle“ wählen.

*Meinen späteren Stiefvater habe ich phasenweise gehasst und bin ihm aus dem Weg gegangen, wo ich konnte. Sie hat die Heirat mit ihm ... damit begründet, dass ich wieder einen Vater haben sollte. Ich habe zwischenzeitlich bei einem Freund und seiner Familie gewohnt, weil ich es mit meinem Stiefvater nicht ausgehalten habe. (100)*

*Meinen Stiefvater mochte ich weniger, er war ein missmutiger Brummkopf (mit Geld, daher heiratete meine Mutter ihn) und stand auf kleine Mädchen, wie ich leider wenig später zu spüren bekam. ... Als ich 9 war, musste ich ein Adoptionspapier unterschreiben. Meine Mutter erklärte, dass wir nun eine richtige kleine Familie seien. Ich nahm den Nachnamen meines Adoptivvaters an. ... Meine Mutter erklärte mir am selben Tag, dass J. ab sofort nicht mehr mein Vater sei, sondern Adoptivvater G. sei es. Ihn müsse ich ab sofort mit Papa anreden. Mir war das zutiefst zuwider. Ich hasste ihn und akzeptierte ihn als Vaterfigur in keinster Weise. (110)*

*Meine erste Stiefmutter hat mir die Hölle auf Erden bereitet und die Trennung meiner Eltern dagegen als harmlos erscheinen lassen. (132)*

*Als mein Vater dann seine zweite Frau kennen lernte, brachen für mich eisige Zeiten an. Nicht sofort, sondern erst, als sie schwanger wurde. Aus dieser Hölle bin ich erst kurz vor dem Abitur „ausgestiegen“, indem ich wieder nach B. zu meiner Mutter zog, weil meine Noten immer schlechter wurden, ich aber ein gutes Abitur machen wollte, um studieren zu können. (136)*

### **Zur Liebe gezwungen; ich musste ‚Papa‘ sagen**

➤ Es ist möglich, dass Kinder sich gezwungen oder implizit gedrängt fühlen, einen „Stiefelternteil“ mit „Papa“ oder „Vati“ o. ä. zu bezeichnen bzw. diesem körperliche Zuwendungen zu zeigen (z. B. Gute-Nacht-Kuss), wozu sie nicht bereit sind, wogegen sie sich auflehnen und dies letztlich als psychische Gewalt oder Grenzverletzung erleben.

*Das kann dann also quasi gerade mal ein halbes Jahr nach der Scheidung gewesen sein, dass wir alle am Frühstückstisch saßen und dass dann eben dieses Thema war, warum ich nicht zu Roland ‚Papa‘ sage. Das war so, da habe ich aufgebeht. Hab ich gesagt: ‚Nein, mache ich nicht.‘ Und dass meine Mutter dann sauer geworden ist und gesagt hat: ‚Das machst du jetzt aber und ich will das.‘ Das war mir, glaube ich, in dem Fall auch egal gewesen, was für Strafen oder Sanktionen da gekommen wären... . Und dann war das aber ganz gut, dann hat Roland sich dann eingesetzt: Nein, das muss sie nicht, sie kann das selber entscheiden, wenn sie es irgendwann möchte, ist es okay. Aber ich bin Roland, und gut ist. (Sonja)*

*Ja, weil es war auch von vornherein klar, meine Mutter wollte: Das ist jetzt euer Vati. Hat auch immer gesagt: Ihr müsst nicht, so nach dem Motto, aber er hätte es gerne, wenn ihr Vati sagt. ... Es wurde immer gewünscht, vor dem Zubettgehen musste der Stiefvater geküsst werden. So Gute-Nacht-Kuss. ... Es war ganz klar, ich krieg das Wort nicht weg, Vergewaltigung ist zu viel gesagt, aber es ging in die Richtung. Es wurde ein körperlicher Druck ausgeübt. (Martin)*

### **Ich schäme mich für den neuen Partner**

- Ein Kind kann Scham und Peinlichkeit für den Partner seines Elternteils empfinden.

*Das haben auch die Kinder so auf der Straße gesagt: wer ist denn das? Und ich sag: na ja, der neue Partner. Das kann ja gar nicht dein Papa sein, der ist ja viel zu jung. ... Was auch stimmte, klar. Was ... ich dann noch verletzender fand. ... In der Zeit fand ich das unglaublich peinlich. Wenn denn auf einmal einer mitkommt zu irgendwelchen Schulveranstaltungen oder so und dann sollte der auf einmal sozusagen den neuen Vater vorstellen. Ich meine, jeder hat gesehen, dass das nicht sein konnte, weil er halt sehr jung war. Fand ich unglaublich peinlich, also vor Lehrern, und so habe ich immer nur gehofft: Bitte, bitte, bitte, dass er jetzt nicht irgendwie auftaucht. (Sonja)*

### **Sich zurückgesetzt fühlen**

- Ein Kind kann sich gegenüber dem elterlichen Partner oder dessen Kind(er) zurückgesetzt und letztlich vom Stiefelternteil abgelehnt fühlen.

*Damals so in der Zeit der Pubertät vor allen Dingen, da brauchte man ja ständig irgendwie Geld für die Tanzschule und Taxi und wir haben nie einen Pfennig gekriegt und seine Kinder wurden mehr oder weniger zugeschüttet mit Geld. (Gisela)*

*Mein Stiefvater hat sich extrem auf „sein“ Kind fixiert. Mein erneuter Umzug zu den Großeltern hing damit zusammen, dass er mich nicht akzeptieren konnte und meine Mutter gebeten hatte, mich zurückzugeben. Diese Ablehnung und das Empfinden, dass meine Eltern sich nicht wirklich für mich interessierten, hat in der Kindheit und Jugend meine Selbstwahrnehmung geprägt - wie übel muss man sein, dass die eigenen Eltern einen ablehnen? (k01)*

*Und dann war's ja auch so, dass sie immer dabei war und irgendwann, da fühlte ich mich auch ein bisschen übergangen, sah ich halt nur Ringe an*

den Fingern. Habt ihr jetzt geheiratet? Ja, wir haben geheiratet. (Wie hat das auf Sie gewirkt?) Ja, eben hintergangen habe ich mich gefühlt und traurig. ... Ja, das hätte man mir ja auch mal sagen können vielleicht. (Alena)

### **Eifersucht auf Partner und neue Kinder**

➤ Ein Trennungskind kann das Gefühl „rasender Eifersucht“ erleben, und zwar in der Wahrnehmung, durch eine neue Partnerschaft des leiblichen Elternteils oder durch die Geburt eines daraus entstandenen Kindes gehe ihm ein Teil elterlicher Zuwendung und Liebe verloren.

*Obwohl als meine Mutter dann wieder geheiratet hat, da war also für mich das ganz klar: die haben jetzt geheiratet, sind immer noch relativ jung, die kriegen auch jetzt ein Kind zusammen. Und da war ich so eifersüchtig. Ich habe es nicht gesagt. ... Kriegt meine Mama noch mal mit einem anderen Mann ein Kind? Und da habe ich mich so reingesteigert, dass ich eifersüchtig wurde. (Kathrin)*

*Und ich erinnere mich, dass ab dem Zeitpunkt meine Mutter nicht mehr so viel mit uns gespielt hat. ... Und dann habe ich auch in mein Tagebuch geschrieben, dass meine Mutter eben nicht mehr mit uns Fische angeln spielt. (Gisela)*

*Papa, wen hast du eigentlich lieber, mich oder Christa, so hieß seine Freundin. Und da meinte er tatsächlich, was ich heute noch nicht fassen kann, das weiß er nicht. Darauf habe ich ihn dann mal mit 22 angesprochen. (Kathrin)*

*Er (Stiefvater) nahm mir meine Mutter weg. Er dachte dasselbe. Wir kämpften stets um Aufmerksamkeit meiner Mutter und machten es ihr nicht leicht. (k05)*

*Der zweite Mann meiner Mutter war 9 Jahre jünger als sie. Ich fand ihn zu jung und ich war rasend eifersüchtig, denn sie wendete sich von uns ab, so mein damaliges Gefühl. Ich duldeten ihn in unserer Whg. Die einzige Bedeutung, die der Mann meiner Mutter hatte, war für mich, dass er der Vater meines jüngsten Bruders wurde. (I30)*

*Und was eben schade ist, als diese neue Beziehung sich anbahnte, dass meine Mutter sich auch so ein bisschen mir gegenüber wieder verschlossen hat, also nicht mir gegenüber verschlossen hat, sondern dass ihr neuer Mann einfach sehr eifersüchtig auf mich war, oder immer noch ist. ::: Sie musste das immer versuchen auszutarieren und durfte mir nicht zu sehr Liebe schenken in seiner Gegenwart oder mich zu sehr loben oder musste da immer irgendwie das Gleichgewicht halten ... (Das hat in Ihnen dann auch ein Gefühl ausgelöst, nicht ganz satt zu werden.) Und eben - ja auch eine Abneigung gegenüber diesem Mann, weil der nimmt mir auch ein Stück Mutter weg. Oder er verändert meine Mutter so, dass sie nicht mehr so ist, wie sie eigentlich mal war. (Alena)*

### **Sexueller Missbrauch; Grenzverletzungen**

➤ Ein Kind kann durch einen Stiefelternteil sexuelle Grenzverletzungen oder schweren sexuellen Missbrauch erleben und diesbezüglich ein

schützendes Handeln des leiblichen Elternteils vermissen.

*Er hat immer verbal herumgepöbelt, hat auch meine Schwester angepöbelt und dann immer noch versucht, mich anzugrabschen, ich musste immer Abstand halten. (Hella)*

*Aufgrund des Missbrauchs vom 8.-12.Lj. hasste ich ihn. Mit 12 trat ich ihm ins Gesicht, danach ließ er mich in Ruhe und mein Hass schlug in totale Gleichgültigkeit um. Meine Mutter hat alles mitbekommen, aber nichts dagegen unternommen. (I10)*

*Einer von ihnen wollte mich immer anfassen und sehen, ob mir schon Brüste wachsen. Meine Mutter hat nie etwas gesagt und mir wurde ehrlich gesagt auch erst während der Therapie klar, was da eigentlich alles mit mir passiert ist. (I22)*

*Mit dem ersten neuen Lebenspartner kam ich gut zurecht, er war für mich wie ein Freund. Doch dieser Partner beging über Jahre Inzest mit mir. ... Da erlebte ich ein „Machtgefühl“ ihm gegenüber. Zu diesem Zeitpunkt fand ich das noch gut. ... Er ist jetzt seit einem Jahr tot - doch ändern tut sich gefühlsmäßig dadurch gar nichts. (I35)*

*Allerdings hat er auch gelegentlich sexuell anzügliche Bemerkungen (über mich) gemacht, die ich sehr abstoßend fand. ... Er hat mir auch einmal an die Brust gefasst und „Klingeling“ gesagt. Er fand das wohl lustig. Ich war starr vor Schreck, und meine Mutter hat nichts gemacht, obwohl sie dabei war. (I36)*

### **Erneutes Trennungserleben des Kindes**

➤ Als eine sehr schwere Belastung in der Biografie eines Trennungskindes muss gelten, wenn es sich emotional auf die Beziehung zu einem Stiefelternteil einlässt und es dann im weiteren Verlauf erneut zu einer partnerschaftlichen Trennung kommt.

*Aber sie wollte sich nicht so fest binden und dann hat sie sich wieder von ihm getrennt. Und dann ist wieder eine Welt für mich zusammengebrochen. ... Dann habe ich mich wieder so einsam gefühlt. Das war wie so ein Loch, in das ich reingefallen bin. Weil dann wieder keiner da war. Dieses Familiengefühl war wieder weg. (Yasmin)*

*Zuerst distanziert, aber er ließ mich auch zu Frieden. Dann habe ich mit ihm gemeinsam Hühner gerupft und Küken aufgezogen, ich hatte ein eigenes Kaninchen, das ich selber versorgt hatte. ... Onkel F. ermöglichte uns den Lebensstandard und war froh über Familie, weil er keine eigene hatte. Leider hat er auch getrunken und meine Mutter geschlagen, da hat sich meine Mutter mir anvertraut und ich habe dann natürlich zu ihr gehalten. Wir sind dann wieder umgezogen und haben den Mann verlassen. (I18)*

### **Neuer Partner versteht sich mit getrennten ET**

➤ Wenn es einem neuen Partner gelingt, eine entspannte oder zumindest konfliktarme Beziehung zum getrennten Elternteil zu unterhalten, kann sich dies deeskalierend auf das gesamte Konfliktfeld und damit belastungsmindernd auf das Kind auswirken.

*Also das Verhältnis zwischen den beiden war schon ganz okay. Wobei die hatten jetzt nicht wirklich Kontakt miteinander, aber die haben sich halt irgendwie kennen gelernt, wie kann ich nicht sagen, und die hatten nichts gegen einander. ... Es kann nun sein, dass Helmut dazu beigetragen hat, dass meine Mutter da so ein bisschen nach gelassen hat mit der Zeit, das kann sein. Das kann ich jetzt zwar nicht so sagen, aber das könnte ich mir vorstellen. Auf jeden Fall. (Bernd)*

### **8.3.5 Kontakt zum nicht hauptbetreuenden Elternteil**

Außerordentlich bedeutsam für die weitere Entwicklung der Beziehung eines Kindes zu seinem nicht hauptbetreuenden Elternteil ist die Kontaktgestaltung zu diesem nach der elterlichen Trennung. Dabei geht es nicht nur um Häufigkeit und Dauer dieser Begegnungen, also um die Quantität, sondern ganz besonders um die Qualität dieses sog. „persönlichen Umgangs“. Das Ausmaß der begleitenden Elternkonflikte, die Stabilität von Regelungen usw. stellen wichtige Variablen für das kindliche Belastungserleben dar.

#### **8.3.5.1 Gestaltung und Erleben des Kindes**

##### **Es gab nach der Trennung keine Kontakte**

➤ Leider müssen manche Kinder nach der elterlichen Trennung erfahren, dass ein Elternteil aus seinem Leben geht, in unerreichbare Ferne rückt und damit kein weiterer Kontakt mehr stattfindet.

*Nein, für mich war meine Mutter weg – unerreichbar. (I14)*

*Der Familienrichter hat uns befragt, wir wollten unseren Vater nicht sehen. Ich war froh, dass wir keine Regelung mit Besuchsrecht hatten. (I17)*

*Ich hatte (ab Trennung mit 12 Jahren) bis zur Volljährigkeit keinen oder höchstens zeitweise schriftlichen Kontakt zu meinem Vater. (I18)*

*Ich bin Jahrgang 1965, als sich meine Eltern trennten war es 1969/1970. Ich hing sehr an meinem Vater und habe ihn seit 1970 nicht mehr gesehen. Ich habe es bis heute nicht recht verwunden. Nachdem mein Vater mich aus dem Kindergarten entführt hatte, durfte ich ihn dann gar nicht mehr sehen. (I35)*

##### **Ungeregelt, aber durch räumliche Nähe oder berufliche Verbindung häufig**

➤ Mitunter ist der Kontakt eines Kindes zum nicht hauptbetreuenden Elternteil durch räumliche Nähe oder nach wie vor berufliche Verbundenheit beider Eltern häufig und niedrigschwellig (von dem Kind selbst) herstellbar, auch ohne bestehende formale Besuchsregelung.

*Ja und da der Weg nie weit war über den Hof, mein Vater hat auch keine eigene Wohnung und ich zwangsläufig natürlich auch meine Großeltern*



*oft sah und sehen wollte, ihn natürlich auch. Ich war nie ihm gegenüber: Den will ich nicht haben oder nicht sehen. (Gabi)*

*Allerdings waren meine Eltern und wir damit auch in einer besonderen Situation: da Mutter und Vater ... zusammen auf einem Grundstück diverse Betriebe aufgebaut hatten, kam es automatisch immer stets durch die Betriebe zu Kontakten mit dem Vater. Es gab bei uns keine geregelten Besuchszeiten. Auch schlief mein Vater 1x pro Woche in einem Zimmer auf dem Grundstück. Durch die immerwährende - auch nach der Scheidung - Verquickung von Privat- und Berufsleben kam und ging mein Vater praktisch auf dem Hof mit all den Betrieben ein und aus. (k06)*

*Mein Vater lebte im selben Dorf, ich konnte, wenn ich wollte, jeden Tag besuchen und er uns. ... Zu meinem Vater änderte sich wenig. Ich ging zu ihm, wann ich wollte, aber es wurde vielleicht weniger, was ich aber alterssoziologisch begründen würde und nicht der Trennung zuschreiben will. Man verbrachte nicht viel Zeit mit der Familie. (I34)*

### **Sporadisch, ungeregelt**

➤ Manche Trennungskinder haben eher seltene und aus ihrer Sicht unregelmäßige, letztlich unkontrollierbare Kontakte zu dem besuchsberechtigten Elternteil.

*Das war einerseits schon ein befreiendes Gefühl, weil ich mich in dem Moment gefreut habe, ihn wieder zu sehen. Wenn man ihn dann wirklich ein halbes, dreiviertel Jahr nicht gesehen hat, ist das natürlich auch schon eine relativ lange Zeit. ... Also wir haben im Garten gearbeitet und sonstige Sachen gemacht und uns viel die Zeit vertrieben, sage ich mal. Wir haben nie wirklich viel geredet und sonst irgendwas gemacht, sondern einfach nur Zeit miteinander verbracht. (Stefan)*

*Daran kann ich mich nicht mehr so gut erinnern. Wir haben gelegentlich unser Vater gesehen. An einer Regelung kann ich mich nicht erinnern. (I24)*

*Ich habe in der ersten Zeit nach der Trennung (bis zum Alter von etwa 7 Jahren) meinen Vater alle ein bis drei Monate gesehen, danach nur noch einmal jährlich. Die Ferien haben wir nie zusammen verbracht.*

*Nach meinem Umzug zu meiner Mutter mit 16 Jahren sah ich meinen Vater nur noch sporadisch alle 1-3 Monate etwa am Wochenende. (I32)*

### **Regelmäßig, problemlos, unkompliziert**

➤ Ein häufiges Setting besteht in einer fest vereinbarten Umgangsregelung, die von allen Beteiligten eingehalten wird. Darüberhinaus sind auch weniger starre Lösungen möglich, die es einem Kind unkompliziert ermöglichen, nach seinen Bedürfnissen die Kontaktdauer und -häufigkeit zu regulieren.

*Meinen leiblichen Vater habe ich dennoch vermisst. Jedes zweite Wochenende waren wir bei ihm. (k15)*

*Das war völlig unproblematisch. Es gab feste Vereinbarungen, wann wir unseren Vater treffen konnten und daran haben sich, meiner Erinnerung nach, alle gehalten. (I37)*

*Die Absprache zwischen meinen Eltern war halt so, dass mein Vater bei uns Kindern nachfragen konnte oder wir ihn sehen wollen und dann war das halt in Ordnung. Also da gab es keine geregelten Zeiten, wo wir jetzt bei ihm sein mussten oder auch nicht. Sondern das war wirklich frei für uns verfügbar quasi. Das war auch ehrlich sehr angenehm. (Stefan)*

*Mein Vater ist aus beruflichen Gründen 1981 nach B. gezogen, hat aber die Wohnung in H. behalten. Der Besuch fand sporadisch statt. An die Besuchsregelung kann ich mich nicht erinnern, es wurde aber unkompliziert gehandhabt. In den Ferien wurden Unternehmungen mit meiner Mutter und ihrem Partner oder mit unserem Vater unternommen. Auch hier lief es nach meiner Wahrnehmung unkompliziert. ... Besuche und Unternehmungen mit meinem Vater waren trotz der Streitigkeiten kein Problem. (I01)*

*Ich durfte meinen Vater immer sehen, wenn ich wollte. (I15)*

*Wann immer wir Zeit und Lust hatten, trafen wir uns bzw. fuhren gemeinsam weg. Wir haben uns mindestens einmal die Woche gesehen. (I21)*

*Wir hatten keine festen Besuchsregelungen. Meine Schwester und ich konnten meinen Vater besuchen, wann immer wir wollten. Wie oft das genau war, weiß ich nicht mehr, ich vermute, so alle zwei Wochenenden im Schnitt. Wie gesagt, es gab aber keine festen Regeln. (I27)*

*Ich konnte von Anfang an immer frei entscheiden, Papa hat sich immer Zeit genommen, nie nein gesagt, Mama die Treffen nicht unterbunden. (I34)*

### **Das Kind kann Kontakthäufigkeit bestimmen – Belastungsaspekte**

➤ Einige Kinder empfinden die Freiheit, die Kontakthäufigkeit zu bestimmen, als eine auf ihnen lastende Verantwortung, und zwar insbesondere dann, wenn sie im Rahmen des elterlichen Spannungsfeldes in Loyalitätskonflikte verstrickt werden. Wie ein Kind sich auch hinsichtlich der Kontaktregelung entscheidet, es ist sich bewusst, dass es sich stets um eine „implizite Botschaft“ an die Elternteile handelt bzw. von diesen so interpretiert werden kann.

*Was auf der einen Seite sicherlich gut ist, auf der anderen Seite eine tierische Last für mich war, ... weil ich immer das Gefühl hatte, wenn ich zu meinem Papa gehe, tue ich meiner Mama weh, ... nicht ich tue ihr weh, aber es ist schwer für sie. ... Aber es wäre besser gewesen, es hätte feste Termine gegeben. (Kathrin)*

*Also es war immer so: Die Verantwortung lag bei uns. Also wir hätten sagen sollen: Mama, jetzt wollen wir zu dir. Und von meinem Vater aus war es immer so: Sie ist die Verräterin. Und wenn wir sozusagen was aus unserem eigenen Antrieb gesagt hätten, dann hätten wir ja uns auf ihre Seite gestellt und dann wären wir auch Verräter geworden. ... Also für meine Mutter finde ich, sie hat das nicht richtig gemacht, es uns zu überlassen, wann wir zu ihr wollen und uns dafür auch die Verantwortung zu geben. Also das wäre besser gewesen, wenn sie gesagt hätte, wann wir uns sehen. (Maria)*

### **Überwiegend Ferienkontakte**

➤ Aufgrund einer größeren räumlichen Entfernung eines Kindes zum nicht hauptbetreuenden Elternteil können Wochenendkontakte nicht durchführbar sein, so dass sich die persönlichen Begegnungen auf die Ferienzeiten beschränken müssen.

*Die Lösung, meine Ferien bei meiner Mutter zu verbringen, war eigentlich ganz gut. Sicher hätte ich sie gern auch zwischendurch einmal gesehen, aber das war wegen der Entfernung nicht so einfach. (I36)*

### **Keine große Veränderung in Kontaktintensität erlebt**

➤ Wenn ein Kind auch vor der Trennung einen Elternteil wenig gesehen hat, z. B. aufgrund dessen Berufstätigkeit, kann es die spätere Kontaktregelung als wenig unterschiedlich und damit kaum einschneidend in Bezug auf seine Beziehung zu diesem Elternteil wahrnehmen.

*Es gab keinen großen Unterschied zu vorher, da mein Vater unter der Woche immer sehr spät nach Hause gekommen war, haben wir ihn meist nur am Wochenende gesehen. Und das war nach der Trennung genauso möglich. (k07)*

### **Gemeinsame Unternehmungen beider Eltern mit dem Kind**

➤ In seltenen Fällen unternehmen beide Eltern auch nach deren Trennung ab und zu etwas gemeinsam mit ihrem Kind. Dies setzt zumindest eine basale Fähigkeit zur Kooperation voraus. Das Setting wird aber auch gewählt, wenn es aus irgendwelchen Gründen nicht möglich erscheint, das Kind alleine mit dem besuchsberechtigten Elternteil zusammen sein zu lassen, und damit die gemeinsame Unternehmung als eine der wenigen noch verfügbaren Optionen für eine Kontaktgestaltung verfügbar bleibt.

*Wenn alles gut verlief und er nicht getrunken hatte auch in der Woche oder zum Wochenende hin, dann haben meine Eltern trotzdem auch versucht, gemeinsam Ausflüge zu unternehmen. Wir hatten zum Beispiel von der Fabrik so ein Holzhäuschen am Strand, das war für alle Fabrikarbeiter, das nannte sich Sommerzone, und dann hatte man kleine Bungalows und die konnte man für den Sommer mieten. Also da sind wir dann trotzdem als eine Familie dort hingefahren. (Gabi)*

### **Allmähliche Reduzierung der Kontakte; wurde weniger wichtig oder fremd**

➤ Eine doch häufigere Entwicklung besteht in einer langfristigen Reduzierung der Kontakte. Dies kann durch verschiedene Faktoren befördert werden. Kinder in der Pubertät neigen von sich aus dazu, starre Umgangsregelungen abzulehnen. Andere wiederum fühlen mit zunehmendem zeitlichen Abstand von der elterlichen Trennung eine Entfremdung von dem nicht hauptbetreuenden Elternteil oder sie spüren, dass ihnen dieser immer weniger emotional wichtig ist. Hintergrund können auch Spannungen zu neuen Partnern des Elternteils sein. Sicherlich spielen nicht selten auch kontaktbehindernde Einflüsse der Hauptbetreuungs-

person in diese Entwicklung hinein (s. u.), aber auch Verhaltensweisen des Umgangsberechtigten, die vom Kind als ungünstig oder verletzend erlebt werden.

*Tja eigentlich sah ich meinen Vater am Anfang noch regelmäßig, aber durch seine immer wieder wechselnden Beziehungen gab es viele Schwierigkeiten. Zudem meine Mutter sehr eifersüchtig auf mich war und immer wieder meinen Vater als schlechten Menschen darstellte, brach der Kontakt häufig ab. Mir wurde das um meinen 12/ 13. Lebensjahr dann zu viel, dass ich selber den Kontakt zu meinem Vater abbrach und sogar Lügen erfand, um es bei Gericht durchzusetzen. (k10)*

*Mein Vater wurde mir zunehmend unwichtiger. Mein Lebensmittelpunkt war ein anderer. Er hat sich - wohl nicht völlig zu Unrecht - ausgegrenzt gefühlt. ... Bei Besuchen bei meinem Vater ist mir immer wieder aufgefallen, wie anders die Lebenseinstellung und die Lebensart dort sind. (k15)*

*Da mein Vater sich nie an Regeln oder so was gehalten hat, war es mir zum Schluss völlig egal, ob er kam oder nicht. Nachher hab ich mich auch nicht mehr gemeldet. (l09)*

*In dieser Zeit sah ich meinen Vater immer weniger, da meine Mutter die Besuche oft verhinderte oder verschob. (l10)*

*Mit ungefähr 13 Jahren wollte ich meinen Vater nicht mehr so oft sehen, er hatte immer an meinen Freunden etwas auszusetzen. Mein Bruder (ein Jahr jünger) hat ihn weiterhin regelmäßig (alle 2 Wochen) gesehen. Mein Vater ist aus H. nach E. gezogen. Das hat alles etwas erschwert. Ferien haben wir ein mal im Jahr mit ihm verbracht, bis ich 14 war. (l15)*

*Die Besuchswochenenden bei meiner Mutter haben mich belastet, weil ich mich teilweise wenig willkommen und einsam fühlte. Ich habe sie dann nach und nach reduziert, den Kontakt einschlafen lassen. (Ab 14 Jahre) Es war ein schleicher Prozess des sich immer weniger Sehens. Ich erlebte das geringe Engagement meiner Mutter als Desinteresse und habe mich meinerseits zurück gezogen. Wenn sie mich angesprochen hätte, was los sei, sich interessiert hätte für meine Gefühle in Bezug auf sie und die Scheidung, hätte ich mich vermutlich weniger distanziert. (l16)*

### **Heimliche Besuche**

➤ In schwierigen Konfliktlagen kann es vorkommen, dass ein Kind nur die Möglichkeit sieht, in heimlicher Weise den Kontakt zum anderen, nicht hauptbetreuenden Elternteil zu suchen.

*Ich habe meine Mutter vom 7. bis 12. Lebensjahr gar nicht gesehen, danach 1 Jahr heimlich besucht, danach offiziell genehmigt 1x wöchentlich und 1 Woche Ferien. (l14)*

### **Festtage, besondere Anlässe**

➤ Festtage sind für ein Kind (und natürlich auch seine Eltern) im Rahmen der Umgangsregelung besondere Anlässe, die Sondervereinbarungen erfordern. Die teilnehmenden Trennungskinder berichten davon, dass stets einer der Elternteile fehlte, dass die Gefahr eines Konfliktgeschehens bestand und das Kind Loyalitätskonflikte erlebte, wenn es hinsichtlich der

Festtagsgestaltung selbst wählen konnte, mit wem es diese verbringen wollte. Die beiden letzten Beiträge (I02 und I15) zeigen aber auch, dass Festtage Anlässe sein können, in denen die gesamte Familie auch nach der Elterntrennung zusammenfindet und mit dem Kind feiert.

*Das einzige, was ich schon immer blöd fand, war, dass mein Vater nicht zu meinen Geburtstagen kam, was an der Situation zwischen meinen Eltern lag, sie reden kein Wort miteinander. (k08)*

*Er hat verlangt, zu den Geburtstagen von uns eingeladen zu werden. Meine Mutter hat das untersagt, da sie schlimmste Erwartungen an ein Zusammentreffen meines Vaters und meines Stiefvaters knüpfte. Geburtstags- und Weihnachtsgeschenke bekamen wir von ihm irgendwann mit der Begründung nicht mehr, dass er sie nur geben würde, wenn wir zusammen feiern. (k15)*

*Die größten Schwierigkeiten für mich waren immer die Zeitpunkte, in denen ich mich für ein und gegen das andere Elternteil entscheiden musste (Weihnachten, Geburtstag ...). Man möchte sich ja nicht auf eine Seite stellen und man kann es oft nur einem Elternteil recht machen. Aber auch in diesen Situationen haben mich meine Eltern, so gut es ging, unterstützt und mir klar gemacht, dass ich schon die richtige Entscheidung treffen werde. Keiner hat es mir übel genommen, wenn ich ... dem einen abgesehen habe. Es war manchmal eine Gratwanderung zu versuchen, das Gleichgewicht zu behalten. (I06)*

*Mit Ostern und Weihnachten setzten meine Eltern mich weiterhin massiv unter Druck mit dem Ergebnis, dass ich alle Emotionen vom Weihnachtsfest abschnitt und sofort nach dem Fest vergaß, bei wem ich es verbracht hatte. Wenn dann das nächste Weihnachtsfest nahte, fragte ich meinen Freund, bei wem ich im Vorjahr gewesen war. Er sagte es mir, und ich fuhr darauf emotionslos zum anderen. (I36)*

*(Kontaktversuche des Vaters?) Nein, außer zu Feiertagen. Es gab sogar mal ein gemeinsames Fest, es war ein rührender Versuch, Frieden zu zeigen. (I02)*

*Er kam an allen Feiertagen zu uns und Familienfeste (Geburtstage) wurden weiterhin gemeinsam gefeiert. (I15)*

### **Ich wäre gerne länger, öfter oder für immer dort geblieben**

➤ Einige Kinder leben in dem Gefühl, den nicht hauptbetreuenden Elternteil zu vermissen, ihn zu wenig und zu kurz zu sehen, vielleicht auch mit der Sehnsucht, ganz dort leben zu wollen, so dass der jeweilige Abschied stets schmerzhaft erfahren wird.

*Wenn sie eben früher bei uns waren, war es so, dass ich mich im Auto versteckt habe: Ich will mit, ich will mit meinem Vater mit, irgendwie war er zwar da, aber ich hab noch nicht genug von ihm. Und dann ist er weg und dann bin in einen Tag lang todtraurig. (Alena)*

*Gefühlsmäßig habe ich meinen leiblichen Vater in dieser Zeit sehr vermisst, da ich ihn in diesen Jahren nur ca 2-3 Mal zu Familienfeierlichkeiten bei meiner Oma gesehen habe. (I13)*

*Weil das Problem war auch einfach, dass erst einmal die Zeit dafür nicht gereicht hatte. Also immer diese zweieinhalb Tage, die es im günstigsten Fall waren, die haben dafür nicht gereicht, um wieder eine Annäherung zu machen. (Stefan)*

*Am Anfang wahrscheinlich hätte ich ihn gerne öfter sehen wollen. (Bernd)*

*Ich fühlte mich dort (bei der Mutter) nie zuhause. Meine Highlights waren die Wochenenden, an denen ich zu meinem Vater - in die alte Wohnung - durfte. Ich wäre gern bei meinem Vater geblieben, hätte gern bei ihm gelebt. Die Sonntagabende waren wegen der Rückkehr zu meiner Mutter schrecklich. (I10)*

*Es hatte sich fest eingespielt, dass ich meinen Vater nur einmal jährlich sah. Später hätte ich ihn gern öfter gesehen, habe mich aber nicht getraut, mit ihm zu reden. Ich hatte Angst, meine Mutter könnte recht haben, dass er nicht wolle. Dann war er tot, ohne dass ich etwas hätte ändern können. (I26)*

### **Positive Bewertung der Kontakte**

➤ Ein Trennungskind kann die persönlichen Kontakte mit dem weggegangenen Elternteil als positiv empfinden und noch als Erwachsene(r) diesbezüglich gute Erinnerungen haben.

*Von daher würde ich schon sagen, soweit man es als Kind noch zurückerinnern kann, dass das eine relativ enge Bindung schon war, wenn wir bei ihm waren. Das war auch nicht so, dass wir irgendwelche Hemmungen hatten oder ich kann zumindest nicht entsinnen. (Martin)*

*Er mochte sehr gerne Popmusik und ich hatte ja das Alter, wo ich dann auch drauf kam. Da hat er mir ab und zu auch Tapes gemischt und hatte dann irgendwelche Bekanntschaften, hatte mir wie gesagt diesen ersten Cassetten-Player verschafft. Das war natürlich ab und zu dann für eine Stunde, ... dann bin ich hingegangen, es war eine Verbindung da, dass wir dann mal zusammen da gesessen haben an diesem Tischlein und da hat er dann so die Platten gespielt. Also Pink Floyd war die Zeit ganz gut, also so was, und dann haben wir uns das ein bisschen zusammen angehört. ... Das war so eine Zeit, wo man irgendwie eine leichte Regelmäßigkeit erkennen konnte. Ich kam also von der Schule und so paar Mal die Woche ging ich in die Wohnung. Großmutter hat was zu essen gemacht und ich saß mit Papa und hab dann so ein bisschen Musik gehört. So und das währte dann eben auch nicht lange. Das war dann 16, 17, und dann fing er wieder massiv an zu trinken. ... Wenn mal Pink Floyd irgendwo läuft, dann denke ich eigentlich unverweigerlich an meinen Vater. Also an dieses Zimmerchen, was denn so eingerichtet war, so ein bisschen wie ein Single-Zimmerchen. Und das ist auch nicht zu vergessen. (Gabi)*

*Ja, klar, am Anfang war das ja auch so, dass ich mich gefreut hab, dass ich denn zu meinem Vater hin konnte. Am Wochenende immer, oder dass ich mich gefreut habe, dass er dann irgendwie an meinem Geburtstag zu uns gekommen ist. (Bernd)*

*Da war ich mit meinem Vater alleine, da war ich dann mit meinem Vater eins, wir saßen halt zusammen in einem Flugzeug, auch wenn es rein vom Herzen oder von der Seele nicht so innig war, aber wir waren wenig-*

*tens irgendwie räumlich oder mal so zusammen. Und das habe ich, glaube ich, immer gut gefunden. (Alena)*

### **Da gibt es Geschenke, Fernsehen, Unternehmungen**

➤ Manche Kinder erleben die Umgangskontakte als eine Zeit, die mit kindgerechten, spannenden Unternehmungen ausgefüllt oder mit Geschenken in Zusammenhang gebracht wird.

*Ja, das war auch immer sehr schön. Mein Vater hat immer ganz viele Ausflüge mit uns gemacht, aufs Land, an die Nordsee und wir sind wir mit dem Schiff über die Kieler Förde gefahren. Ja, meine Großeltern (vtls.) waren ja auch damals noch da. (Gisela)*

*Aber ich weiß, dass es mir immer Spaß machte, da zu sein. Da waren auch viele Verwandte, die eigentlich immer nett waren, da waren andere Cousins und Cousinen. Das war auch einfach als Kind oft so, dass wir natürlich viel geschenkt bekommen haben, wenn wir da waren, und dass wir immer viel unternommen haben. Ja. Genau. Und das entsinne ich noch gut, genau, da sind wir in den Märchenwald gegangen in der Nähe von W. gibt es da einen Märchenwald ... Und da waren wir dann oft und das war immer toll, da war auch viel los, war ein Erlebnis und er war auch immer freundlich, so weit man das als Kind beurteilen und das war eigentlich immer toll. (Martin)*

*Ich besuchte meinen Vater wöchentlich, er unternahm tolle Sachen mit mir, die meine Mutter und mein Stiefvater nicht mit mir unternahmen und ich bekam die Sachen von meinem Vater geschenkt, die meine Mutter mir nicht schenken wollte. Ich durfte bei meiner Mutter kein Fernsehen sehen, bei meinem Vater dagegen schon und zwar soviel ich wollte, was manchmal dazu führte, dass ich den ganzen Tag nichts anderes tat. (k08)*

### **Zweite sichere Basis**

➤ Einige Kinder empfinden die Beziehung zum nicht hauptbetreuenden Elternteil und den dortigen Aufenthalt als zweite emotionale Basis, die Sicherheit und Verständnis vermittelt.

*Wir wussten, dass wir auch immer zu meinem Vater kommen konnten. Wir hatten da noch einmal eine zweite Basis, das war eigentlich sehr schön. Ja, vor allen Dingen in den Jahren darauf, so in der Pubertät, war er eigentlich immer so mein Stützpunkt. Ich war ganz häufig da und er hat mich immer verstanden, wenn ich Liebeskummer hatte, wenn irgendwas war, dann haben wir geredet oder er hat mich in den Arm genommen. Also er war immer die Basis in der Zeit. (Gisela)*

### **Ambivalente Gefühle**

➤ Ein Kind kann sich einerseits auf die Umgangskontakte freuen, damit aber andererseits auch belastende Gefühle verbinden.

*Also eben immer so ambivalent. Also ich hab mich schon gefreut, meinen Vater zu besuchen, aber irgendwie war das auch immer so: Ach, muss das jetzt schon wieder sein. (Manuela)*

### **Der Kontakt war belastet**

➤ Bei einigen Kindern steht das Belastungserleben im Zusammenhang mit der Kontaktregelung im Vordergrund. Dabei können Empfindungen eine Rolle spielen, sich nicht willkommen, nicht angenommen oder einsam zu fühlen, aber auch Schuldgefühle gegenüber dem hauptbetreuenden Elternteil zu empfinden.

*Kontakt zu meinem Vater (der sich nach der elterlichen Trennung als nicht-leiblicher Vater herausstellte) hatte ich nur ganz selten. Und meistens lief es auch nicht positiv ab. Sobald er mich sah, hat er wieder an irgendetwas rumgemeckert. Meistens ging es um mein Aussehen oder um die Gestaltung der Wohnung meiner Mutter. Das hat mich ziemlich genervt, so dass ich eigentlich wenig Interesse daran hatte, ihn überhaupt zu treffen. (k04)*

*Die Besuchswochenenden bei meiner Mutter haben mich belastet, weil ich mich teilweise wenig willkommen und einsam fühlte. Ich habe sie dann nach und nach reduziert, den Kontakt einschlafen lassen. (I16)*

*Ich hatte sie lieb, aber ich habe sie nicht wirklich an mich herankommen lassen. Ich denke, dass dort viel Enttäuschung und sicher auch Wut und Ängste mit im Spiel waren. ... Außerdem hatte ich immer ein schlechtes Gewissen meinem Vater gegenüber, dass dort nun ein anderer Mann in meiner Nähe war! (I22)*

### **Bedauern, mangelnde Nähe, hat sich nicht gekümmert, unzuverlässig**

➤ Ein Kind kann während der Besuche bei dem anderen Elternteil Enttäuschung erleben darüber, dass ihm nicht genügend Zeit, Zuwendung und Interesse entgegen gebracht oder der Elternteil insgesamt als unzuverlässig erlebt wird, wodurch das Vertrauen in ihn Schaden nimmt. Die enttäuschten Erwartungen an Liebe und Nähe können noch im erwachsenen Trennungskind als schmerzhaftes Erinnerung repräsentiert sein.

*Dieses Gefühl, dass ich dann wieder alleine bin und ich mich wieder so einsam fühle, weil meine Mutter ja nicht da war, er dann auch beschäftigt war und dann saß ich da. ... Ja, sein Sport war immer so sein Ding und wenn da irgendwie was im Fernsehen lief, dann hing er da rum, dann konnte ich ja nichts mit ihm anfangen, durfte ihn nicht stören. (Yasmin)*

*Ja, also das war dann ganz lange so dieses Gefühl: Ja, ich muss irgendwie auch alles schlucken, was sie macht und darf nicht dagegen aufbegehren, weil da ist sowieso nur so ein kleines bisschen an Sympathie und die kann ich mir nicht auch noch verscherzen. (Maria)*

*Zum ersten Schultag in der neuen Schule. Und ich bin da alleine mit dem Bus hingefahren und war ganz aufgeregt, weil ich die Strecke auch noch nicht kannte und so und habe dann auf sie gewartet und sie kam zu spät. Und wir sind dann zu spät da rein und ich weiß noch, dass ich das total schrecklich fand, also dass ich das Gefühl hatte, ich kann mich auch echt nicht auf sie verlassen. (Maria)*

*Das Verhältnis zu meinem Vater war, dass er zwar da war, aber doch nicht so richtig da war, also ich musste immer auf ihn warten z. B. ... Wie er mich abholen wollte. Also er kam immer zu spät da. Ich hab das gar nicht mehr als so einen gefühlvollen Zustand empfunden. Traurigkeit biss-*



*chen vielleicht, aber eigentlich neutral: ich warte. Aber das habe ich wirklich ganz viel gemacht, also ich hab ja auch immer Bilder noch, wo ich am Fenster stehe und raus gucke, ob das Auto jetzt vorgefahren kommt. Und das ist auf jeden Fall ein Bild, was ich sehr doll habe. (Julia)*

*Vati, ich würde mir sehr wünschen, dass du mit mir dieses Fahrraduntergestell bastelst. Ich komm da einfach weiter und komm doch einfach mal rüber und mach das mit mir. Und ich hab eigentlich sehr selten was gefragt. Also ich glaube, ich habe sehr selten Wünsche geäußert gegenüber meinem Vater. Und er sagte ..., ist ja auch egal, aber der Sinn von dem Gesagten war: Er traut mir das so richtig zu, ich wäre so richtig klug, und das weiß er und er ist fest davon überzeugt, dass ich das wirklich gut allein kann. Und das war für mich so ein Moment, den ich nie vergessen werde. Also dieses Fahrrad im Flur und dieses Gebastelte. ... Mir kommen auch gleich die Tränen hoch. Das war so: Ich hab versucht, ihn zu fragen. Und er hat trotzdem abgelehnt. (Gabi)*

*Nee, da hätte ich mir schon was anderes gewünscht. Ich hätte mir einfach, was ich sagte, mehr Zuneigung von meinem Vater gewünscht. ... Ja, und auch so das Eingehen auf mich, also die Zweisamkeit, irgendwie jetzt richtig sich auf seine Tochter einlassen. Wir waren halt Eis essen, Fliegen gehen, Schwimmen gehen, das waren immer irgendwelche Aktivitäten, die man zu zweit machen kann, aber es war nie irgendwie mal auf der Wiese liegen und sich Wolken begucken und einfach beieinander sein. Und zu spüren, dass der Vater für mich da ist und dass ich ihm auch als Kind was bedeute, einfach weil ich ich bin und nicht, weil er jetzt mit mir Eis essen geht und mich da versucht zu befriedigen, ... also das hat mir sehr gefehlt. (Alena)*

*Getroffen haben wir ihn jedoch immer bei einer Freundin von ihm mit deren beiden Kindern. Eigentlich haben wir dort mehr Zeit mit den anderen beiden Mädchen verbracht als mit ihm. (k15)*

*Ich wollte immer direkt zu den Nachbarskindern, durfte aber nicht, weil ich ja in erster Linie als sein Besuch kam und nicht der der Nachbarskinder. So habe ich vor dem Fernseher gesessen oder er hat mich zum Schwimmbad gebracht (ja, er hat mich nur hingebbracht und abgeholt – er ist nicht mit mir schwimmen gegangen). Oder wir waren auf dem Flugplatz, wo ich mit anderen Kindern gespielt habe, während er in der Luft war. Als ich vielleicht 7 oder 8 war (2 Jahre nach der Trennung), wollte ich nicht mehr zu den Vaterwochenenden. Er hat sich nie um mich gekümmert und ich kann mich erinnern, dass ich meine Mutter gefragt habe, ob ich da hin muss und sie sagte, ja, das hat der Richter so entschieden. (I23)*

- Gerade bei einer um Erleben des Kindes unsicheren, sporadischen oder unzuverlässigen Kontaktgestaltung kann der Wunsch aufkommen, dass die Eltern (und besonders der hauptbetreuende Teil) diesbezüglich für mehr Rhythmus und Übersichtlichkeit sorgen und dies auch von dem jeweils anderen einfordern.

*Ja, dass man vielleicht wirklich sagt, eine Ferienzeit fährt der Vater mit dem Kind weg, und eine die Mutter mit dem Kind, oder so und so viele Wochenenden, da unternimmt ihr mal was zusammen. Dass man da mehr*

*auch so ein bisschen Bedingungen hätte stellen müssen, vielleicht. ... Wo er weiß, genau, die drei Wochen in dem Jahr, die habe ich mit meiner Tochter was zu unternehmen. ... Also das hätte vielleicht stärker irgendwie forciert werden müssen, weil es eben von selbst nicht kam. ... Und da hätte ich auch immer gewusst: Okay, nächstes Jahr, ist dann wieder meine Zeit, darauf kann ich mich verlassen. Und nicht immer so dieses: ha endlich, und dann ist er wieder weg, und wann sehe ich ihn wieder ... also so zur Sicherheit. (Alena)*

### **Besuchskontakte aktualisieren die elterliche Trennung**

➤ Ein Besuchskontakt, also ein Wechsel zwischen beiden elterlichen Umfeldern kann für das Kind zu einer schmerzlichen Bewusstwerdung des Auseinanderfallens der familiären Einheit führen und aus diesem Erleben heraus eine gewisse Zurückhaltung gegenüber einer Umgangsregelung erzeugen.

*Und jedes Mal ist es mir wieder bewusst geworden, dass es kaputt ist. Und das wollte ich eigentlich nicht mehr sehen. (Hella)*

### **Besuchskontakte aktualisieren Mitleid gegenüber dem Elternteil**

➤ Im Erleben des Kindes kann es auch zu Belastungen in Hinblick auf die Umgangsregelung kommen, weil dieses spürt, dass der besuchte Elternteil sich in einer Lebenskrise befindet, und das Kind sich diesem Erleben nicht aussetzen möchte.

*Und ich wollte ihn auch nicht mehr sehen, weil er irgendwie so kaputt war und es mir auch Leid getan hat. Am liebsten wollte ich das alles vergessen. (Hella)*

### **Überfordernde Erwartungen an das Kind**

➤ Im Zuge der Umsetzung einer Besuchsregelung kann sich ein Kind überfordert fühlen in Hinblick auf die elterlichen Erwartungen, sich selbstständig z. B. in öffentlichen Verkehrsmitteln zu bewegen.

*Irgendwann, Ende der Grundschule, hat er dann angefangen vorzuschlagen, dass ich ja mit dem Zug fahren kann. Heute als erwachsener Mensch sage ich, ist völlig legitim, das zu überlegen. Ich hatte da wohl Angst. Ich kann mich nicht mehr richtig erinnern. Ich weiß, dass ich einmal mit dem Zug zu ihm gefahren bin und ich weiß es jetzt wirklich, ehrlich gesagt, nicht mehr genau, wie ich wirklich damit umgegangen bin. Meine Mutter hatte wohl aber das Gefühl, dass es mir damit nicht gut geht und hat meinem Vater gesagt: Das Kind wird weiter abgeholt. Und da fing dann so langsam das Gemurre von meinem Vater an, dass er mich ja immer abholen muss und dass das ja Benzin kostet und auch Zeit. Und die Zeit könnte man doch zusammen verbringen,... hatte er ja auch recht, aber ich fand das mit dem Auto wohl besser. (Kathrin)*

### **Ich wollte (eigentlich) gar keinen Kontakt**

➤ Manche Kinder empfinden – zumindest phasenweise – keinerlei Bedürfnis, den anderen Elternteil zu sehen, auch in dem Bemühen, den im

Zusammenhang mit der elterlichen Trennung erlebten Belastungen auszuweichen.

*Ja, also ich kann mich nicht erinnern, dass ich das gefühlt hätte, dass ich da hin will. (Maria)*

*Also eigentlich wollte ich ihn ja gar nicht mehr sehen. Und am liebsten wollte ich dadurch, dass ich ihn nicht mehr sehe, einfach auch mit diesen Problemen nichts mehr zu tun haben. Ich wollte einfach nur meine Ruhe haben. (Hella)*

*Wir haben meinen Vater nie besucht. ... Meinen Vater wollte ich nicht unbedingt sehen. (I24)*

### 8.3.5.2 Haltung des hauptbetreuenden Elternteils

Da ein Kind je nach Alter mehr oder weniger stark in leiblich-seelischer Resonanz mit dem Erleben seiner Hauptbezugsperson steht, ist die Haltung des hauptbetreuenden Elternteils zur Kontaktgestaltung des Kindes mit dem anderen Elternteil eine Variable, die erheblichen Einfluss auf das kindliche Belastungserleben und den Fortbestand der Umgangsregelung hat.

#### Wohlvollend, unterstützend

➤ Einige Kinder erfahren vom hauptbetreuenden Elternteil Wohlwollen und Unterstützung in den Kontakten zum getrennt lebenden Elternteil und bewerten dies weit überwiegend als hilfreich.

*Meine Mutter sagte mir auch, dass ich jederzeit meinen Vater besuchen kann, dass er wie gesagt mein Vater ist, mein Vater bleibt, er liebt mich. (Gabi)*

*Mein Vater fand es positiv, war demgegenüber offen eingestellt, hat es unterstützt, aber mir auch die freie Wahl gelassen. Das war hilfreich, ich hätte mir nichts anderes gewünscht. (I16)*

*Es war selbstverständlich, dass wir den anderen Elternteil besuchten, keine Probleme. (I21)*

*Meine Mama fand es gut, dass ich bei meinem Papa sein konnte. (I33)*

#### Überredend, bedrängend, „Ich musste hin“

➤ Obwohl ein Kind sich deutlich ablehnend in Hinblick auf einen Kontakt zum anderen Elternteil äußert, kann es sich diesbezüglich gezwungen fühlen und hier die Unterstützung des hauptbetreuenden Elternteils vermissen. In der Rückschau des erwachsenen Trennungskindes gibt es aber im Beitrag von Manuela auch Ambivalenzen: Immerhin habe der Druck der Mutter zu Besuchen beim Vater geführt, die sie sonst nicht wahrgenommen hätte, dadurch habe sie „also wenigstens einen Vater“.

*Hätte ich mir gewünscht, dass sie mich nicht unter Druck setzt, dass ich Papa besuchen muss. (Wäre das für dich besser gewesen, wenn du das dir hättest mehr einteilen können? Wann du deinen Vater siehst und wann*

*nicht?) Also wenn ich mich versuche, da so rein zu versetzen: ja, auf jeden Fall. Heute bin ich mir nicht so sicher. Aber damals wäre das gut für mich gewesen. ... Ich wäre nicht hingegangen. ... Also in der Hauptsache nicht, nein. ... Die andere Seite sagt, dass das ganz gut so ist, dass ich bei ihm war, dann hab ich also wenigstens einen Vater. (Hast ihn mehr erlebt als Vater.) Ja. Was eh schon wenig genug ist. (Manuela)*

*Wie schon erwähnt, wollte ich schon recht schnell nicht mehr zu meinem Vater. Ich hätte gerne mehr Unterstützung bei diesem Wunsch von meiner Mutter gehabt. Nicht ein „du musst aber, das hat der Richter so festgelegt“, sondern eher ein „wenn du nicht magst, dann musst du auch nicht“. „Rechtlich korrektes Verhalten“ war das Hauptziel meiner Mutter. Wohl in der Hoffnung, dass wenn sie sich korrekt verhält, mein Vater das auch tun wird. Ich hätte mir gewünscht, dass mal irgendjemand zu mir hält. Dass es irgendjemanden interessiert, was ich möchte. Dass ich überhaupt mal eine Hauptrolle spiele und nicht nur Last bin. (I23)*

- Wenn der hauptbetreuende Elternteil zu stark auf das Kind einwirkt, den Kontakt zum anderen Elternteil zu suchen, kann es sich diesbezüglich für das Bedürfnis der Mutter instrumentalisiert fühlen, deren eigene Schuldgefühle (wegen der Trennung) zu mindern. Auch kann sich in der Rückschau der Eindruck einstellen, der andere Elternteil sei durch das Einwirken der Hauptbetreuungsperson im Erleben des Kindes stets entschuldigt, letztlich idealisiert worden, das Kind habe sich (durch das aufgedrängte, zu große Verständnis für die Schwächen des anderen Elternteils) von diesem nicht ausreichend abgrenzen und für die eigenen Bedürfnisse eintreten können.

*Und meine Mutter hat mich wirklich viel, ja gedrängt, so überredet: Mach das doch, dein Vater, der liebt dich und er kann doch nichts dafür, dass du nicht bei ihm wohnst und er freut sich doch auch. ... Ja, unterstützt ... ich glaube mit dem heutigen Wissen fast, um ihr eigenes schlechtes Gewissen wieder wett zu machen, ... dass sie ihn halt verlassen hat und er eben nicht die Möglichkeit hat, mit seinen Kindern zusammen zu sein. ... Ich denke mal, dass sie es nicht gesagt hat, weil ihr Papa wirklich leid getan hat in dem Sinne, sondern auch für sich, um das für sich zu besänftigen, damit sie auch nicht als Böse dasteht. (Da hast du dich so ein bisschen instrumentalisiert gefühlt?) Auf jeden Fall! (Manuela)*

*Der Punkt ist, dass meine Mutter wirklich ganz viel aufgefangen hat. Das ist es auch, weshalb ich da auch so ein verschwommenes Bild habe und ... ich im Nachhinein meine, dass ich ein völlig verkehrtes Bild gehabt hab. Also ich habe wirklich nicht viele spontane Erinnerungen, also so Gefühle, weil meine Mama immer alles aufgefangen hat. (Sie sagte): Du bist ihm ganz, ganz wichtig, aber er hat halt so viel zu tun und der macht so viel... (Also sie hat ihn mehr entschuldigt?) Immer. (Julia)*

*Das war erst das Verständnis, was meine Mutter in mir aufgebaut hat. Sie sagte immer, dein Vater ist wirklich krank und das muss man verstehen, er ist vom Alkohol abhängig. Und immer wenn sozusagen die Krankheit in ihm ist, dann spricht er so. ... Und sonst ist er der beste Mann auf der Welt, der Alkohol ist dazwischen. ... Das hat mich vielleicht, ich weiß nicht, schwächer, das hat mich lauer oder ruhiger oder lieblicher gemacht, also*

*in meinen Rechten. ... Denn hätte sie das nicht so sehr gemacht mit dem Verständnis, hätte ich gesagt: Papa, entweder du kommst da jetzt runter und beschäftigst dich jetzt hier mit dem Fahrrad oder ich spreche mit dir eine Woche lang nicht. Ja, also solche Mittel kannte ich gar nicht. (Gabi)*

### **Neutralität**

➤ Manche Kinder spüren eine strikt neutrale Haltung seitens der Eltern in dieser Frage, wobei dies in der Rückschau als eher vermeidend und wenig unterstützend bewertet wird.

*Sowohl mein Vater als auch meine Mutter schienen absolut neutral zu sein in der Frage meines Wochenendaufenthaltes (Internatsbesuch). Keine Diskussion ist mir darüber zu Ohren gekommen. Wenn meine Mutter etwas vor hatte, dann machte sie mir das „Papawochenende“ schmackhaft. Ich erlitt diese Neutralität. Ich wünschte mir mehr konstruktive Auseinandersetzungen. Es ging für mich zu glatt. Ich konnte kein Konfliktverhalten von meinen Eltern lernen. Dies hatte Auswirkungen auf meine Schulkameraden und deren Einstellung zu mir. Ich ging Konflikten größtenteils aus dem Weg. (105)*

*Vielleicht ein bisschen mehr nachfragen, sich einmischen, wie es mir ergangen ist. Mein Vater hat sich eher rausgehalten, wollte nicht bewerten, hat mich damit aber auch alleine gelassen. (116)*

### **Ich spüre, Kontakte werden nicht gern gesehen**

Etwa jedes zweite Kind in dieser Studie berichtet von einer ablehnenden Haltung des hauptbetreuenden Elternteils gegenüber der Umgangsregelung, auch wenn dies ggf. sogar gegensätzlich verbalisiert wird. Obwohl vom Kind der Kontakt eigentlich gewünscht wird, führt diese Konstellation zu einem deutlichen Belastungserleben aufgrund der damit verbundenen Loyalitätskonflikte. Zudem fühlt sich das Kind schuldig an dem Belastungserleben seiner alltäglichen Bezugspersonen bzw. kann Sorge entwickeln, ein Kontakt könne zu Streit zwischen den Eltern führen.

*Soweit ich das entsinne, war die Stimmung unter meiner Mutter und meinem Stiefvater absolut schlecht an dem Tag vorher. ... Es war irgendwie wie eine Gewitterwolke, die über der Wohnung schwebte. Morgen kommt der Vater und holt euch ab. ... Wobei die immer artikuliert wurde in dem Satz: Ihr dürft ja gern zu ihm gehen und ihr müsst nicht sagen, er ist doof, oder irgendwie so was in der Richtung. Aber alles, was unterschwellig rüberkam, war dem absolut konträr. Das war dem absolut entgegengesetzt. ... Ah, das tropfte aus jedem Wort und aus jedem Satz, der gesagt wurde, ... das stand ihr wie auf der Stirn geschrieben. ... Aber es ist schon eine Art der Beeinflussung auf unterbewusster Ebene, der man sich, würde ich jetzt sagen, im Kind in dem Alter überhaupt nicht entziehen kann. Also, da ist man einfach chancenlos. (Martin)*

*Also wir hätten sagen sollen: Mama, jetzt wollen wir zu dir. Und von meinem Vater aus war es immer so: Sie ist die Verräterin. Und wenn wir sozusagen was aus unserem eigenen Antrieb gesagt hätten, dann hätten wir ja uns auf ihre Seite gestellt und dann wären wir auch Verräter geworden. (Maria)*

*Ich habe meinen Vater nie besucht, obwohl ich täglich am Schulweg an seiner Wohnung, wo auch meine Schwester wohnte, vorbeigegangen bin. Ich hatte das Gefühl oder eher das unausgesprochene Gefühl, dass es zu Streit führen würde, dass es Mutter nicht gefällt. Ich fühlte mich sehr schlecht und oft extrem ängstlich. ... Habe mich immer gefreut über den Kontakt zu meinem Vater. (I02)*

*Meine Mutter war über das Verhalten meines Vaters verärgert. Sie machte ihm viele Vorwürfe, dass er sich nicht für uns Kinder interessieren würde. ... Meine Mutter fand diese (späteren) Kontaktaufnahmen nicht so gut, da sie merkte, dass ich einen intensiveren Kontakt zu meinem Vater bekam. Irgendwie hatte ich das Gefühl, dass sie besonders „eifersüchtig“ reagierte, wenn mein Vater mich zu „Sport- oder Musikveranstaltungen“ mitnahm, die im Rahmen seiner Arbeitstätigkeit stattfanden. (I13)*

*Wenn ich einen materiellen Wunsch hatte, hat meine Mutter immer in so einem abfälligen Ton gesagt: „Du kannst ja mal deinen Vater fragen, der hat schließlich mehr Geld.“ (I23)*

*Meine Mutter wollte diese Besuche nicht. Sie hätte mich gern für sich gehabt. Ohne dies an irgendetwas festmachen zu können, habe ich es gespürt. ... Ich hätte ihn im Büro anrufen können. Einmal habe ich es gemacht und wurde auch zu ihm durchgestellt. Da meine Mutter den Kontakt aber nicht wollte, habe ich ihn nicht öfter angerufen. (I26)*

*Mein Vater war sehr eifersüchtig. Seine größte Angst schien mir zu sein, ich könne meine Mutter mehr lieben als ihn. Meine Reisen zu ihr hat er gelegentlich (unbewusst?) sabotiert. Wenn ich wieder da war, hat er mich in der Regel nur kurz gefragt, wie es war, und ich habe mit einem ebenso kurzen „gut“ geantwortet. Aber ich hätte nicht gewagt, meine Gefühle zu zeigen, meine Begeisterung über manche Erlebnisse auszudrücken, denn er strahlte einen dichten Dunstkreis aus, der mir signalisierte, dass ich diese Dinge besser für mich behalten sollte. ... Mein Vater hat nie offen über seine Ängste gesprochen, hätte sie auch nie zugegeben. Ich habe sie aber sehr deutlich gespürt, was mich veranlasste, meinen Sprachgebrauch zu modifizieren, um bloß nicht in ein Fettnäpfchen zu treten. Ich sagte nie, ich fahre „zu meiner Mutter“ oder ich sei „bei meiner Mutter“ gewesen, sondern sagte stattdessen, ich fahre „nach Braunschweig“ und sei „in Braunschweig“ gewesen. Ich hätte ihm gern alles über meine Ferien erzählt, denn ich habe schöne Dinge erlebt. Das habe ich dann aber besser mit meinen Freundinnen und meiner „dritten Oma“ geteilt. ... Ich brauchte immer etwas Zeit, mich zu akklimatisieren und in der Welt des anderen anzukommen. Wie es seine Art war, verstand mein angstgeleiteter Vater auch dieses nicht im Geringsten und machte mir bittere Vorwürfe, wenn ich nicht just in dem Moment, in dem ich wieder bei ihm war, größte Glückseligkeit ausstrahlte. Seit ich wieder zurück sei, sei ich ganz anders. „Die in Berlin“ hätten mich negativ beeinflusst. (I36)*

### **Offene Beeinflussung, aktives Verhindern, Verbot**

➤ Eine Radikalisierung der oben dargestellten ablehnenden Haltung besteht in dem Versuch des hauptbetreuenden Elternteils, offen und aktiv den Kontakte des Kindes zum anderen Elternteil zu behindern durch gezielte suggestive Beeinflussung (negative Darstellung des anderen Eltern-

teils), konkrete Verbote oder Verhaltenskontrolle des Kindes (Telefongespräche, Wegwerfen oder Zurücksenden von Geschenken des anderen Elternteils). Immerhin 10 Teilnehmer gaben diesbezüglich Auskunft.

*Meine Mutter hat natürlich auch immer versucht, uns gegen ihn aufzuhetzen und wir sollten ihn eben auch möglichst wenig sehen. (Hella)*

*Uns wurde die Hölle heiß gemacht, immer dann, wenn wir Interesse an unserem Vater zeigten oder wir einfache Gesten wie z. B. Grüßen bzw. Winken anwendeten, um unsere Liebe so mitteilen zu können. Er ließ sich nicht mehr blicken, denn unserer Mutter war es egal, wie er und wir leiden mussten. (I04)*

*Ich kann mich erinnern, dass meine Mutter regelmäßig sauer war, wenn ich in ihrem Beisein mit meinem Vater telefonierte und nicht viel sprach, wobei sie dem Gespräch dadurch nicht folgen konnte. (I05)*

*Meine Mutter hasste meinen Vater abgrundtief und erzählte mir dauernd, was für ein Monster er sei. Bis ich 30 war, lehrte sie mich, ihn zu hassen. ... Sie klapperte mit mir alle Bekannten und Verwandten ab. Sie drohte ihnen: entweder brechen sie den Kontakt zu meinem Vater ab oder sie würden mich nie wieder sehen. ... In dieser Zeit sah ich meinen Vater immer weniger, da meine Mutter die Besuche oft verhinderte oder verschob. Die Geschenke meines Vaters warf meine Mutter über Nacht heimlich weg. Wenn ich dann nach meiner/seiner Puppe fragte, fragte sie „welche Puppe??“. Irgendwann empfand ich sowohl meine Mutter als auch meinen Vater als Fremden. Mich selbst auch, ich kann mich nicht erinnern, mich als Kind jemals wohl in meiner Haut gefühlt zu haben. ... Meine Mutter schickte Geschenke meines Vaters stets zurück. Sie fragte mich ob das okay sei - weil er doch so ein böser Mann sei und doch sonst mein Adoptivvater, der mein Reiten etc. bezahle, gaaaanz traurig sei. Ich stimmte schlechten Gewissens zu. Ich hätte die Geschenke nur zu gern ausgepackt, ich sehnte mich immer noch nach meinem Vater und hätte es gern ausgedrückt / ausgelebt. Ich hätte ihn gern heimlich getroffen. ... Wenn Papa mich samstags abholte, schubste mich meine Mutter raus und schloss sofort die Tür - sie sagte ihm nicht hallo, fragte nicht, wie es ihm geht. Wenn ich sonntags wieder nachhause kam, wartete sie drinnen. Ich wurde genauestens ausgefragt. ... Ich rief heimlich meinen Vater an, wusste jedoch nichts von der Wahlwiederholungstaste, anhand derer meine Mutter meine Anrufe kontrollierte und mir dann eine Standpauke hielt, ich würde mich nicht in die Familie integrieren. Telefonate wurden bestraft und Briefe abgefangen, somit hatte ich keine Möglichkeit. (I10)*

*Es war jahrelang verboten, überhaupt meine Mutter zu erwähnen. (I14)*

*Damit wir nicht hin und her gerissen werden, sollten wir zum bösen Papa auch keinen Kontakt haben. ... Meine Mutter hasste meinen Vater und ich habe mit Volljährigkeit selber Kontakt zu meinem Vater gesucht und gefunden. ... Ein Geschenk zum Geburtstag per Post. Das habe ich gehütet und meine Mutter hat es schlecht gemacht: ‚Das hat die neue Frau für dich ausgesucht, so was hätte dein Vater nie gekauft.‘ (I18)*

*Ich hätte auch gern öfter mit ihr telefoniert. Wir hatten die Vereinbarung getroffen, dass meine Mutter und ich einmal wöchentlich telefonieren. Mein Vater hat eifersüchtig darauf geachtet, dass dies auch dabei blieb.*

*Einmal habe ich es gewagt, meine Mutter in einer Woche zweimal anzurufen: einmal zu ihrem Geburtstag und einmal so. Mein Vater hat mich angeschrien deswegen: Wenn meine Mutter mir so fehle, könne ich ja meine Koffer packen und gehen. (I36)*

### **8.3.5.3 Kontaktabbruch oder -pausen**

Nicht selten kommt es zumindest phasenweise oder sogar andauernd zum Abbruch der Umgangsregelung. Diverse in diese Richtung wirkende Variablen sollen im Folgenden benannt werden.

#### **Ablehnende Haltung des hauptbetreuenden Elternteils**

➤ Aus den Berichten des vorangegangenen Abschnitts ist zu entnehmen, dass die ablehnende Haltung oder sogar gezielte behindernde oder beeinflussende Aktivitäten des hauptbetreuenden Elternteils maßgebliche Faktoren für einen Kontaktabbruch sein können.

*Zudem meine Mutter sehr eifersüchtig auf mich war und immer wieder meinen Vater als schlechten Menschen darstellte, brach der Kontakt häufig ab. Mir wurde das um meinen 12/ 13.Lebensjahr dann zu viel, dass ich selber den Kontakt zu meinem Vater abbrach und sogar Lügen erfand, um es bei Gericht durchzusetzen. Nur um meine Mutter glücklich zumachen! (k10)*

*Zudem meine Mutter sehr eifersüchtig auf mich war und immer wieder meinen Vater als schlechten Menschen darstellte, brach der Kontakt häufig ab. (k10)*

*Er ließ sich nicht mehr blicken, denn unserer Mutter war es egal, wie er und wir leiden mussten. (I04)*

*(Die 20-jährige Kontaktpause zum Vater) ist durch die (Stiefeltern-) Adoption entstanden und den vehementen Hass meiner Mutter und ihrer Eifersucht auf die gute Vater-Tochter-Beziehung. (I10)*

*Mein Vater hat die (mehrjährige) Unterbrechung durchgesetzt. Das hätte nicht vermieden werden können, weil er sich mit niemandem über persönliche Dinge ausgetauscht hat und keine Meinung von außen akzeptiert hat. (I14)*

#### **Loyalität des Kindes mit dem hauptbetreuenden Elternteil**

➤ Im kindlichen Erleben hat die Loyalität mit der Hauptbezugs- und Hauptbetreuungsperson einen hohen Stellenwert auch für das Erleben der eigenen psychischen Sicherheit und emotionalen Stabilität. Hierfür sind Kinder bereit, das eigene Erleben (z. B. positive Gefühle oder Kontaktwünsche in Bezug auf den anderen Elternteil) entsprechend zu verzerren.

*Ja, weil es war ja klar von meiner Mutter, auch wenn sie es vielleicht nicht verbal so 1:1 artikuliert hat, dass wir vor Gericht sagen mussten, wir wollen unseren Vater nicht mehr sehen. Und wir haben das dann quasi aus Gefallen auch getan. ... Von mir und meiner Schwester wurde es so ge-*



*sagt und wir innerlich gedacht haben: Na, nun übertreib's mal nicht. Also, ist ja eigentlich Quatsch. ... Wir haben das so gesagt dann vor Gericht. ... Das war glatt gelogen. Wobei es ja mehrere solche Termine gab. ... Es ist nicht ganz einfach, wie war denn das? Es war mir schon klar, dass das, was ich da sage, nicht hundertprozentig der Wahrheit entspricht. Ich glaube, es war so eine Güterabwägung. Also es war mir wichtiger, meine Mutter nicht zu enttäuschen als meinen Vater. (Martin)*

*Nur um meine Mutter glücklich zumachen! Durch die ewigen Streitigkeiten mit meiner Mutter, die mir immer ein schlechtes Gewissen machte, wenn ich mal erfreut und glücklich von meinem Besuch beim Vater zurück kam, habe ich bis zum heutigen Tag keinen Kontakt zu ihm. (k10)*

### **Ich will als eigene Person akzeptiert werden**

➤ Manche Kinder erleben, dass zunächst die ablehnende Haltung des hauptbetreuenden Elternteils zu ihrer eigenen Kontaktverweigerung führt, diese dann aber im weiteren Verlauf als Teil der eigenen Persönlichkeit und des eigenen Willens empfunden und vertreten wird und schließlich auch von dem anderen Elternteil erwartet wird, dass dieser die kindliche Ablehnung akzeptiert. Insofern kann im kindlichen Erleben gleichsam ein Paradox entstehen: „Wenn du mich lieben würdest, würdest du verstehen und akzeptieren, dass ich dich nicht sehen will.“

*Es ist dann in gewisser Weise zu meiner Sache geworden, ... zum Teil natürlich auch, um meiner Mutter zu gefallen oder um sie nicht zu enttäuschen. Das vereinigte sich mit dem Willen von meiner Mutter, wo ich dann halt auch sagte: Na, nun muss er es ja doch akzeptieren, ich verstehe nicht, warum er das dann auch nicht irgendwann mal akzeptiert so. ... Ich fand's dann irgendwann auch belastend, dass er dann meine Meinung nicht akzeptiert hat. Im Nachhinein kann ich das natürlich wieder verstehen, aber in dem Moment habe ich dann gedacht, wenn ich jetzt dreimal Nein sage, dann muss auch mal Schluss sein, dann verstehe ich nicht, warum mein Vater es nicht versteht, dass wir im Moment nicht mehr wollen. ... Also ich würde nicht sagen, dass ich zum Schluss das übernommen habe, was meine Mutter immer hat durchblicken lassen: Dein Vater ist ein schlechter Mensch und er ist ein Idiot und er ist nicht gut für Dich. Das habe ich nie gedacht. Aber es war dann schon so, dass ich gedacht habe: Sei er, wie er ist, aber ich verstehe nicht, warum er meine Meinung nicht auch mal akzeptiert. ... Ich weiß schon, dass ich auch noch mal so gedacht habe, er muss doch auch mal verstehen, dass wir unseren eigenen Willen haben. (Martin)*

### **Kind schützt sich vor Konflikten**

➤ Ein weiterer Faktor, der zum Abbruch der Kontakte beitragen kann, kann in dem Versuch des Kindes bestehen, sich vor einem nicht selten jahrelang bestehenden Konfliktfeld zu schützen. Dies tritt dann meistens im Verlauf der Pubertät auf, also einem Alter, in welchem das Kind ohnehin mehr Selbstbestimmungs- und Gestaltungsrechte auch in anderen Bereichen einfordert.

*Später war es dann auch so, dass ich dann immer gesagt habe: So, jetzt*

*ist aber Feierabend, jetzt will ich keine Besuche mehr, ich will nicht mehr darüber reden, ich will nicht mehr mit meiner Mutter oder von meiner Mutter damit beplätschert werden, ich will erst mal gar nichts mehr, ich mache jetzt einen radikalen Schnitt, keine Besuche mehr. Das war in dem Moment, wo wir das sagen konnten, ... mit vierzehn, das kommt glaube ich ganz gut hin, da mussten wir wieder zu Gericht und das einmal artikulieren, und dann war Feierabend und dann war erst mal wie ein Aufatmen. So, Gott sei Dank, jetzt ist erst mal Schluss. ... Ich entsinne nur noch, dass ich dachte: Es muss irgendwann mal Schluss sein. Ich will dieses Gestreite nicht mehr haben und deswegen entscheide ich jetzt und sage: Jetzt ist erst mal Schluss. (Martin)*

*Dann ging es natürlich noch ums Haus, um Unterhalt und diese ganzen Sachen - genau, Unterhalt. Dann hat er nachher eine eidesstattliche Versicherung abgegeben, dass er kein Geld hat und so. Meine Mutter musste uns halt selbst durchbringen. Und das sind alles so Sachen, da hat man kein Interesse mehr. ... Wenn ich das Gefühl gehabt hätte, dass er das trennen kann, da wäre es bestimmt dazu gekommen zum Besuch, aber es war keine Stimmung dazu da. (Karen)*

*Mir wurde das um meinen 12/ 13. Lebensjahr dann zu viel, dass ich selber den Kontakt zu meinem Vater abbrach und sogar Lügen erfand, um es bei Gericht durchzusetzen. (I10)*

### **Der Umgangsberechtigte kümmert sich nicht ausreichend; unzuverlässig**

➤ Auch im Verhalten des umgangsberechtigten Elternteils liegen im Erleben des Kindes nicht selten Gründe, die zu einer Reduzierung oder Aussetzung der Kontakte führen können. Wiederholt wird in dieser Studie erwähnt, dass der Umgangsberechtigte vom Kind als unzuverlässig und nicht ausreichend an Kontakten interessiert erlebt wird.

*Also ich war eine zeitlang, also sagen wir mal gut zwei, drei Jahre war ich wirklich froh, dass ich ihn nicht regelmäßig gesehen habe, weil ich wirklich sauer auf ihn war. Also ich war enttäuscht von ihm. ... Also ich sage mal, in den ersten drei, vier Jahren (nach der elterlichen Trennung) haben wir uns vielleicht fünf- oder sechsmal gesehen. ... Also es lag auch ehrlich gesagt daran, weil er sich kaum gemeldet hat. Also er hat den Kontakt zu uns nicht gepflegt. ... Also ich hatte das Gefühl, dass er das Interesse an uns Kindern allgemein verloren hat. (Stefan)*

*Mein Vater war nur einmal kurz in Deutschland, um mich in die Türkei zurück zu holen. Das klappte nicht. Als ich 11 war, starb er. (I07)*

*Da mein Vater sich nie an Regeln oder so was gehalten hat, war es mir zum Schluss völlig egal, ob er kam oder nicht. Nachher hab ich mich auch nicht mehr gemeldet. (I09)*

*Es gab keine Kontaktversuche seinerseits, ich habe es ein paar Mal versucht, aber es hat nicht geklappt, eine Beziehung herzustellen. (I12)*

*Mein Vater ist zur See gefahren und hat sich räumlich so unerreichbar gemacht. (I18)*

*Mein Vater vertritt leider das Ganz-oder-gar-nicht-Prinzip. So glaubte er, dass wir Kinder keinen Kontakt wollten und bemühte sich nicht um uns.*

*Ich fand es schwierig mit 9/10 Jahren den Kontakt zu halten, so dass es immer weniger zu Treffen kam. Wir sahen uns entweder 2-3x die Woche oder auch einige Jahre nicht. (I30)*

*Die Unterbrechung entstand durch die Unfähigkeit meines Vaters, den Kontakt aufrecht zu halten. Ich hatte irgendwann auch keine Kraft mehr, wusste auch nicht, ob wir ihm wichtig sind. (I30)*

*Er zahlte auch keinen Unterhalt, deshalb wurde ihm der Besuch bei mir untersagt, er ist dann auch untergetaucht. (I35)*

### **Umgangsberechtigter zeigt kein kindgerechtes, belastendes Verhalten**

➤ Manches Kind erlebt den von ihm besuchten Elternteil in seinem Verhalten als unangemessen, überfordert, nicht liebevoll zugewandt oder in belastender Weise schuldzuweisend, wodurch die Umgangsregelung beeinträchtigt oder ausgesetzt werden kann.

*Ich habe Ihnen ja schon gesagt, als ich ein kleines Kind war, habe ich schon immer gedacht, das ist doch nicht normal, wie er ist. Oder das einfach unlogisch. So macht man es nicht. So würde ich das mal sagen. Deswegen würde ich auch sagen, er ist verhaltensgestört oder so. (Karen)*

*Dass er einfach keine Lust hatte und auch nicht weiß, wie man sich um ein Kind kümmert, einfach hilflos war. ... Ja, das war ihm ungeheuer, ja. ... Sehr ungeübt, genau, das hat er sich einfach nicht zugetraut, denke ich. (Alena) (Deshalb keine Übernachtungen)*

*Und dann war es natürlich auch so, dass er sich jetzt nicht bemüht hat, mir dort eine schöne Zeit zu machen, sondern er dann rumgejammert hat und erzählt hat, wie schlecht es ihm geht und wie enttäuscht er auch von uns ist. Ja, dass wir uns so selten melden und dass es unsere Mutter wohl geschafft hat, uns gegen ihn aufzuhetzen. Und dass wir nicht mehr zu ihm halten und dass wir beide gesagt haben, was natürlich für ihn auch sehr enttäuschend war, dass wir bei unserer Mutter bleiben möchten, dass wir da wohnen bleiben möchten. Dass keiner gesagt hat, wir möchten zu ihm. (Hella)*

*Später kam es zum Kontaktabbruch, weil ich mich in seiner cholerisch/pedantischen Nähe schrecklich klein fühlte. (I30)*

### **Grenzverletzungen und Gewalttätigkeiten des Umgangsberechtigten**

➤ Ebenfalls können verletzendes Äußerungen gegenüber dem Kind bzw. dessen Hauptbetreuerperson, Übergriffe gegenüber dem Kind (Entführungsversuche) und bedrohliches Verhalten gegenüber dem hauptbetreuenden Elternteil zum Scheitern der Umgangsregelung führen.

*Noch später in der Pubertät hat er mir auch klar gemacht, dass ich auch total schlecht bin, also dass ich einen schlechten Lebenswandel hab, dass meine philosophische Einstellung zur Welt völlig verkehrt ist und dass meine Mutter nicht richtig für mich sorgen würde. ... Wobei er schon immer gefordert hat also: besuch mich. Und der Satz, den er nicht ausgesprochen hat, der Nachklang war: Sonst kriegst du kein Geld. (Manuela)*

*Dann hat er auch meine Mutter bedroht nachher und sie, glaube ich, auch fast mit dem Auto angefahren, da gab es Zeugen. Also sie hätte ihm noch*

*eine Vorstrafe geben lassen können. Also dann hat man auch kein Interesse mehr daran, wenn solche Sachen passieren. (Karen)*

*Eines Tages kam er nach Deutschland, um mich mit sich zu nehmen (in die Türkei). Da bin ich ihm abgehauen. Danach gab es keinen einzigen Kontakt mehr, bis er starb. (I07)*

*Nachdem mein Vater mich aus dem Kindergarten entführt hatte, durfte ich ihn dann gar nicht mehr sehen. ... Ich hätte es mir trotzdem gewünscht. (I35)*

### **Zunehmende gegenseitige Entfremdung**

➤ Aufgrund diverser schon benannter beeinträchtigender Faktoren kann es dem Kind und dem Umgangsberechtigten zunehmend schwerer fallen, die gegenseitige Vertrautheit zu erhalten, es wird mehr gemeinsame Zeit benötigt, an die zuvor bestandene Nähe wieder anzuknüpfen.

*Mein Vater wurde angesichts dieser Dinge (Ablehnung der Kontakte durch die Mutter) immer verbitterter und fühlte meine Entfremdung zu ihm. Allmählich bekam ich tatsächlich Angst vor ihm, obwohl ich keinen Grund dazu hatte. Wir brauchten immer mehr Zeit an den Wochenenden, uns aneinander zu gewöhnen, Sonntag abends waren wir dann meist wieder unzertrennlich. (I10)*

### **Gegenseitiges Verständnis für divergierende Bedürfnisse**

➤ Bei einem älteren Kind kann sich zwischen diesem und dem umgangsberechtigten Elternteil eine stillschweigende Übereinkunft entwickeln, auf die jeweils individuellen Bedürfnisse des anderen Rücksicht zu nehmen, auch wenn hierdurch eher seltene Kontakte stattfinden. Darin mag auch eine gewisse Vorsicht liegen, nicht zu hohe Erwartungen an den anderen zu stellen und damit auch evtl. Enttäuschungen zu vermeiden.

*Also ein Phänomen war immer bei Papa und mir definitiv: Wir sehen uns generell nicht, weil wir auch ganz viel Verständnis dafür haben, dass der andere noch was anderes zu tun hat. ... Aber zum einen hat es schon damit zu tun, sich gewiss zu sein, dass der andere an sich da ist und das ist eigentlich was Schönes. Positiv finde ich daran, dass es jetzt nicht auf etwas Konkretes ankommt. Das Negative vielleicht aber auch: Ja, wenn man sich nicht sieht, dann kann man auch nicht enttäuscht werden. (Julia)*

### **Kein Interesse; Veränderung der Interessenlage des Kindes**

➤ Einige Kinder berichten, selbst kein Interesse an Kontakten mit dem nicht hauptbetreuenden Elternteil gehabt zu haben oder aber mit dem eigenen Älterwerden eine Verschiebung der eigenen Bedürfnisse und Interessen zu erleben (Erlebnisse mit der Peer-Group, erste eigene Partner), so dass hierdurch die Kontakte zum anderen Elternteil seltener werden oder aussetzen.

*Und das hat sich dann noch mal ganz enorm geändert mit 13, 14, weil ich dann in so einer albernen Phase war, nicht dass ich auf ihn böse war oder so, ich hab nur mit einem Mal völlig verstanden, ich will ihn jetzt gar nicht so viel sehen. Ist zwar schön und mein Papa, alles in Ordnung, aber hab*

*dann auch ganz doll angefangen, mein eigenes Leben zu leben, bin viel weggegangen und wie auch immer. Das war nicht dramatisch, aber da haben wir uns wirklich zwei Jahre lang nur zweimal im Jahr gesehen oder so. Das zog sich dann hin bis 17, würde ich sagen. (Julia)*

*Später wurde ich dann älter, da musste ich denn am Wochenende mehr was mit Freunden machen, als zu meinem Vater fahren. ... Ich würde mal schätzen, so um die 10, 11. Da hat das bei mir so angefangen mit Computern und da habe ich denn schon viel am Wochenende bei zwei bestimmten Freunden verbracht und habe halt mit denen immer so Computer gespielt, dann bei denen geschlafen. ... Ja, das Zusammensein mit ihm wurde weniger attraktiv. Weil ich wurde halt jugendlich und für mich gab es einfach auch andere Sachen zu entdecken, als am Wochenende bei meinem Vater zu sitzen. Also man hatte einen großen Freundeskreis, man hat sich fast jeden Tag getroffen und am Wochenende hat man halt die größte Scheiße gebaut, da musste man halt mit bei sein, also von daher. Ja, da konnte ich halt am Wochenende nicht zu meinem Vater fahren, weil da war es halt langweilig. Mein Vater war jetzt auch nicht der Kerl, der in dem Alter denn großartige Sachen mit mir gemacht hat. (Bernd)*

*Kein Interesse mehr am Vater. (I03)*

*Desinteresse von beiden Seiten. (I20)*

*Ich habe sie noch immer gern gehabt, aber die Interessen änderten sich, und meine Mutter besuchen hieß, nicht bei Freundinnen sein, nicht mit meinem Freund zusammen sein, nicht beim Pony sein etc. (I27)*

### **Konflikt zwischen Kind und Umgangsberechtigten**

➤ Im Verlauf der Pubertät kann es zu einem Konfliktgeschehen zwischen dem Kind und dem nicht hauptbetreuenden Elternteil kommen. Diese Abgrenzungskonflikte, die sicherlich auch im Lebensmittelpunkt des Kindes stattfinden, können unter den besonderen Bedingungen einer Umgangsregelung zu deren Beeinträchtigung und ggf. auch zu einer Unterbrechung führen.

*Hätte mein Vater nicht immer gedacht, ich wäre auch mit 15 noch ein kleines Mädchen, wäre es vielleicht besser gelaufen. Er hat sich einfach nicht „mitentwickelt“. (I15)*

*Ich muss etwa 14 Jahre alt gewesen sein. Ich weiß nicht mehr, worum es ging. Ich weiß nur, dass ich meiner Mutter einen bitterbösen zynischen Brief schrieb, den ich aber überarbeitete, bevor ich ihn abschickte. Meine Mutter hatte die Gewohnheit, sich beleidigt zurückzuziehen, wenn sie sich von mir verletzt fühlte. (I36)*

### **Ablehnende Haltung der Partner des Umgangsberechtigten**

➤ Durch eine ablehnende Haltung neuer Partner des umgangsberechtigten Elternteils bzw. durch Konflikte des Kindes mit diesen kann es ebenfalls zur Erschwerung oder Aussetzung der Kontakte kommen.

*Durch die neue Ehe meines Vaters (Kontaktabbruch zwischen 16. und 20. Lebensjahr). Es gab Pflichtbesuche, aber weder er noch ich waren besonders daran interessiert. (I37)*

### **Trotz Kontaktunterbrechung noch innere Beziehung; Sehnsucht**

➤ Trotz eines tatsächlich eingetretenen vollständigen Kontaktabbruchs kann ein Kind über lange Zeit Sehnsucht nach dem „verlorenen“ Elternteil empfinden und sich innerlich mit diesem eng verbunden fühlen.

*Also ... für mich war das heftig. Also ich hab auf jeden Fall meinen Vater vermisst. Also ziemlich stark vermisst und hab mir auch gewünscht, ihn zu sehen und wieder zu sehen. ... Also ich erinnere mich noch, dass ich teilweise gedacht hatte, ich hätte ihn gesehen, obwohl ich im Nachhinein weiß, ich hab ihn nicht gesehen, aber ich hab es mir halt so gewünscht, dass ich quasi, wenn da irgendjemand kam, der ansatzweise ähnlich war, gehofft habe, ihn zu sehen. (Sonja)*

*Für mich ist der „gefühlsmäßige“ Kontakt nie abgebrochen– auch wenn ich meinen Vater für sehr lange Zeit nicht gesehen habe. (I13)*

*Ich hätte mir meinen Vater gewünscht oder zumindest, dass er vorhanden ist, ich konnte es nur heimlich wünschen oder durch Liedtexte ausdrücken. (I18)*

### **Ich verstehe nicht, warum ich keinen Kontakt haben darf; was ist los?**

➤ Falls es zum Abbruch des Kontakts zu einem Elternteil kommt, evtl. auch abrupt nach der elterlichen Trennung („er hat sich nie von mir verabschiedet“), unabhängig von den zugrunde liegenden Ursachen, ist es möglich, dass ein Kind dies über lange Zeit nicht versteht, über mögliche Gründe grübelt bis hin zu der Überlegung, selbst etwas falsch gemacht zu haben.

*Für mich war das überhaupt nicht verständlich, dass wir jetzt auf ein Mal gar keinen Kontakt mehr haben sollten. Ich hatte keinen Kontakt zu ihm, obwohl ich es mir sehr gewünscht hab. Und er hat sich auch nicht gemeldet. Also er hat weder – Telefon hatten wir damals nicht – aber er hat auch nicht geschrieben und so. Ja, nun Gott, meine Oma sagt immer, er hätte ja wenigstens noch mal zu Weihnachten ... ein Geschenk oder so was schicken können, kam aber nicht, das war für mich, glaube ich, auch nicht wichtig mit dem Geschenk. ... Vielleicht einfach auch noch mal eine Verabschiedung, er hat sich auch nie von mir verabschiedet, so in dem Sinne. (Sonja)*

*Das habe ich selbst damals gesagt, ob ich vielleicht irgendetwas falsch gemacht hätte ihm gegenüber. Das hatte ich irgendwann auch, das fällt mir gerade ein... Dass er mich jetzt gar nicht mehr sehen will. Das hat meine Mutter mir auch gesagt, dass er auf einmal nur meinen Bruder haben wollte und mich dann nicht. So warum? Das konnte ich gar nicht nachvollziehen. Warum er meinen Bruder haben will und mich nicht. (Sonja)*

### **Resignation: Wir werden uns nicht wieder sehen**

➤ Im Falle eines lange anhaltenden Kontaktabbruchs ist es einem Kind manchmal möglich, dieses als unabänderliche Tatsache zu akzeptieren und sich innerlich von diesem Thema und entsprechenden Fantasien und Wünschen zu lösen.

*Also ich glaube, ich kam mir damals relativ machtlos vor. Also so in Kontakt zu meinem Vater wieder zu kommen, ich weiß nicht nach wie langer Zeit, aber relativ bald, vielleicht nach einem Jahr, da war es mir auch klar: Er kommt nicht mehr, da gibt's auch keinen Kontakt mehr, das ist jetzt auch irgendwo vorbei und das wird sich auch nicht ändern. ... Und dann war es tatsächlich irgendwann auch einfach nicht mehr Thema. Weil es war bei unserer Familie kein Thema, es gab keine Besuchszeiten oder irgend so, es war einfach kein Thema. (Sonja)*

### **Mögliche oder umgesetzte Gegenmaßnahmen**

➤ Im Falle einer eingetretenen Kontaktunterbrechung können sich die beteiligten Kinder in der Rückschau konkrete erleichternde Rahmenbedingungen oder Maßnahmen vorstellen oder haben diese auch umgesetzt, um sich wieder zu begegnen. Dazu gehören: Nicht die gesamte Verantwortung für die Kontaktverabredungen dem Kind überlassen; Verbesserung des Austausches zwischen den Eltern; therapeutische Unterstützung für den umgangsverweigernden Elternteil, insbesondere Hilfe bei der Bewältigung der partnerschaftlichen Trennung; Engagement von erwachsenen Bekannten, Freunden, Verwandten bei der Anbahnung und Begleitung von Kontakten.

*Wenn es von ihm aus gekommen wäre, dann wäre ich, denke ich mal, öfter bereit gewesen, mich mit ihm zu treffen. Vor allem, sage ich mal, wenn er Interesse gezeigt hätte, wäre ich, glaube ich, der letzte Mensch gewesen, der gesagt hätte: Nein, ich will dich nicht sehen. Sondern es ist halt einfach so gewesen, dass jedes Mal, wenn ich so das Bedürfnis hatte, dann musste ich halt bei ihm anrufen. (Stefan)*

*Also für meine Mutter finde ich, sie hat das nicht richtig gemacht, es uns zu überlassen, wann wir zu ihr wollen und uns dafür auch die Verantwortung zu geben. Also das wäre besser gewesen, wenn sie gesagt hätte, wann wir uns sehen. (Maria)*

*Ja, die Kommunikation meiner Eltern hätte ich gebraucht. ... Die können miteinander reden oder sich zumindest auf irgendwas einigen. Also auf irgendwas. Es war ja gar keine Kommunikation mehr möglich. Also das geht ja um ganz einfache Sachen. Wir haben in H. gewohnt, er in F., ich denke mir jetzt zum Beispiel, wer die Bahnfahrt bezahlt oder so. Dass man über irgendwas mal redet. (Karen)*

*Verhinderbar durch sofortige Intervention von außen, Verantwortungsnahme der Mutter und des Stiefvaters! (I03)*

*Es hätte vielleicht vermieden werden können, wenn meine Eltern eine vernünftige Kommunikation untereinander gehabt hätten. Ich hätte meinen Vater in den Ferien im Ausland (Türkei) besuchen können. Allerdings denke ich heute als Erwachsener daran, dass es vielleicht aus finanziellen Gründen schon nicht so leicht gegangen wäre. (I07)*

*Vermieden werden hätte das (die 20-jährige Kontaktpause zum Vater) durch eine Therapie seitens meiner Mutter, damit sie ihre Kindheit und ihre Scheidung verarbeitet. Eventuell hätte es auch durch mehr Einfluss der Verwandten verhindert werden können. Keiner traute sich, meiner Mutter zu erklären, was sie mir und meinem Vater da antut. (I10)*

*Dann war erst einmal Funkstille, aber ich vermisste meinen Vater sehr. Die Eltern meiner damaligen Jugendfreundin erkannten dies und halfen mir, den Kontakt wiederherzustellen. Zunächst sprachen sie viel mit mir und machten mir Mut. Dann luden sie mich zu sich ein und fuhren mich zu meinem Vater. Der war gerade in der Küche, als ich kam, und als er mich sah, erstrahlte sein Gesicht. Er nahm mich in die Arme und weinte vor Glück. ... Soweit ich mich erinnere, war immer ich diejenige, die den ersten Schritt (nach einer Pause) tat. (I36)*

### **8.3.5.4 Ich entscheide selbst**

Je nach Altersphase kann ein Kind bemerkenswerte eigene Aktivitäten entwickeln, um die Modalitäten der Umgangsgestaltung entsprechend seiner Bedürfnisse zu beeinflussen.

#### **Aktive Kontaktsuche; Interesse des Kindes**

➤ Ab der pubertären Entwicklungsphase kann es vorkommen, dass es Kind auch gegen die ablehnende Haltung seiner Hauptbetreuungsperson aktiv den Kontakt zu dem anderen Elternteil sucht.

*Ich fand es ungerecht, meiner Mutter allein die Schuld an der Trennung zu geben, daher begann ich auch wieder den Kontakt zu meiner Mutter herzustellen, denn ich wusste ja, dass es ihr besser erging, als sie sich von meinem Vater getrennt hatte. (k05)*

*Mit ca. 12-13 Jahren wollte ich meinen leiblichen Vater und meine Großeltern (vtls.) häufiger besuchen, weil ich wissen wollte, wer zu „unserer“ Familie gehört. In diesem Alter habe ich mich besonders für das Fach „Geschichte“ in der Schule interessiert und ich wollte meine Familienmitglieder zu ihrem Erleben in der Kriegs- und Nachkriegszeit befragen. (I13)*

*Meine Mutter hasste meinen Vater und ich habe mit Volljährigkeit selber Kontakt zu meinem Vater gesucht und gefunden. (I18)*

#### **Verringerung oder Beendigung der Kontakte durch das Kind**

➤ Diese Eigenaktivität kann ebenfalls in Richtung einer Verringerung oder Aussetzung der Umgangskontakte gehen.

*Dann konnte ich entscheiden, ob ich das möchte oder nicht, so oft hinzufahren. Und da hab ich mich entschieden für ein Nein. ... Und auf Grund von Gewissensbissen hab ihn dann wohl besucht, aber halt nicht mehr so häufig (ca. einmal monatlich). Dann habe ich ihn sogar, da war ich aber vielleicht 15, ein Jahr lang gar nicht besucht, auch den Kontakt auf Grund von Streitereien abgebrochen, Dann hatten wir wieder Kontakt. Dann war ich ja auch fast in meinem eigenen Leben so drin und mit 16 habe ich ihn vielleicht ein Mal im Monat gesehen. (Manuela)*

*Mit ungefähr 13 Jahren wollte ich meinen Vater nicht mehr so oft sehen, er hatte immer an meinen Freunden etwas auszusetzen. (I15)*

*Als ich zwölf war, habe ich irgendwann meinen ganzen Mut zusammen genommen und meinem Vater am Telefon gesagt, dass ich nicht mehr zu*



*ihm möchte. Ich habe fürchterliches Gezeter erwartet, aber er war ganz still und hat das einfach so hingenommen. Da ist mir ein großer Stein vom Herzen gefallen. ... Das war mit 12, als ich den Kontakt zu meinem Vater abgebrochen habe. So musste ich mir nicht mehr ständig seine wirklich zu weit gehenden Stiche gegen meine Mutter anhören. ... Der Kontakt brach dadurch völlig ab. Irgendwann, etwa ein Jahr später, rief mich mein Vater nochmal an und sagte mir, dass Opa gestorben sei. Ich hörte dann nichts mehr von ihm, bis ich 16 war. (I23)*

*Seit ich 14 war, wollte ich nicht mehr so oft zu meinem Papa ... Pubertät halt. ... Keine richtig Unterbrechung. Konnte Papa immer sehen, wenn ich wollte, wollte es aber nicht so oft. (I33)*

### **8.3.5.5 Nicht-persönliche Kontaktgestaltung**

Neben Brief- und Mailkontakten wird ab und an auch von Telefonaten (teils heimlich) berichtet. Im folgenden sollen einige Dimensionen des kindlichen Erlebens im Zusammenhang mit dieser nicht-persönlichen Form der Kontakte aufgezeigt werden.

#### **Gefreut über Lebens- und Liebeszeichen**

➤ Bei bestehendem Kontaktabbruch können einfache Botschaften des getrennten Elternteils (Winken, Blumen oder Geschenk schicken) große Freude bei dem Kind auslösen mit dem Gefühl, dass es von diesem Elternteil geliebt werde und er an das Kind denke.

*Mein Vater hat sich selten gemeldet und tut dies bis heute kaum. Zum Geburtstag hat er mir manchmal einen Strauß Rosen geschickt (ab ca.15), das hat mich unheimlich gefreut. (I15)*

*Sehr selten ein Brief, ich glaube zum Geburtstag. Ich freute mich sehr. (I30)*

*Ja, mein Vater hat oft geschrieben, Geschenke geschickt usw. Wenn ich bei Oma war, ging sie mit mir spazieren und mein Vater winkte von der anderen Straßenseite. Rüberkommen durfte er nicht, meine Oma hatte Schiss, dass ich mich bei meiner Mutter verplappere und sie Ärger bekommt. Für mich waren diese Kontaktversuche lebenswichtig. Es waren seine Liebesbeweise, es weckte in mir Gefühle von Vertrautheit, Stolz, Ich-werde-geliebt-Gefühl, Mein-Papa-ist-der-Beste-Gefühl, Glück. (I10)*

*Manchmal. Ein Geschenk zum Geburtstag per Post. Das habe ich gehütet und meine Mutter hat es schlecht gemacht: ‚Das hat die neue Frau für dich ausgesucht, so was hätte dein Vater nie gekauft.‘ Für mich war das ein Lebenszeichen, ich wollte wissen, wie es meinem Vater geht, was er macht, Anteil haben. (I18)*

#### **Trauer, Sehnsucht, Schuldgefühle**

➤ Solche oben erwähnten „Lebens- und Liebeszeichen“ können in dem Kind neben der Freude auch weitere Gefühle wie Trauer, Sehnsucht oder

ein schlechtes Gewissen auslösen, sich nicht von sich aus gemeldet zu haben.

*Aber dann hat er mir, das weiß ich noch, einmal einen Brief geschickt zum Geburtstag und hat gesagt, das fand ich natürlich traurig, immer wenn er ein Mädchen mit langen braunen Haaren sehen würde, dann würde er an mich denken. ... Grundsätzlich war ich natürlich traurig darüber, weil es einfach ... ja, wie soll man das sagen? (Karen)*

*Ja, über Briefe, Päckchen. Habe mich immer gefreut, gleichzeitig Traurigkeit, weil kein Kontakt. (103)*

*Manchmal hat mein Vater heimlich angerufen. Eine Telefonnummer von ihm hatte ich aber nicht. Wenn ich mal mit ihm telefoniert habe, dann war sofort die Sehnsucht nach ihm da. Er hat mir bestimmt 12 Jahre lang versprochen, mich holen zu kommen. Ich habe ihm geglaubt. (35)*

*Zum Geburtstag und zu Feiertagen hat mein Vater immer Briefe mit Geld geschickt. Ich habe mich riesig darüber gefreut, gleichzeitig bekam ich immer große Sehnsucht nach ihm. Er schrieb nie was Persönliches dazu, so blieb immer eine große Leere. (137)*

*Sporadisch Urlaubskarte, Telefon. Willkommen, aber irgendwie auch mit schlechtem Gewissen meinerseits gekennzeichnet. (100)*

### **Verletzt, ärgerlich**

➤ Nicht-persönliche Kontaktversuche des getrennten Elternteils können Gefühle von Ärger und Verletzung bei dem Kind hervorrufen, wenn sie als unangemessen, verspätet o. ä. erlebt werden.

*Und hat mir 20,-- DM in den Briefumschlag gesteckt. Und so arm waren wir nicht. Also, das fand ich schon einen ganz schönen Affront, mir 20,-- DM in den Briefumschlag zu stecken, wo bei uns immer zu Geburtstagen großzügig vor sich gegangen wurde. ... Das war ein bisschen wenig. Da hatten wir uns auch schon irgendwie ein Jahr nicht gesehen. Also das war ein bisschen hilflos von ihm. ... Einmal kam der Nachbar rüber, also er (der Vater) hat bei unserem Nachbarn angerufen und hat gebeten, dass wir doch mal zurückrufen oder so, aber das haben wir nicht gemacht. ... Grundsätzlich war ich natürlich traurig darüber, weil es einfach ... ja, wie soll man das sagen? (Karen)*

*Geschenke waren immer deutlich verspätet und trafen dann auch oft nicht den Geschmack, weil meine Mutter aufgrund des wenigen Kontaktes nicht wusste, was ich mag und wofür ich mich interessierte. Die Geschenke haben mich eher verletzt als erfreut, weil sie mir unsere fehlende Beziehung vor Augen führte. (116)*

*Zwei Wochen nach meinem 16. Geburtstag (4 Jahre Kontaktpause) hat er einfach so angerufen und mir zum Geburtstag gratuliert. Ich war direkt angepisst, weil er zwei Wochen später angerufen hat und nicht an meinem Geburtstag selber. Ich weiß nicht mehr, worüber wir bei diesem Telefonat geredet haben, ich weiß nur noch, dass es etwa eine Stunde ging und damit endete, dass ich weinte. (123)*

### **Distanziert**

- Wenn im Rahmen einer längeren Pause im persönlichen Umgang Kontakte über Briefe oder Geschenke stattfinden, kann sich ein Kind hierbei emotional distanziert verhalten, „als ob alles nichts mit meinem Inneren zu tun hatte“.

*Ich habe meinem Vater ein- oder zweimal einen Brief geschrieben. Es ging aber eher so um „Hallo Papa, mir geht es gut, die Schule ist schön...“ etc. ... Mein Vater hat mir hin und wieder Geschenke geschickt oder Briefe, ich hatte aber als Kind ein ganz komisch-taubes Gefühl dazu, als ob das alles nichts mit meinem Inneren zu tun hatte. Sehr emotional distanziert. (107)*

### **Angst vor Kontaktaufnahme**

- Allein durch die Dauer der Kontaktunterbrechung kann eine erneute Anbahnung dem inneren Erleben des Kindes entgegen stehen aus der Sorge, hierdurch könne zuviel „aufgewühlt“ werden.

*Aber ich bin nicht sicher, ob ich es gewollt hätte. Ein plötzlicher Kontakt nach langer Funkstille hätte vielleicht auch zu viel aufgewühlt und durcheinander gebracht. (120)*

## **8.3.6 Weitere Aspekte der kindlichen Lebenswirklichkeit**

### **8.3.6.1 Vertrauenspersonen für das Kind**

Genauso wie die Erwachsenen benötigt auch ein Kind Zeit und Unterstützung, die Ereignisse im Zusammenhang und in Folge der elterlichen Trennung psychisch zu verarbeiten. Hierzu bedarf es Vertrauenspersonen, denen gegenüber sich ein Kind öffnen kann. Die Teilnehmer der Studie berichten hierzu ermutigende, häufiger jedoch beeinträchtigende Erfahrungen.

#### **Ich konnte mich meinen Eltern mitteilen**

- Einige Kinder finden in ihren Eltern Ansprechpersonen, denen sie sich auch in Bezug auf familiäre Themen mitteilen.

*Meine Mutter hat viel mit meinem Bruder und mir darüber gesprochen und versucht, es so zu verarbeiten. (119)*

*Ja, ich spreche mit vielen Menschen darüber. Mit meinen Freunden (die z. T. ähnliches erlebt haben), mit meinem Freund, aber auch viel mit meinen Eltern selbst. Es wird nichts unter den Tisch gekehrt. (128)*

*Ich habe es versucht bei meinen Eltern. Dadurch habe ich wohl ein recht gutes Verhältnis zu ihnen bewahrt, aber es wurde auch ausgenutzt für die Geldstreitigkeiten. (132)*

#### **Die Eltern und Geschwister fallen weg; Tabuisierung; alleine damit sein**

- Fast jedes dritte befragte Trennungskind berichtet, dass die Mitglieder

der Kernfamilie nicht als Vertrauensperson für die Besprechung trennungsbezogener Themen zur Verfügung standen, mitunter wird eine diesbezügliche Tabuisierung oder ein als solches empfundenenes Schweigegebot erwähnt. Es kann zu dem Erleben kommen, mit solchen Beschäftigungen alleine zu stehen und nur auf sich selbst zählen zu können.

*Ja, ich habe mich damals nicht getraut, das Thema anzusprechen. Weil wir haben halt drei oder vier Jahre über dieses Thema wirklich in der gesamten Familie absolutes Stillschweigen bewahrt. Also außer uns Geschwistern natürlich. ... Ja, und ich sage mal, ich habe dann halt quasi meinen Trost im Alkohol gesucht, ganz einfach. (Stefan)*

*Nee, ich habe viel, glaube ich, in mich hinein gefressen. Es waren keine Geschwister da, mit denen man vielleicht hätte über solche Dinge sprechen können, weil die im gleichen Boot sitzen. Mit den Eltern, nee, das ist ja irgendwie fast nie so. ... Das war einfach so, dass ich einfach ganz früh gemerkt hab, ich kann nur auf mich selber zählen und ich bin mit mir alleine und da kann ich was. Aber Fremde, die sind sowieso wieder weg. Also das ist schon ziemlich prägend bei mir. (Alena)*

*Und das war dann, wie gesagt, auch ein typisches Klima bei uns in der Familie, dieses Totschweigen. ... Nein, in der Zeit hatte ich gar keinen Erwachsenen, mit dem ich so darüber reden konnte. (Sonja)*

*Mein Vater konnte mir da auch nicht viel helfen (Konflikte mit Stiefvater), denn er und meine Mutter sprechen seit ihrer Trennung nicht mehr miteinander. Sein Vorschlag war, zu ihm zu ziehen, was aber für mich gar nicht in Frage kam und deshalb unterließ ich es, mit ihm darüber zu reden, sondern genoss nur die dort verbrachten Freitagnachmittage. (k08)*

*Mit meiner Mutter konnte ich darüber nicht reden. Im Gegenteil, sie belästigte mich zusätzlich noch mit allen Schreiben der Rechtsanwälte und versuchte mich auf ihre Seite zu ziehen. Ich hatte dazu eine klare Meinung, konnte mich meiner Mutter aber auch nicht entziehen. Meistens habe ich nur geschwiegen. (k09)*

*Wurde verdrängt, kein Thema. ... Mit mir als Kind wurde über Trennung überhaupt nicht gesprochen. ... Nein, mein Vater wurde so gut wie nie erwähnt. Wenn ich das ansprach, wurde es nicht aufgenommen. (I03)*

*In der isolierten Welt des Internats, in der die Kameraden ähnliche Schicksale teilten, wurde die Trennung nicht thematisiert. ... Nein - ich habe von meinen Eltern und Großeltern nicht vorgelebt bekommen, über Gefühle zu sprechen. Ich habe später selbst in Beziehungen erleben können, wie gut es ist, sich jemanden anzuvertrauen. (I05)*

*Nein, es fiel kein Wort und ich wagte nicht zu fragen, weil ich Angst hatte, meine Mutter zu verletzen. (I07)*

*Außerdem verbot sie (Mutter) mir ab sofort, irgendwem von der Adoption oder unseren Familienverhältnissen zu erzählen. ... Es ginge niemanden was an und man würde mir sowieso nicht glauben. Insofern blieb mir nur mein Tagebuch. Freundinnen, denen ich trotzdem von meinen Sorgen erzählte, verstanden mich kaum, sie kamen meist aus heiler Familie. Mit meinem Adoptivvater sprach sie oft englisch. Ich fühlte mich ausgegrenzt. (I10)*

*Meine Mutter wollte davon nichts hören. Sie hatte mit sich selbst zu viel zu tun damals. Außerdem redete sie mir gegenüber immer nur schlecht über meinen Vater, wenn wir uns unterhielten und bezeichnete ihn als „der D.“ mit seinem Nachnamen. Das tat mir weh, zumal ich den gleichen Namen trug und mich sehr verbunden mit ihm fühlte. Ich wollte das nicht hören. (I26)*

*Wenn Sie mich jetzt nach einer erwachsenen Vertrauensperson fragen, mit der ich über meinen Vater reden konnte, die gab's glaube ich nie. Wen gab's denn überhaupt noch? Es gab Onkeln und Tanten, aber da war's natürlich auch nie Thema, weil das Familie war, das waren ja Schwestern und Brüder. (Martin)*

*Nein, (es gab niemanden). Ich entwickelte eher ein Gefühl für die Schwachen oder für Ungerechtigkeiten in der Welt, dachte extrem viel nach über alles und jeden. (I02)*

*Es gab Menschen, mit denen ich sprechen konnte. Jedoch nicht so tiefsinzig, wie es hätte sein sollen. Einerseits gab es niemanden, zu dem ich solch ein Vertrauen hatte, andererseits hatte ich auch zu niemandem ein solches Vertrauen. (I06)*

*Hatte keine Vertrauensperson( Erwachsen), der ich mich mit meinen Sorgen anvertrauen konnte. (I17)*

*Nein. Damals wurde einfach nicht gesprochen!!! (I22)*

### **Familiäre Vertrauenspersonen außerhalb der Kernfamilie**

➤ Einige Kinder finden in dem erweiterten Familienverband, insbesondere in den Großeltern, Bezugspersonen, denen sie ausreichend Vertrauen entgegen bringen und von denen sie sich geliebt und verstanden fühlen.

*Also zu meinem Opa hatte ich ein sehr enges und schönes Verhältnis. (Was konnte der Opa, was der Vater nicht geben konnte?) Einen umfassen ... er war so ein Zentrum für viele. ... Und der hat uns im Grunde auch verbunden, meinen Vater und mich. Also das waren auch immer die (Großeltern), die gesagt haben: ... Wir müssen deine Tochter besuchen, wir müssen da jetzt hinfahren. Also die waren die treibende Kraft. ... Wahrscheinlich bin ich auch deswegen immer gerne da gewesen, weil ich da das eigentlich bekommen habe, was ich mir vielleicht von meinem Vater gewünscht hab. (Alena)*

*Mein Leben ging (nach der Trennung) so weiter, dass ich nach der Grundschule auf das Gymnasium 10 km vom Ort entfernt wechselte. Von da ab fuhr ich oft vom Busbahnhof an unserem Betrieb mit dem Fahrrad vorbei, um durch die Stadt zu meiner Omi zu gelangen. Dort bekam ich Mittagessen, Ansprache, Zeit und Platz, um die Hausaufgabe zu machen. Auch spielten wir noch viel zusammen Brettspiele. (k06)*

*Eltern meiner Freunde, Oma. (I00)*

*Ich hatte tolle Pateneltern und Großeltern. Zu ihnen fühlte ich mich sehr hingezogen, weil ich ihre bedingungslose Liebe spürte. Leider funkte meine Mutter dazwischen, daher konnte ich eigentlich nie tiefer gehende Beziehungen zu Verwandten aufbauen. (I10)*

*Mein größter Halt waren meine Großeltern. (I20)*

*Nach dem Abitur ging ich ein Jahr nach England zu meinem Onkel und meiner Tante. Da war eigentlich das erste Mal, dass ich regelmäßig, v. a. mit meinem Onkel, Gespräche über mich und meine Gefühle, Gedanken, Einstellungen führte. Natürlich kam auch dort meine Mutter zur Sprache, und es war eine Eingebung zu merken, dass es eigentlich egal ist und mit mir als Person nicht das geringste zu tun hat, wer von meinen Eltern was getan hat. Denn mein Onkel hat natürlich sofort gemerkt, dass ich sehr gekränkt und verteidigungsbereit war, wenn eine Äußerung auch nur annähernd als Kritik an meiner Mutter verstanden werden konnte. Ich glaube, das war der Punkt, an dem ich mich emotional etwas von ihr gelöst habe. (I27)*

*Meine Oma war mein Halt, gab mir Kraft und Trost. Wir lebten leider nicht in einer Stadt, so dass ich Briefe schrieb und/oder sie anrief... In den Ferien war ich immer bei ihr. (I30)*

*Meine Oma (mtls.) war sehr wichtig für mich. Ich habe sie oft besucht und die Geborgenheit in ihrer Nähe und in ihrer Wohnung genossen. (I37)*

### **Erwachsene Vertrauenspersonen außerhalb der Familie**

Auch erwachsene Vertrauenspersonen außerhalb der Familie können für eine bestimmte Zeitphase ein bedeutsamer, emotional Halt gebender Faktor für das Kind sein. Einige Male werden von den Teilnehmern Eltern von Peer-Group-Freunden genannt.

*Ja, doch, also auch mit ihrer Mutter (der besten Freundin). (Hella)*

*Eltern meiner Freunde, Oma. (I00)*

*Es gab immer Menschen in meiner Umgebung, die sehr freundlich zu mir waren. Da war z. B. eine Frau, die eigentlich eine sehr gute Freundin meines Vaters war. Sie wurde im Laufe der Jahre meine „Ersatzmutter“ - so habe ich sie immer betitelt, wenn ich meinen Freundinnen von ihr erzählte. Sie war eine sehr freundliche, warmherzige und ruhige Frau, und ich konnte mit ihr über meinen Kummer sprechen, besonders in Bezug auf meine Stiefmutter. ... Dann war da noch meine „dritte Oma“. Mit etwa vier Jahren bin ich das erste Mal zu ihr hoch gegangen. Seither war sie zu einer meiner wichtigsten Bezugspersonen geworden. Für mich war sie meine eigentliche und „richtige“ Oma. Seit der Trennung meiner Eltern verbrachte ich so ziemlich jedes Wochenende bei ihr. Die Eigenschaft der Stabilität hatte sie mit meiner Ersatzmutter gemeinsam. Auch bei ihr war alles verlässlich und vertraut. Ich fühlte mich bei ihr geborgen. Ihr konnte ich immer ausführlich über meine Ferienerlebnisse bei meiner Mutter berichten, denn die konnte ich leider mit meinem Vater nicht teilen. Ihr habe ich auch meine Probleme mit meiner Stiefmutter anvertraut. ... Die Eltern meiner Freundin mochten mich sehr gern und haben mir in schwierigen Situationen Mut gemacht und mich tatkräftig unterstützt. ... Ich empfinde ein tiefes Gefühl der Dankbarkeit dem Leben gegenüber, das mich nie allein ließ und mir gezeigt hat, dass „Familie“ über eine bloße biologische Verwandtschaft weit hinausgeht. Vieles mag schwer gewesen sein, aber allein war ich nie. (I36)*

### **Peer-Group-Freunde und erste Partner als Vertrauensperson**

➤ Mit zunehmendem Alter eines Kindes werden vertraute Bezugspersonen in der Gruppe der Gleichaltrigen, später dann auch erste Partner, zunehmend bedeutsamer für einen vertrauensvollen Austausch über familiäre und intime Probleme, sie stellen damit einen wesentlichen Faktor emotionaler Stabilität dar.

*Also ich weiß nur, dass ich noch froh war, dass ich gleichaltrige Freunde hatte. Ich hatte immer beste Freunde in der Zeit. (Martin)*

*Ja, also ich hatte eine sehr gute Freundin, die hat im selben Haus gewohnt, zwei Stockwerke unter uns und unsere Familie war befreundet bzw. sie hat halt mit ihrer Mutter allein gelebt und mit ihrer Schwester. Meine Mutter und ihre Mutter waren befreundet und wir waren auch ganz oft zusammen im Urlaub. Also wir kennen uns halt, seit wir zwei Jahre alt sind. Und bei ihr war ich dann auch oft unten. Das hat mir manchmal Halt gegeben. ... Und die hatte auch solche Probleme in ihrer Familie, hat sich nicht wohl gefühlt und wir haben immer ganz viel geredet und alles zusammen gemacht. (Hella)*

*Wenn ich mit jemanden gesprochen habe, dann waren das Freunde. ... Davor? Nein, wüsste ich nicht, da hatte ich ja auch eigentlich keine Probleme, von daher musste ich halt auch mit niemanden reden so ungefähr. In der Kifferzeit (Pubertät), da wurde das dann aktuell, dass man da denn mal Probleme hatte und mit seinen Freunden darüber gesprochen hat. (Bernd)*

*Ja, mit meinem besten Freund habe ich lange Gespräche führen können. (I01)*

*Später - mit 16 - hatte ich eine Freundin, deren Eltern sich gerade scheiden ließen. Mit ihr konnte ich gut reden. (I26)*

*Ich war außerdem damals sehr viel auf Tagungen für Geschwisterkinder behinderter Kinder. Dort wurde ich liebevoll aufgefangen. (I32)*

*Ich hatte zu jeder Zeit auch wunderbare Freunde. Mit neun Jahren fand ich durch die Reiterei eine kostbare Freundin. Sie war in meinem Alter. Ihre Lebenssituation war der meinen aber vollkommen entgegengesetzt. Sie hatte liebevolle Eltern und wohnte in einem großen Haus mit einem sehr schönen kleinen Park. Sie teilte alles absolut selbstverständlich mit mir, als wäre ich ihre Schwester. ... Mit dieser Freundin konnte ich über absolut alles reden und habe mich bei ihr oft ausgeweint. Meistens hatten wir aber einfach viel Spaß zusammen, in jeder erdenklichen Weise, die Mädchen wichtig finden. (I36)*

*Also doch, Freunde waren immer wichtig. Aber ich glaube, die wichtigsten Bezugspersonen derzeit waren mein Vater, meine Großmutter (vfls.) und nachher mein Freund. (Gisela)*

### **Professionell Beteiligte als Gesprächspartner**

➤ Einige der teilnehmenden Trennungskinder können sich daran erinnern, mit einem in irgendeiner Weise professionell Beteiligten über die Familienereignisse und -probleme gesprochen zu haben. Hier werden Famili-

enrichter, psychologische Sachverständige, Jugendamtsmitarbeiter, aber auch Lehrer oder Hausangestellte erwähnt. Die Mehrzahl der Erfahrungen wird in der Rückschau als positiv und unterstützend bewertet.

*Wobei ich die Richter nie als zu dieser bedrohlichen Situation oder zu dieser Indoktrinationssituation mithelfend empfunden habe. Ich habe immer die Richter und auch die Psychologen eher als positiv empfunden. Weil die immer auf das gehört haben, was man gesagt hat. ... Das war eher eigentlich positiv immer. (Martin)*

*Ich habe dann mit dem Herrn (vom Jugendamt) alleine gesprochen. Er hat dann mit mir über die Situation gesprochen, was ich mir denn wünsche, wie ich denn gerne die Regelung hätte, wann ich bei wem bin und wie ich mich fühle und wie ich denn zu dem Ganzen stehe. Wir haben da viele Gespräche gehabt. Ich habe mich da sehr wohl gefühlt, aber ich war damals einfach total eingeschüchtert. ... Ich glaube, ich habe mich nicht wirklich geöffnet. Ich hatte auf der einen Seite tatsächlich Angst, meiner Mama weh zu tun. Ich wusste eigentlich gar nicht, was mein Vater will. Ich wusste eigentlich gar nicht, was zwischen den Erwachsenen da plötzlich los ist und ich wollte natürlich auch nicht, dass irgendwie die Zeit mit meinem Vater eingeschränkt wird. Das wollte ich nicht. Und deswegen habe ich mich da, glaube ich, nicht wirklich geöffnet. So habe ich es jedenfalls in Erinnerung. ... Ich musste nicht vor gesammelter Mannschaft aussagen, sondern der Richter hat mich in sein Zimmer geholt, hat seine Robe ausgezogen, war ganz, ganz lieb und verständnisvoll, aber ich war wirklich sehr eingeschüchtert, kann mich auch nur noch ganz bruchstückhaft daran erinnern, weil ich irgendwie damit gar nichts zu tun haben wollte, und habe dann mehr oder weniger ausgesagt, ich möchte eigentlich, dass es so bleibt, wie es ist, ich möchte meinen Papa weiter sehen, aber ich möchte auf alle Fälle bei meiner Mutter bleiben, wobei das stand gar nicht zur Debatte. (Kathrin)*

*Weil diese eine Situation, wo wir bei diesem Gerichtspsychologen waren, auf Veranlassung meines Vaters, das weiß ich noch, ich glaube, meine Schwester hat es ähnlich empfunden, das war super positiv. Wir haben da Sachen gebaut und die hat so Tests mit uns gemacht, das war super spannend, interessant. Ja, komischerweise, ich weiß gar nicht, ob es stimmt, aber im Nachhinein hat man immer so das Gefühl, da wurden wir mal gefragt, das war toll. ... Wobei ich die Richter nie als zu dieser bedrohlichen Situation oder zu dieser Indoktrinationssituation mithelfend empfunden habe. Ich habe immer die Richter und auch die Psychologen eher als positiv empfunden. Weil die immer auf das gehört haben, was man gesagt hat. (Martin)*

*Ich habe das damals so ein bisschen in meinem Vertrauenslehrer gefunden. Dadurch, dass ich halt in Französisch schon immer grottenschlecht war, hatte ich halt schön öfter Beratungsgespräche mit dem und der hat halt auch schon mit meinen Eltern und mit meinem Bruder über dieses Thema geredet. Und das war für mich ein bisschen der Anlaufpunkt ab und zu mal. (Stefan)*

*In der neuen Schule hatte ich einen sehr netten Klassenlehrer, dem ich mich anvertrauen konnte. (I17)*



*Wir hatten danach eine Art „Haushälterin“ und Ersatzmutter, die den ganzen Tag bei uns war. Damals war ich sicher froh, unsere Haushälterin zu haben. Sie war für uns da. Hat mit uns Hausaufgaben gemacht. Gekocht, gespielt. Aber wenn man in der Seele traurig ist und man etwas Großes verloren hat, dann kann auch ein noch so großartiger Mensch die Mutter nicht ersetzen. (I22)*

*Die Scheidungspsychologin und den Mitarbeiter vom Jugendamt habe ich als sehr unangenehm erlebt. Mir war die Situation unendlich peinlich. Ich habe mich geschämt für meine Bedürftigkeit. (I16)*

### 8.3.6.2 Tiefe Wünsche des Kindes

Die Teilnehmer dieser Studie haben über tiefe Wünsche als Kind berichtet, ihre damaligen Sehnsüchte und Hoffnungen, die einen bedeutsamen Teil ihrer früheren Welt ausmachten. Wenn sich diese Wünsche auf ein konkretes Elternverhalten beziehen, sind sie in Kap. 8.4.1 (Gewünschtes unterstützendes Elternverhalten) einbezogen worden.

#### Wunsch nach „heiler Familie“ und Hoffnung auf Wiedervereinigung

➤ Ca. 20% der Trennungskinder dieser Studie erinnern sich daran, damals Fantasien oder Hoffnungen auf eine Wiedervereinigung der Familie gehabt zu haben. Im kindlichen Erleben können durchaus realitätsbezogene Bewertungen („es ist Schluss“) lange Zeit parallel neben einer eher magischen Wunschebene bestehen.

*Ansonsten habe ich noch eine Sache, die ist total wichtig. Ich habe echt lange nicht verstanden, dass die nicht mehr zusammen kommen. Ich hab immer gedacht, das wird wieder. Und das weiß ich so genau, weil das kennt man ja mit der Wimper ... eine Wimper, die lose ist. Wenn man die wegpustet, darf man sich doch was wünschen. Und früher habe ich da ganz doll dran geglaubt und bei jeder Wimper habe ich das gemacht, bis ich 14 war. ... Und wenn ich die beiden so gerne mag, dann mögen die sich doch eigentlich auch gerne. (Julia)*

*Und ich weiß, auf der einen Seite habe ich sofort verstanden, es ist Schluss. Es gab aber auch durchaus Phasen, wo ich dachte: Na ja, irgendwie, weil meine Eltern zu der Zeit natürlich auch noch viel Kontakt hatten, das kittet wieder ... (Kathrin)*

*Ich hatte, glaube ich, nur den Wunsch, dass es so ist, wie es normalerweise ist, Vater, Mutter, Kind. (lacht) (Den Wunsch, dass es wieder so ist wie früher?) Ja, also ich hatte jetzt nicht damit gerechnet, ich hatte auch keine Hoffnung. Aber irgendwo wünscht man sich das ja doch. ... Also mir war es damals auch klar, dass das niemals funktioniert hätte. (Gisela)*

*Also ich glaub, das wünscht sich jedes Scheidungskind, bei beiden Eltern groß zu werden und das ist eben einfach Seltenheit. ... Eben ganz heil in einer Familie aufzuwachsen, wo abends eben alle zusammen Abendbrot essen. (Manuela)*

*Ich musste lange überlegen. Der Wunsch wird unterschwellig gewesen sein. Wahrscheinlich, dass sich meine Eltern versöhnen. (I01)*

*Wäre lieber in einer intakten Familie gewesen bei Vater und Mutter. (102)*

*Sicherlich wünschte ich mir eine Familie - dieser Wunsch ist heute noch unerfüllterweise in mir. (105)*

*Ich weiß, dass ich manchmal von meiner Mutter wissen wollte, wenn ich bei ihr war, wann wir wieder „nach Hause“ gehen. Sie war es, die damals ausgezogen ist. (128)*

*Was mein eigenes Leid betrifft, erinnere ich mich allerdings, dass ich mir jahrelang gewünscht habe, wieder sieben Jahre alt zu sein. Ich wusste damals nicht, warum ich diesen Wunsch hatte, aber heute vermute ich, dass ich so alt sein wollte, weil meine Eltern sich da noch nicht getrennt hatten. (136)*

### **Mehr Zuwendung, Halt, Sicherheit, Leichtigkeit**

➤ Viele Kinder (s. a. 8.4.1) erinnern sich daran, sich damals mehr Zuwendung und Verständnis, emotionalen Halt, Interesse an seiner Person und Leichtigkeit im Leben gewünscht zu haben. Dies lässt den Umkehrschluss zu, dass Trennungskinder nicht selten in eine emotional defizitäre Situation geraten können.

*Ich hätte damals gerne jemanden gehabt, der mich in den Arm nimmt, einfach neben mir sitzt und mir zuhört. (Yasmin)*

*Ja, also ich hätte mir, glaube ich, so gewünscht, eine emotionale Basis zu haben, liebevolle Basis. Wo man immer weiß: Es ist alles gut. Mit ein paar kleinen Grenzen. Aber ich hatte nie das Gefühl, dass alles gut wäre, so emotional. (Gisela)*

*Nicht mehr traurig zu sein und irgendwo dazu zu gehören. (122)*

### **Weniger Einsamkeit**

➤ Oben (8.3.1) wurde berichtet, dass Trennungskinder häufiger Gefühle der Einsamkeit entstehen. Dementsprechend wird hier von dem Wunsch berichtet, weniger alleine zu sein, einen älteren Bruder oder Freunde zu haben.

*Ja, einen älteren Bruder, der mir beisteht, mich beschützt, meine Rechte für mich durchboxt. Dann hätte ich mich auch nicht mehr so allein gefühlt. Lange Zeit wünschte ich mir, ein Junge sein (ca. mit 9-10), zog mich so an, hatte kurze Haare und prügelte mich in der Schule. (110)*

*Dass ich selbstbewusster wäre und mehr Freunde hätte. Ich war sehr sehr einsam. (124)*

*Nicht allein zu sein, denn so fühlte ich mich. Die Tagungen (für Geschwister behinderter Kinder) hatte ich auch erst, als ich 13 war. Die Jahre davor war ich alleine. Auch Freunde hatte ich nicht. (132)*

### **Von allem befreien, unabhängig sein**

➤ Einige Kinder berichten von ihrem damaligen Wunsch, sich recht bald von den familiären Belastungen durch Ausziehen zu befreien, einfach wegzugehen an einen Platz, von dem man – selbst unerreichbar – alles

beobachten kann.

*Ausziehen, ein eigenes Leben ohne fremde Willkür. (I34)*

*Dass mein Vater wieder zurück kommt. Als ich spürte, dass das nie wieder der Fall sein würde, da wollte ich dann nur noch groß werden und von zu Hause weg gehen. (I35)*

*Einfach weglaufen. Mit einem ganz kleinen Gepäck einfach losgehen, die Straße entlang, immer weiter, bis ich einen Berg erreiche, den ich besteige und dort von niemanden gesehen und gefunden werden kann, aber selbst auf alles und alle runterschaue. (I37)*

### 8.3.6.3 Allgemeine Bewältigungs- und Beeinflussungsstrategien

Kinder unter Belastung neigen dazu, jeweils eigene Coping-Strategien zur Spannungsminderung zu entwickeln. Die hier aufgelisteten Berichte sind etwas unscharf vom Kap. 8.3.3.2 zu trennen, in welchem allgemeine kindliche Belastungsreaktionen im weiteren Verlauf nach der elterlichen Trennung besprochen wurden. Die Einordnung in hier vorliegenden Abschnitt erfolgte, sofern der Teilnehmer die früheren Verhaltensweisen selbst als Bewältigungsstrategie bewertete bzw. diese nicht per se als auffällig, sondern primär als Anpassungsleistung zu interpretieren ist.

#### **Ich versuche es hinzunehmen, wie es ist**

➤ Kinder haben häufig eine große innere Kraft, sich auf unterschiedliche Lebensverhältnisse einzustellen, diese hinzunehmen, da sie ohnehin als nicht veränderbar wahrgenommen werden.

*Ja, also, mir hat schon viel gefehlt. Ich hätte da Vieles noch mehr gebrauchen können in meinem Kinderleben. Aber es war ja so, wie es ist. Und damit habe ich mich zufrieden gegeben. (Karen)*

*Ich habe mich mit der Situation abgefunden, arrangiert, versucht das Beste daraus zu machen, mich auf Schule und Freunde konzentriert. (I16)*

*Wenn ich mich zurückerinnere, habe ich die Situation so hingenommen, wie das Kinder eben tun. Wenn die Eltern meinen, das ist so, dann wird es schon richtig sein. Hätte ich mir damals eingestanden, dass sich v. a. meine Mutter oft nicht richtig verhalten hat, so hätte mich das sehr aus dem Gleichgewicht geworfen. ... Ich habe die damalige Situation nie in Frage gestellt. Wie ein Hund. ... Ich war total passiv. Aber dabei war ich eben nicht, zumindest nicht offensichtlich, unglücklich. (I27)*

*Bin passiv geworden, alles erdulend. (I35)*

#### **Verantwortung übernehmen, helfen, unterstützen, Verständnis zeigen**

➤ Ein Trennungskind kann versuchen, Stabilität, Sicherheit und Kontrolle herzustellen, indem es sich im Umgang mit den Erwachsenen verantwortlich, vernünftig, verständnisvoll und unterstützend zeigt. In dieser Bewältigungsstrategie liegt die Gefahr der Überforderung durch Parentifizierung (s. a. 8.3.3).

*Ich versuchte, vor allem bei den Älteren und in meinem Familienkreis Verantwortung zu übernehmen, um anerkannt zu werden. Ich lernte, wenn ich anderen zuhöre oder etwas für sie tat, dass sie mich dann mochten und Zeit hatten. (k05)*

*Ich habe sie oft um ihre Meinung gefragt, auch wenn sie mich nicht interessierte, aber sie stimmte dann eher dem zu, was ich wollte. Sie hat mich manipuliert und ich sie. (l10)*

*Ich habe versucht, die Wogen zu glätten, indem ich „schrecklich lieb“ und „furchtbar vernünftig“ war. Über viele Jahre habe ich mir regelmäßig bis zu drei Stunden am Stück (!) ihre selbstmitleidvollen Klagetiraden angehört und nahm dieses ganze Theater wirklich ernst. Ich wollte meine Eltern auf diese Weise wohl für mich gewinnen, sie auf meine Seite ziehen. Dabei habe ich nur übersehen, dass es „meine Seite“ gar nicht mehr gab. (l36)*

### **Aufmerksamkeit erlangen**

➤ Durch verschiedene, teils in der Rückschau als unbewusst eingestufte Aktivitäten kann ein Trennungskind versuchen, für sich Aufmerksamkeit und Zuwendung zu erlangen (krank sein, Clown spielen).

*Ich bin oft auch krank gewesen. ... Na ja, oder halt Heuschnupfen oder Allergie, das glaube ich war schon was, wo ich dann gemerkt habe: Ja, dann kümmert man sich ein bisschen mehr um mich als sonst. (Konnten Sie das genießen ein bisschen?) Wahrscheinlich ja, sonst hätte ich das nicht gemacht. (Maria)*

*Wenn ich alleine war, hatte ich oft Gedankengänge, wie ich die Aufmerksamkeit erlangen könnte. Ich malte mir sogar aus, krank zu werden, Unfälle zu haben, damit sich mehr Augen auf mich richten. (k05)*

*Eine bewusste Einflussnahme ist mir nicht bekannt. Ich denke, dass meine Krankheitsgeschichte, ausgelöst durch einen eher selbstzerstörerischen Akt, meine Eltern binden sollte. Harnleiterinfektion - Blasenentzündung - Blinddarmentzündung mit Entnahme - Nierenversagen - Lungenentzündung - Mandelentzündungen mit Entnahme. Dies begann mit ca. 10 Jahren und erstreckte sich bis zum Alter von ca. 18 Jahren. (l05)*

*Sie war sehr nett und kümmernd, wenn ich krank war. Dann streichelte sie mir die Stirn und brachte mir Essen ans Bett oder kleine Geschenke. Vielleicht war ich deswegen öfter krank als nötig. (l10)*

*Krank sein, damit sich mal jemand um mich kümmert. Ich war ja nach der Trennung gar nicht mehr existent. Mein Bruder war gerade zur Welt gekommen und um den drehte sich alles. (l35)*

*Ich bin dann immer albern geworden, habe den Clown gespielt und das wurde auch immer angenommen. ... Weil ich nicht nur versuche, mich aus der Situation zu holen, sondern die Gesamtsituation. ... Und da habe ich dann einfach durch Albernheit und Späßchen, was ich sehr gut kann wohl, die Situation also fast immer aufgelöst bekommen. ... Das war auch immer anstrengend, den Kasper zu spielen. Ja, war immer sehr anstrengend. ... Ja, habt ihr euch schon mal gefragt, ob ich überhaupt will? (Kathrin)*

## **Aggressionen, Drohungen, Provokationen, weinen**

➤ Zur Durchsetzung eigener Bedürfnisse bzw. zum Spannungsabbau zeigt manches Trennungskind Aggressionen, Provokationen, Weinen oder Drohungen gegenüber den Erwachsenen (Weglaufen zum anderen Elternteil).

*Also ich habe natürlich auch durchaus, wenn ich mich mit Mama gestritten hatte, zu ihr sagen können: Ich geh jetzt zu Papa. So was gab es natürlich auch. ... Dass ich wirklich als kleines Kind da schon so wusste, dass ich wirklich wusste: Das kann ich jetzt, ich geh jetzt zu Papa. ... Ja, also Mama hat das später noch mal irgendwann erzählt, das weiß ich selbst nicht mehr genau, da habe ich mein kleines Köfferchen gepackt und war wohl auch im Schlafanzug und bin da raus gestieft. Und sie hat das halt nur mit einem Lächeln quittiert und für sich selbst reflektiert, so dass sie dabei halt gesagt hat: Ja, mach doch. ... Aber da war sie zum einen immer sehr echt und zum anderen gelassen. ... Ich war auch nicht so einfach als Kind, denke ich jetzt mal. Ich hatte natürlich mit ihr so meine Spielchen gemacht. (Julia)*

*Aggressionen gegen Stiefvater. „Bestrafung“ der Mutter durch Aggressionen. (I03)*

*Ich wollte einmal weg laufen, habe es aber nur bis in den Kleiderschrank geschafft, da ich zu feige war. (I09)*

*Meiner Mutter gegenüber war ich bockig, unkooperativ. Wenn ich Angst vor einer Bestrafung hatte, fing ich im Vorwege an zu heulen, auf Tränen reagierte sie meist weich, das nutzte ich aus. Ich provozierte sie gern – als Kind hat man ja die besseren Nerven und irgendwann prallte ihr Gesabbel eh an mir ab. Wenn ihr Gerede und ihre Schläge nichts halfen, ließ sie mich in Ruhe, gab auf. (I10)*

## **Lieb und pflegeleicht sein; nach außen gut funktionieren**

➤ Einige Trennungskinder berichten, dass sie früher versucht haben, sich als lieb und „pflegeleicht“ zu zeigen bzw. nach außen gut zu funktionieren. Dies dient einerseits der Absicherung von Zuwendung und andererseits der Abwehr von besorgten Nachfragen über die kindliche Befindlichkeit.

*Also ich war leistungsmäßig sehr gut, aber nicht der Überflieger, aber sehr gute Leistungen, ... Und ich glaube Kopfnoten, Betragen, Fleiß, Ordnung, Mitarbeit, die hatte ich alle so in einem 1er oder 2er Bereich. ... Das meine ich mit unauffällig. Ich glaube nicht, dass auch nur ansatzweise irgendein Lehrer oder auch Pädagoge, Erzieher, nachmittags waren auch Erzieher, auch nur ansatzweise auf die Idee gekommen sind: das ist ein Problemkind. (Sonja)*

*Ich glaube, es war irgendwie so schlimm, dass ich irgendwie schon ...alle Gefühle ausgeblendet habe. Es war ja nach der Grundschule. Dann bin ich halt in eine neue Schule gekommen und das war natürlich auch dann erst mal eine Umstellung. Und irgendwie erst mal so funktionieren einfach. ... Ich glaube... es war einfach nur Funktionieren und in der äußeren Welt irgendwie klar kommen. (Maria)*

*Ja. Ich meine, ich habe - nie kann ich nicht sagen - Gefühle gezeigt, aber ich habe mich zurückgenommen. Natürlich auch emotional zurückgenommen. ... (Sie haben gut funktioniert?) Ja. Das ist natürlich hochtraubend gesagt für ein Kind. Aber ich spielte eben nicht so eine Rolle. (Sie waren unauffällig?) Ja, unauffällig. Genau. (Karen)*

*Also das sagt meine Mutter immer noch lobend: Du als kleines Kind oder überhaupt deine Kindheit, du warst ja immer sehr genügsam. Ja, weiß man ja auch warum. Ich habe eben versucht zu vermeiden, jegliche Schwierigkeiten zu machen. (Gabi)*

*War immer sehr brav und angepasst. (I20)*

*„Lieb sein“ war an sich das große Ziel meiner Kindheit. Ich dachte, wenn ich lieb bin, bekomme ich vielleicht mehr Zuwendung. (I23)*

*Ich denke, ich habe nach außen hin einen sehr starken und guten Eindruck bei allen hinterlassen, so dass sich kaum einer ernsthafte Sorgen um mich machte. Im Nachhinein habe ich auch von vielen erfahren, dass sie damals immer dachten, ich habe alles sehr gut gepackt. (k05)*

### **Ich mache mich klein, ich bin eigentlich nicht da**

➤ Die extreme Form der o. g. Strategie des Lieb- und Pflegeleichtseins besteht in dem Versuch des Kindes, sich so klein und unscheinbar zu machen, dass man nicht mehr auffällt und gleichsam von dieser Welt verschwindet.

*Ich habe versucht, mich ganz klein zu machen, unscheinbar zu werden, nur dass ich sie nicht störe. (I37)*

*Ich habe mich nur zurückgezogen. (I26)*

### **Eltern in Kontakt bringen**

➤ Ein Trennungskind kann es sich „zur Aufgabe machen“, seine Eltern durch gezielte Aktivitäten wieder „zusammen zu bringen“. Auch dies muss als Bewältigungsverhalten gesehen werden, denn es ist ein kindlicher Versuch, Kontrolle über die Situation herzustellen und damit das Hilflosigkeitserleben zu kompensieren.

*Ja, ich hab mir halt auch Mühe gegeben oder ich hab halt auch versucht, immer irgendein Gespräch zu finden mit meinen Eltern oder die halt irgendwie zu überreden, so komm, versucht das noch mal. Die haben sich dann natürlich belustigt, dass da irgendwie ein 5-jähriger denn sagt: Komm mal wieder mit Mama zusammen. Aber so war das halt in der ersten Zeit, ich sag mal die ersten zwei Jahre in der Trennung, da habe ich halt immer nachgefragt: Probiert es doch noch mal. ... Meine Mutter hat mir, glaube ich, denn auch immer wieder gesagt: Das geht nicht, das hat keinen Zweck - oder irgendwie so was. Aber ich hab es dann trotzdem eine Zeitlang immer wieder versucht. (Bernd)*

*Wenn meine Mutter mich nach den Besuchswochenende nach Hause gebracht hat, wollte ich immer, dass sie noch mit hoch kommt. Es hat mich glücklich gemacht, wenn meine Eltern sich gemeinsam in die Küche gesetzt und geredet haben. Ich war dann kurz dabei und habe sie dann al-*

*leine gelassen, in der Hoffnung, dass sie sich ganz viel zu sagen haben werden. (I16)*

### **Frühzeitig unabhängig machen**

➤ Eine weitere Bewältigungsanstrengung, das familiär bedingte Belastungserleben zu mindern, kann einem möglichst frühzeitigen oder gar vorzeitigen Streben nach Unabhängigkeit von den Eltern und Erwachsenen bestehen. Dies kann in eine starke Autonomie („Probleme mit mir selbst ausmachen“) oder die Suche nach außerfamiliären Vertrauenspersonen führen. In der Rückschau wird mitunter der frühe Verlust der Kindheit beklagt.

*Ich wollte so schnell wie möglich meine Sachen selbst erledigen können, ohne auf andere angewiesen zu sein. (k05)*

*Eigentlich sofort danach (13 Jahre) wollte ich mit beiden Eltern nichts mehr zu tun haben. Ich habe mir sehr schnell eigene Ansichten und Meinungen zugelegt. (I02)*

*Da ich sah, dass der offene Umgang mit Problemen oder Unfähigkeiten zu Hause nicht half, lernte ich, Probleme mit mir selbst auszumachen. (I34)*

*Dieses Gefühl, Kind zu sein, ging mit derartigen Erlebnissen schnell verloren. Vorsicht, Achtsamkeit war gefragt. Ich habe versucht, mein Leben nach außen zu verlagern. War viel bei Freundinnen und bei deren Eltern. Zu Hause war alles nur noch peinlich. (I37)*

### **8.3.6.4 Kindliche Kraftquellen**

Es war ein Anliegen dieser Studie, etwas darüber zu erfahren, wie Kinder geholfen werden kann, sich nach der elterlichen Trennung stabilisieren. Dies ist auch die Frage nach Resilienzfaktoren, die letztlich das Risiko späterer Fehlentwicklungen mindern können. Die in diesem Abschnitt gesammelten Sequenzen geben darüber Auskunft.

#### **Die Liebe der Eltern**

➤ Einer der wichtigsten Variablen, die Kindern helfen kann, die elterliche Trennung möglichst gut zu bewältigen, besteht in der konkret empfundenen elterlichen Liebe und verständnisvollen Zuwendung.

*Aber wenn ich dann abends mal irgendwie eine ruhige Minute mit ihr gebraucht habe, dann hat sie dafür immer Zeit gehabt. Und das war halt auch etwas, was mir immer geholfen hat. Und da bin ich ihr auch heutzutage relativ dankbar dafür. (Stefan)*

*Dann war es auf alle Fälle Nähe zu suchen, mit ihr (Mutter) irgendwie Kontakt zu haben, mit ihr zu kuscheln beispielsweise. (Kathrin)*

*Also ich war dann wirklich immer recht froh, nach Hause zu kommen, und hab auch echt immer das Gespräch mit meiner Mutter gesucht. ... Und ich glaube, insofern kam dann wahrscheinlich auch die engere Bindung (zur Mutter) dadurch zustande. Ich finde den ganz komisch, wieso ist er denn*

*so? Und dann hat sie wahrscheinlich gesagt, das hat eigentlich nichts mit dir zu tun und so. ... Und dass ich ihm ja eigentlich ganz, ganz wichtig bin und dass der Kontakt wichtig ist und dass wir eigentlich gut beieinander sein können. Und dann war ich wieder befreit und dann konnte ich wieder in die nächste Situation. Ich glaube, so ging das jedes Mal. (Julia)*

*In der Trennungssituation konkret gab es nur den Glauben an die Liebe meiner Eltern, die unabhängig von dem unmittelbaren Zusammensein für mich existierte. Dieses „Urvertrauen“, besonders zu meiner Mutter, trug mich über viele Schwierigkeiten und Unklarheiten hinweg. (I13)*

*Es waren immer beide Elternteile für mich da und sie haben sich auch weitestgehend untereinander abgesprochen, das gab mir Sicherheit. (k00)*

### **Freunde, Vertrauens- und Bezugspersonen**

➤ Ebenfalls können Peer-Group-Freunde, Geschwister oder andere Verwandte wichtige Vertrauenspersonen für ein Kind darstellen und damit haltgebend wirken.

*Und natürlich auch mit Freundinnen, als ich dann eben eine gute Freundin hatte. Und ich hab sehr viel bei anderen Leuten verbracht. Also hab das genossen, bei anderen Leuten zu sein. ... Ja, das hat mir auch immer viel Kraft gegeben. (Karen)*

*Also bei den Freundinnen oder bei den Freunden, wo ich mich da diesbezüglich geöffnet habe, da habe ich wirklich so gut wie alles erzählt, also war ich ganz offen. (Kathrin)*

*Die Gemeinschaft im Internat hat mir sehr geholfen. (I05)*

*Meist hatte ich nur eine „beste Freundin“ - sie war immer meine ganze Welt, ich war wie schon im KiGa-Alter höchst eifersüchtig, wenn sie mit jemand anderem spielte. (I10)*

*Meine Tante mtl. war ein Halt (nicht immer da, aber im Hintergrund). Solange mein Bruder sich noch nicht abgegrenzt hatte (bis ich 12 war), war er auch mein Halt. (I14)*

*Ich war immer auf der Suche nach Freunden und auf „dazu gehören“. Ich hatte eine sehr, sehr gute Freundin, die immer für mich da war. (I22)*

*Also wer mir das gegeben hat, war der Großvater vtl. Ja genau, das muss man eigentlich betonen, ... dass ich mit ihm sehr viel spazieren ging. Er ging mit mir schaukeln. Das waren dann so Parks, kleine Parks mit Spielwiesen. Er war derjenige, mit dem gingen wir Pilze sammeln oder er ging mit mir auch baden. Also er hat sehr viel doch von Vaters Seite übernommen. Aber das ist ja immer so: Das ist ja der Opa, das ist nicht Vater. (Gabi)*

### **Erste Partner**

➤ Mit der ersten Partnerschaft kann es eine neue, sehr starke Ressource im Leben eines Trennungskindes geben für das Erfahren von Angenommensein und psychischer Stabilität, nicht zuletzt auch durch die Möglichkeit, sich in einen neuen Familienverband integrieren zu können.



*Und am Ende der Grundausbildung habe ich meine jetzige Freundin halt kennen gelernt, die mich halt so akzeptiert hat, wie ich da war. Das heißt, ich hatte keine Ausbildung, keine abgeschlossene Schule, kein gar nichts. Und das war natürlich für mich auch schon eine Selbstbestätigung. (Stefan)*

*Und auch mein Freund war mir dann ein sehr, sehr wichtiger Halt. Der hört sich das immer an, hat auch gesagt: Erzähl mir lieber einmal zu viel als zu wenig - und hat dann auch irgendwie so gerade, als es so anfing, dass ich mich von meinem Vater gelöst habe, hat er da auch sehr deutlich an meiner Seite gestanden, was dazu führte, dass mein Vater noch pissiger war, weil er bemerkt hat, jetzt ist da auch noch jemand, der verteidigt sie. ... Und das war ein ganz neues Gefühl auch für mich, dass jemand da war, der auf der einen Seite sachlich war, der mit dem Ganzen nichts (zu tun hatte), der da emotional nicht drinnen war und der aber trotzdem einfach nur zu mir hält. (Kathrin)*

*Ich habe dann, als ich 17 war, meine erste große Liebe kennen gelernt, wir waren fünf Jahre zusammen. Der hat mich total aufgefangen. ... Ja, ich habe dann eigentlich bei ihm gewohnt, bei seiner Familie mit Vater, Mutter und Tochter, Sohn, ganz normal, ganz liebevolle Familie. Und ich war eigentlich fast immer da. ... Ja, das war alles so normal. Am Wochenende sind alle zusammen baden gegangen, da wurde zusammen gekocht und ich wurde da auch ganz liebevoll aufgenommen. (Gisela)*

*Ich hatte sehr früh meinen ersten Freund (14), mit dem ich auch schon geschlafen habe. Er war zum Glück auch erst 14 und das war keine schlechte Erfahrung. Emotionalität außerhalb der Familie schien jedenfalls zuverlässiger. (I15)*

*Ich habe gebetet und ich habe meinen ersten Freund kennen gelernt. (I18)*

### **Schule und Kindergarten; anderer haltgebender äußerer Rahmen**

➤ Ein Trennungskind kann sich in Schule, Kindergarten oder späteren anderen äußeren Rahmenbedingungen aufgehoben und geschützt fühlen.

*Das DDR Schulsystem war ja auch sehr allumfassend. Also man war ja durchaus auch jeden Tag von 7–13, 14 Uhr erst mal in der Schule und dann gab es ja auch noch das Nachmittagsprogramm. Also ich glaube, ich war wirklich jeden Tag von 7 – 15, 16 Uhr in der Schule, was ja ein relativ langer Zeitraum ist. Und war da auch gut engagiert. ... Ja, man musste ja nicht immer, aber man sollte meistens diese Uniform tragen, das habe ich sehr gerne gemacht. Und na ja, dann gab es ja Tafeldienst und was weiß ich, in so was konnte ich denn aufgehen. (Sonja)*

*Die Schule und der Kindergarten mit seinen vielfältigen Kontakt und Beschäftigungsmöglichkeiten. (I16)*

*Nachdem ich halt aus diesem schwarzen Loch quasi am tiefsten Punkt angekommen war und dann bei der Bundeswehr angefangen habe, da bin ich auf Level Null gegangen quasi, also aus diesem schwarzen Loch bin ich halt hochgekommen in der Grundausbildung, die ersten drei Monate waren ganz lustig, also das war okay, und dann hat sich das halt so Stück für Stück immer gesteigert und dann gab es zwei, drei Schübe so richtig nach oben. (Stefan)*

## Aktivitäten in Gruppen; Sport

➤ Regelmäßige Aktivitäten in Gruppen mit Anleitung (Sport, Pfadfinder u. ä.) können einem Kind Zuwendung, Zugehörigkeit und emotionalen Halt vermitteln.

*Meine religiösen Aufgaben als Ministrant und Messner. Meine Aktivitäten als Pfadfinder. (I05)*

*Pferde, reiten, der Ferienreithof, den ich von 9-19 ca. 4 Wochen im Jahr besuchte. (I10)*

*Mit ca. 6 Jahren bin ich dann in einen Turnverein gegangen, da ich mich immer sehr gern sportlich betätigt habe. Ich denke, dass ich meine Schwierigkeiten und Probleme beim Spielen immer sehr gut vergessen konnte. Ich fand es prima, dass es „klare Spielregeln“ gab und ich zu einer Mannschaft gehörte. (I13)*

*Erst waren es die Freunde im Stall und die Pferde. (I17)*

*... gaben mir der Umgang mit den Tieren und die regelmäßige Stallarbeit wohl eine gute Basis, die mir für die späteren, sehr schweren Jahre Kraft gab. (I36)*

## Lesen

➤ Dreizehn der 66 befragten Trennungskinder berichten, dass ihnen damals regelmäßiges Lesen und Schreiben (Geschichten, Gedichte, Tagebuch, Brieffreundschaften) geholfen habe, sich mit dem eigenen Erleben auseinander zu setzen, die eigene Gefühlswelt „mitzuteilen“ oder sich in andere Welten zu versetzen.

*Ich habe viel gelesen. ... Na, der eigenen Welt zu entfliehen oder auch zu sehen ... es gab schon so irgendwelche Jugendbücher von irgendwelchen Geschichten, wo es den Kindern irgendwann mal besser ging. (Maria)*

*Ich habe sehr viel gelesen. Mich in die heilen Welten der Bücher gedacht. Am liebsten habe ich Bücher gelesen, die in der Ich-Form geschrieben waren. Dann konnte ich mich besser in der Hauptrolle sehen. (I23)*

*Ich habe ja damals ziemlich viel geschrieben und ich weiß noch, dass ich mir immer wieder gesagt habe, auch als neunjähriges Kind versteht man viel, viel, viel mehr, als die Erwachsenen denken. Das weiß ich, das erinnere ich noch, dass ich mir das immer wieder bewusst gemacht habe. Ich habe damals auch einen Brief geschrieben an meine zukünftige Tochter, in der ich ihr erklärt habe, dass ich weiß, wie viel sie schon weiß. (Gisela)*

*Das ist wahrscheinlich etwas, was ich wirklich für mich gemacht habe in der Zeit, sehr, sehr viel geschrieben. Ganz viel, wie nie wieder so danach ... Ja, also ich habe nur so ein halbes Jahr Tagebuch geschrieben, dann hatte ich keine Lust mehr und ich habe mehr Gedichte geschrieben. Und was ich noch mit meiner besten Freundin gemacht habe, wir haben uns dann so Geschichten ausgedacht und geschrieben immer, gegenseitig nur vorgestellt. ... Ich konnte einfach Druck ablassen, ich habe mich auch irgendwo dadurch verstanden gefühlt, so dass ich mich ausdrücken konnte. Das hat mir geholfen, als wenn mir jemand zuhören würde. (Hella)*

*Ich habe viele Gedichte und Kurzgeschichten geschrieben, ca. mit 18. (I10)*

*Brieffreundschaften waren meine Welt. (I34)*

*In der fünften und sechsten Klasse hatte ich einen Deutschlehrer, der Geschichten liebte und uns deshalb immer ein Thema als Hausaufgabe gab, zu dem wir eine Geschichte schreiben sollten. Das kam meiner Neigung, meiner Phantasie freien Lauf zu lassen, sehr entgegen. Diese Hausaufgaben habe ich geliebt. Ich konnte komplette Nachmittage damit zubringen, wundervolle und sehr lustige Geschichten zu verfassen. Die waren auch bei meinen Mitschülern sehr beliebt, und ich musste (und wollte!) natürlich jede meiner Geschichten vorlesen. Ich war damals eine sehr erfolgreiche „Kinderliteraturautorin“, was wohl daran lag, dass ich beim Schreiben vollkommen bei mir war. ... Beim Schreiben habe ich viel gekichert und gelacht, und das Lachen meiner Klassenkameraden am nächsten Tag schien wie ein Echo meiner eigenen Fröhlichkeit zu sein. (I36)*

*Ja, ja, das Tagebuch hatte ich schon lange. (Das Tagebuch, was hatte das für eine Bedeutung, psychisch auch für Sie?) Eine abwägende eher, die emotionale Belastung, wenn ich etwas niederschreibe, dann fällt es ab, das ist auch jetzt noch so. Ich schreibe im Moment zwar kein Tagebuch, aber wenn es mir schlecht geht, dann schreibe ich das auf. (Gisela)*

*Ich schrieb Tagebuch. Zwar nicht regelmäßig, aber wenn der Schmerz zu groß wurde, konnte ich so meine Anspannung wesentlich runterfahren. Noch heute schreibe ich manchmal solche Briefe an mich selber. (I32)*

### **Musik hören und machen; Malen**

➤ Aus musisch-kreativen Beschäftigungen wie Musik hören, singen und malen kann ein Trennungskind innere Kraft schöpfen und das eigene Erleben in individueller Weise zum Ausdruck bringen.

*Und ich habe immer sehr viel Musik gehört und gehabt und gekauft und gesammelt, und das mache ich auch nach wie vor noch. Und das war auch eine echte Kraftquelle. ... Ja, da bin ich völlig drin aufgegangen. (Martin)*

*Ich habe mal im Chor gesungen. So Singen war immer ganz gut. ... Dann merke ich irgendwie, da gibt's nicht nur einen Anteil von mir, der sich so als Opfer fühlt, sondern da ist eben noch mehr da. Da ist irgendwie Kraft. (Maria)*

*Eben ja die Musik, phantasiert man sich dazu irgendwelche Geschichten, das war so ein Zeitvertreib eben. ... Und meine Eltern, diesen Konflikt habe ich zur Seite geschoben. (Gabi)*

*Musik hören, versuchen im Mittelpunkt zu stehen. (I02)*

*... und die Musik war mein ständiger Begleiter. (I09)*

*Meine geistige Traumwelt, endlos Bücher und Musik. Ich hörte ein Lied oft 20mal hintereinander und hörte jedes Mal auf ein anders Instrument. (I10)*

*Singen oder Liedtexte, die Gefühle beschreiben. (I18)*

*Ich hab alles gemalt, da war alles dabei von Portraits bis zur Landschaft, das war einfach schön, dann zu sehen, etwas zu können und die Farben, das Ganze ist wie eine Art Meditation, dieses rumtüdeln und dann zu sehen, dass das etwas wird auf dem Papier. (Gabi)*

### **Ich konnte gut alleine sein, versunkenes Spiel, Rückzug**

➤ Einige Kinder neigen eher dazu, sich zurück zu ziehen, alleine mit sich zufrieden zu sein und sich auf diese Weise mit spielen, basteln und lesen zu beschäftigen.

*Ja, ich glaub, ich bin da ein bisschen Realitätsflüchter gewesen und habe mich dann gerne irgendwo zurück gezogen ... (Sonja).*

*Bei Situationen mit meinem Vater habe ich mich erst mal versucht zu verziehen und zu spielen zum Beispiel und zu malen. Für mich alleine zu sein und auch, um mir die Chance zu geben oder dem anderen die Chance zu geben, zu mir zu kommen. Was leider in der Regel nicht passiert ist. ... Einfach nur ich mit mir zu sein und mit mir dann halt kein Problem zu haben. (Kathrin)*

*Ich habe mich auch nie gelangweilt, konnte immer gut alleine spielen, basteln, lesen... (I32)*

### **Beziehung zu einem Tier**

➤ Häufiger wird erwähnt, dass die vertraute Beziehung zu einem Haustier ein bedeutsamer haltgebender Faktor sein kann, insbesondere wenn die Beziehungen zu den Eltern als belastet oder diese als wenig ansprechbar wahrgenommen werden. Ein Tier kann es verlässlich in seiner Zuwendung, als trostspendend und verständnisvoll erlebt werden.

*Ja, mein Kater, da habe ich immer mit dem, der hat mich irgendwie immer da behalten, das war das Einzige, was mir dann die Kraft gegeben hat, dass er da war. Wenn er immer ankam und mit mir geschmust hat. (Yasmin)*

*Na, ich hatte einen kleinen Hund. ... Der war da ganz wichtig. (Gisela)*

*Als wir dann jeder ein eigenes Pferd bekommen haben, war und ist dieses Pferd sowohl mein als auch der Halt meiner Schwester. Ein Pferd lässt einen nicht im Stich, will nicht, dass man Partei ergreift. Es ist einfach da und hört zu, auch wenn es nichts versteht. (I17)*

*Unser Dackel war tatsächlich eine Zeit ein großer Trost. „Mini“ war immer für uns da. Egal in welcher Situation. Sie war sehr anhänglich und lieb. Das tat meinem Bruder und mir sehr, sehr gut. (I22)*

*Mit zehn Jahren bekam ich einen Hund, der mir sehr viel Trost und Kraft gegeben hat. (I26)*

*Die Pferde und mein Hund waren wohl die wichtigsten Helfer für mich. ... Ich glaube, ohne sie hätte ich den Boden unter den Füßen komplett verloren und hätte die Welt irgendwann einfach verlassen. Ich war ja nirgendwo richtig zu Hause, bei meinen Eltern nicht und bei mir selbst auch nicht. Ich hatte mich ja vergessen. Aber wenn ich mit den Tieren zusammen war,*

*dann konnte ich ganz bei mir und somit auch ganz bei den Tieren sein. (I36)*

*Ziemlich früh haben wir kleine Haustiere bekommen (Wellensittich, Meerschweine), die waren ganz wichtig für mich. (I37)*

### **Draußen spielen, weg gehen, Natur erleben**

➤ Ebenfalls kann es für Kinder eine Entlastung darstellen, das belastende häusliche Umfeld zu verlassen, draußen zu sein, „Lieblingsplätze“ zu finden und sich in der Natur zu bewegen.

*Und als ich dann älter war, dann bin ich auch raus gegangen, bin spazieren gegangen. Also Ruhe suchen, eigentlich. (Kathrin)*

*Und ich bin auch ganz viel weggegangen zu der Zeit. Ich war da nach Möglichkeit wenig zu Hause. (Hella)*

*Lieblingsbeschäftigung segeln. Dort konnte ich den Kopf freibekommen und konnte mich geistig von der Welt mit den Problemen entfernen. (I06)*

*Ich habe unser Haus und den Garten als sehr schön in Erinnerung und bin damals gern auf einen Baum geklettert, wo mich niemand sehen konnte. (I14)*

### **Meine eigene Welt erträumen; erleichternde Phantasien und Überzeugungen**

➤ 20% der befragten Kinder berichten über das Erschaffen komplexer Fantasiewelten, in die sie sich geflüchtet, die ihnen Kraft und emotionalen Abstand gegeben haben. Dazu gehören das Hineinträumen in Bücher und Filme; die animistische „Belebung“ von Natur und Kuscheltieren, mit denen sodann vertraulich kommuniziert wird; sich selbst als Figur mit übernatürlichen Fähigkeiten fantasieren; das Erfinden von Freunden oder positiven Unternehmungen mit dem Vater; der Glaube an die Wiederkehr des Vaters; das Fantasieren des Todes eines der Elternteile (so dass deren Streit aufhört); exzessives Tagträumen auch im Beisein anderer.

*Ich hatte so ein schönes Versteck unter meinem Hochbett. Ich glaube, da habe ich mich immer verkrochen. Ich glaube, ich habe mir einfach auch andere Welten erschaffen, wo ich mich drin wohl fühle, z. B. aus irgendwelchen Hörspielkassetten, dass ich mich da mit eingebracht habe zum Beispiel, einfach eine ganz andere Welt. Bibi Bloksberg oder TKKG. ... Hätte ich das nicht gehabt, wäre ich wohl irgendwann durchgedreht. ... Irgendeine Anime-Serie, die ich immer geguckt habe. Da habe ich mich dann auch immer so eingewünscht, dass ich da irgendwie mitmachen könnte. Das ging da um irgendwelche Bösewichte. Ich habe mir dann immer vorgestellt, dass ich da mithelfe. ... Ich habe dann immer mit meinem Teddy geredet und mir eine Phantasiewelt mit meinem Teddy ausgedacht. ... Das waren dann so meine Vertrauenspersonen. (Yasmin)*

*Ich hielt Zwiesprache mit einem Stern, dem ich meinen Tag vor dem Schlafen erzählte. Konsequentes Ausblenden meiner Einsamkeit war letztendlich meine Überlebensstrategie. (I05)*

*Ich habe mich in Träume und in eine Traumwelt zurückgezogen und lange mit Puppen gespielt, bis ich 14 Jahre alt war. (I09)*

*Mein Glaube, dass ich irgendwann meinen Vater wieder sehe. ... Als Kind hatte ich viele Tagträume, in denen ich fliegen konnte. Ich flog über denen, die mich nervten. Sie zeigten hoch und riefen „Kuck mal, da ist J.“ Ich machte Sturzflüge über ihre Köpfe hinweg, flog ganz hoch, fühlte mich riesig und fand die da unten soooo klein. (I10)*

*Hab mir Freunde erfunden, die es gar nicht gab. (I11)*

*Der Gedanke, dass es anderen Kindern ähnlich geht und dass Wissen, dass es nicht wegen mir ist, sondern nur eine Sache zwischen meinen Eltern. (I16)*

*Nach außen hin habe ich vor den Klassenkameraden erzählt, wie toll das alles mit und bei meinem Vater ist. Was wir alles für tolle Unternehmungen machen. Mein Vater hatte immer recht viel Geld und auch ein eigenes Flugzeug. Das war natürlich etwas besonderes. Das hatte kein anderes Kind. Davon habe ich immer erzählt. Dabei bin ich meist auf dem Boden geblieben, während mein Vater geflogen ist, weil mir im Flugzeug immer schlecht geworden ist und ich spucken musste. Ich habe es so erzählt, wie ich es gerne gehabt hätte. (I23)*

*Ja: „Vergessen, vergessen, vergessen“. Wenn ich nicht einschlafen konnte, hatte ich drei Wünsche frei: Ich habe mir dann immer gewünscht, unsichtbar sein zu können, außerdem konnte ich mich an jeden beliebigen Ort wünschen und war gleich dort und ich hatte einen Schrank, der war immer voll mit Lebensmitteln, Schokolade und Getränke. Da konnte ich mir dann ausmalen, ich nehme eine Schokolade und schwups ist sie wieder da. So bin ich dann irgendwann eingeschlafen. (I29)*

*Ich habe mich in meine Welt verkrochen. ... Ich habe angefangen, mir Phantasiewelten aufzubauen und in ihnen zu leben. (I35)*

*Aber ich erinnere mich auch, dass ich trotz allem noch ein restliches Gespür für mich selbst hatte. Denn in regelmäßigen Abständen wünschte ich mir den Tod meiner Eltern. Mal war der eine dran, mal der andere. Ich war in der Verteilung meiner Todeswünsche sehr „gerecht“. Diese Wünsche habe ich nie ausgesprochen, sondern immer nur für mich gedacht. Und wenn ich mich in diesen Gedanken hineinspürte, fühlte sich mein Leben leichter an. Der Tod eines Elternteils löste die Konflikte, die die beiden immer wieder quasi aus dem Nichts schufen, endgültig auf. ... Die Tagträumerei nahm zeitlich einen sehr großen Raum ein, denn irgendwie musste ich ja die Zeiten „zu Hause“ überbrücken. Während ich den Haushalt erledigte, erlebte ich in meiner Phantasie sehr schöne Dinge. Dadurch, dass die Tagträume den größten Teil meiner Aufmerksamkeit bekamen, während ich die Hausarbeiten mehr oder weniger automatisch „abspulte“, wurden meine Bewegungen extrem langsam. Ich konnte einen Teller minutenlang spülen. Mein Vater hat mich deswegen oft verspottet und mich karikiert. Aber der hat ja nie etwas begriffen. Ich träumte einfach weiter. (I36)*

*Erfunden habe ich mir eine Wohnung auf dem Dachboden unserer Wohnung. Der war höchstens 3 qm groß. In meiner Phantasie wurde er riesig und ich habe mich in Gedanken dort eingerichtet und habe mich oft, wenn*

*es im richtigen Leben rund ging, einfach dorthin geträumt. Mit der eigentlichen Wohnung war er über eine Leiter verbunden, die ich jeder Zeit hochziehen konnte. (I37)*

### **Fernsehen; virtuelle Welten**

- Regelmäßiger Fernsehkonsum und die Beschäftigung mit anderen virtuellen Welten (Computerspiele) kann einem Kind zumindest zeitweise das Gefühl der Entspannung und vollständiger Kontrolle vermitteln.

*Fernsehen gucken viel, also wenn ich aus der Schule gekommen bin, habe ich meine Schulsachen in die Ecke geschmissen und habe mich vor die Glotze gehangen. ... Ich habe mich halt so durch die Tage geschlagen quasi. (Stefan)*

*Das Computerspielen hat ja schon so eine Wirkung, da taucht man ja schon in eine andere Welt ein, und das kann sein, dass ich zu dem Zeitpunkt daran Gefallen gehabt habe. ... Grundsätzlich ist es in der Computerwelt so, dass man sich alles aussuchen kann. ... Aber grundsätzlich denke ich mal schon, dass das Computer-Dasein diese Situation mir erleichtert hat. (Bernd)*

### **Religiosität, Spiritualität, Selbststeuerungsverfahren**

- Die Beschäftigung mit Religiosität, Spiritualität im weitesten Sinne oder Selbststeuerungsverfahren (Autogenes Training) ist für einige Kinder eine Möglichkeit, innere Kraft, Ruhe, Geborgenheit und Zugehörigkeit zu erfahren.

*Aber ich kann sagen, ich hatte immer so einen Glauben, wie ich sage, einen Frieden in mir. So, und das hat schon was mit Gott zu tun. Also, ich habe jetzt als Kind nicht ständig mit Gott geredet oder so. Oder habe nicht ständig mit ihm diskutiert oder was weiß ich, gewünscht oder so was. Aber ich wusste doch, wie soll man das erklären, dass ich geborgen bin. (Karen)*

*Und dann habe ich mich ziemlich viel mit der Kirche beschäftigt und war auch viel in der Kirche und habe auch die Bibel gelesen und habe ganz ernst überlegt, welche Beziehung ich zu Gott habe. ... Und damals habe ich auch schon meine Kraft aus dem evangelischen Glauben so gezogen. ... Ich bin dann zum Beispiel rauf gegangen mit dem Hund aufs Feld und habe dort zu Gott gesprochen und so, das hat mir schon geholfen. Weil ich wusste, dass er immer da ist. (Gisela)*

*Ich war zum Konfirmationsunterricht und habe dort zugehört und war dann noch 1 x die Woche zu einer Bibelstunde, da wurde von Liebe und Trost und Angenommensein gesprochen, das hat mich berührt und glücklich gemacht. Ich habe gebetet und ich habe meinen ersten Freund kennen gelernt. (I18)*

*Mit 15 lernte ich autogenes Training/Meditation, das half mir eine Zeitlang, innerlich ruhiger zu werden. (I10)*

### **Sonstige Kraftquellen**

- Ein Kind kann eine gänzlich individuelle Methode entwickeln, sich psy-

chisch zu stabilisieren und innere Kraft zu erfahren.

*Ich habe mich als Kind stets an die Heizung unseres Badezimmers geklammert. Das gab mir Kraft und Wärme. (I26)*

### 8.3.6.5 Das kondensierte Lebensgefühl

Teils ergab es sich organisch im Gesprächsverlauf, teils wurden die Teilnehmer – durchgängig im Fragebogen – darum gebeten, ihr damaliges Lebensgefühl als Kind zu beschreiben und hierfür ggf. auch ein Bild, eine Analogie im weitesten Sinne zu verwenden. Dieser Abschnitt stellt die entsprechenden Beiträge vor.

#### Eher positive Stimmung

➤ Etwa jedes zehnte der teilnehmenden erwachsenen Trennungskinder bewertet in der Rückschau das damalige Lebensgefühl eher positiv.

*Ich wuchs – abgesehen von den getrennten Eltern – normal auf und hatte eine schöne Kindheit. Unser Vater kümmerte sich unglaublich gut um uns, und ich wuchs unbeschwert auf. (k12)*

*Besser (als in der ersten Zeit nach der Trennung). Mehr Abwechslung und Ablenkung, auch durch einen Umzug in der gleichen Stadt. (I00)*

*Eine kleine Insel. Ich hatte immer drei gleichwertige Bezugspersonen (Mutter und Großeltern mtls.) und so war ich immer „anders“ als die meisten anderen Kinder, die ich kannte. So war meine damaliges zu Hause meine kleine Insel, auf der die Uhren anders tickten als um uns herum. (I20)*

*Ich fühlte mich nicht schlecht. (I21)*

#### Passives Hinnehmen, nicht anders kennen, nichts fühlen

➤ Ein Kind kann in einen Zustand nach der elterlichen Trennung kommen, in welchem es ohne eigene Bewertung und Stellungnahme einfach funktioniert, passiv hinnimmt, gleichsam emotional „abschaltet“. Die Äußerungen verweisen auf ein tiefes Hilflosigkeitserleben (s. u.).

*Ich glaube, es war irgendwie so schlimm, dass ich irgendwie schon ...alle Gefühle ausgeblendet habe. ... Und irgendwie erst mal so funktionieren einfach. ... Ich glaube... es war einfach nur Funktionieren und in der äußeren Welt irgendwie klar kommen. (Maria)*

*Ich muss an Kaspar Hauser denken. Natürlich wurde ich nicht eingesperrt und niemand hat mit mir gesprochen. Aber für Kaspar Hauser war diese völlig irrsinnige Situation normal, er wird gedacht haben, mangels Vergleichen, dass die Welt nun einmal so ist und keine negativen Bewertungen vorgenommen haben. Und da erinnert er mich eben an mich. Ich habe die damalige Situation nie in Frage gestellt. Wie ein Hund. Wenn keiner nachguckt, ob ich mir die Zähne putze, dann ist das wohl in Ordnung so. Wenn kein Klopapier mehr da ist und ich mir den Po am Handtuch abwische, dann ist das wohl auch okay so. Ich bin nicht einmal auf den Gedanken gekommen, einfach nach neuem Papier zu fragen. Ist das nicht Wahn-*



*sinn? Nicht einmal so eine kleine Situation habe ich abgeändert. Ich war total passiv. Aber dabei war ich eben nicht, zumindest nicht offensichtlich, unglücklich. Und ich vermute, das wird Kaspar Hauser auch so gegangen sein. (I27)*

### **Mangelndes Wertsein; emotionale Kälte**

➤ Manche Kinder fühlen sich im weiteren Verlauf nach der elterlichen Trennung ungeliebt, abgelehnt und mit einem geringen Selbstwertgefühl ausgestattet.

*Diese Ablehnung und das Empfinden, dass meine Eltern sich nicht wirklich für mich interessierten, hat in der Kindheit und Jugend meine Selbstwahrnehmung geprägt - wie übel muss man sein, dass die eigenen Eltern einen ablehnen? (k01)*

*Ich fühlte mich oft so allein und ungerecht behandelt, mein Selbstbewusstsein war ganz weit unten. (k08)*

*Meine Mutter hat mir oft gedroht, mich in ein Heim zu stecken, und ich habe immer au ja, bitte mach`s, gesagt. (I37)*

### **Schmerz, Trauer, unglücklich, Melancholie, Ohnmacht, Depression**

Dreizehn der teilnehmenden Trennungskinder (entsprechend ca. 20%) berichten von einem Lebensgefühl voller emotionalem Schmerz, Traurigkeit, Unglücklichsein, geprägt von Melancholie, Hilflosigkeit und Depression. Wiederholt werden unabhängig voneinander Begriffe wie „schwarzes Loch“, „Käfig“ oder dunkle Farben zur Beschreibung verwendet.

*Ich glaube, ich würde mich immer in so einem schwarzen Loch sehen und auf der einen Seite meine Mutter und auf der anderen Seite mein Vater. ... Ich glaube, ich würde eher unten zusammengekauert sitzen. ... Oder in einem Käfig. Ich weiß nicht, ich habe mich immer in so einem Käfig gesehen. ... Da gibt es einen schönen Spruch: Man gewöhnt sich an den Schmerz oder so etwas. Kommt vorher noch irgendwas. Den müsste ich noch einmal nachgucken, weil er halt total passt. Man gewöhnt sich an den Schmerz. Und es ist wirklich so, man gewöhnt sich daran. (Yasmin)*

*Also ich hatte damals eine sehr, sehr negative Lebenseinstellung, was mir auch viele meiner Freunde jetzt sagen, dass ich damals an allem irgendwas auszusetzen hatte. ... Das ist ja, ich sage mal, wie so eine kleine schwarze Dunstwolke, die einen umgibt und die alles in einem bestimmten Umkreis von einem selber mit einschließt. ... Das ist halt mein fester Glaube, dass es halt wirklich der schwarze Punkt in meiner Vergangenheit war, wo halt quasi dieser Strudel, der sich halt immer weiter ins schwarze Loch bewegt hat, angefangen hat zu wirken. Der Anfang vom Strudel war halt die Trennung meiner Eltern und dann ist das halt so von Tag zu Tag immer stärker angeschwollen. (Stefan)*

*Also ich glaube auch, wenn ich mir jetzt Fotos anschau oder so, dass ich ziemlich unglücklich war zu der Zeit dann auch. Es ging mir nicht gut. (Hel-la)*

*Mein Lebensgefühl bestand aus viel Leid und Schmerz. (k05)*

*Insgesamt war mein Leben vor wie nach der Trennung von großer Traurigkeit geprägt. (k09)*

*Ansonsten demonstrative Gleichgültigkeit und Traurigkeit. ... Hab mich eher wie ein Spielball hin und her schieben lassen. Trauer überschattete die gesamten Jahre meiner Jugend von im Alter von 13-25. ... Ich fühlte mich wie der einzige lebende Mensch auf diesem Planeten. ... Mein Gefühl war eher von Angst und Wut geprägt und von einem Gefühl der Ohnmacht gegenüber dem, was ich als ungerecht empfand. (I02)*

*Ich glaube, ich hatte zwischenzeitlich eine Todessehnsucht, die allerdings durch Aktivitäten überdeckt wurde. ... Wolfgang Ambross - So allan wir a Stan (Like a rolling stone - Bob Dylan). Rilke - Ihm ist, als ob es tausend Stäbe gäbe und hinter tausend Stäben keine Welt (der Panther). Der Schrei - ich glaube von Munk oder so ähnlich. (I05)*

*Ein tiefes schwarzes Loch. (I11)*

*“Family portrait” von Pink. Traurig, melancholisch, wie ich mich gefühlt habe und wie ich mich auch heute noch fühle, wenn ich an diese schreckliche Zeit denke. (I17)*

*Mir fällt nur „Tiefe Schwärze“ ein. (I35)*

### **Einsam, verlassen, enturzelt, feindlich**

Elf der Befragten stellen das Erleben von Einsamkeit, Verlassensein, Entwurzelung sowie das Gefühl, in einer eher feindlichen Welt zu leben, in den Vordergrund ihrer Rückschau auf das damalige Lebensgefühl.

*Ich bin allein in einer großen Menschenmenge, also es sind ganz viele Menschen da, aber keiner ist so wirklich bei mir, ich bin da doch irgendwie ganz allein. ... Genau, weil ich steh da und warte, und ich habe eine Geduld und eine Ausdauer, und irgendwann wird jemand kommen, der mich da kennt oder der bei mir ist. Aber ich warte so lange. Also dieser Teil, als ich so klein war: irgendwie eher still stehen und gucken. (Alena)*

*Indianer in einer feindlichen Umwelt, in der er sich auf eigene Faust durchschlagen muss. Feind Stiefvater. Gefühle und Empfindungen mussten unterdrückt werden, da sie sonst „bestraft“ würden. Freiheit war draußen. (I03)*

*1972, als ich mit meiner Mutter aus der elterlichen Wohnung auszog, waren diese psychedelischen Muster in. Kreise, Spiralen usw. So was hing in der neuen Wohnung an den schwarzen Wänden. Eines faszinierte mich, es war eine Frau mit wallendem Haar, sie selbst, das Haar, ihr Kleid – alles war aus diesen Spiralen gemacht. Wenn ich länger hinguckte, fingen sie an, sich zu drehen und mir wurde leicht schwindelig. Das Bild war in schwarz/weiß. Irgendwie fühlte ich mich der Frau verbunden, vielleicht weil sie allein war, bewegungsunfähig und ohne Farben – wie ich. Ab 10 habe ich nur noch Kruzifixe und Grabsteine gemalt. Manchmal abstrakte Muster, eine Zeitlang Graffiti oder Pferde. (I10)*

*Eine Abschiedsszene: Ich stehe winkend am Fenster und sehe meinen Vater mit dem Auto davon fahren. Da ich an einem Ort stehe und er mit dem Auto wegfährt, fühle ich eine zunehmende Distanz zwischen uns. Die fehlende Nähe und Zuwendung machen mich einsam und traurig. (I13)*

*Ich hab mich allein gefühlt, es war niemand da, der sich für meine Probleme und überhaupt mein Befinden interessiert hat. (I14)*

*Mein Freund der Baum... Das Lied war da gerade modern und ich musste immer weinen, wenn ich es gehört habe. Also das muss man eigentlich nicht weiter erläutern, das ist wie mit dem Kirschbaum, alles entwurzelt und weg. (I15)*

*Ich war traurig, enttäuscht und fühlte mich eher einsam. Ich habe nie etwas dagegen getan, denn ich glaube, dass ich damals auch noch gar nicht wusste, dass das gar nicht der Normalzustand eines Kindes ist. ... Mir fällt mein Traum ein, den ich in meiner Kindheit immer und immer wieder hatte. Ich bin ganz allein in einem ganz, ganz großen weißen Raum. Es steht nichts drin und es sind keine Fenster dort. Ich stehe in einer Ecke und plötzlich kommt ein riesengroßer schwarzer Reifen auf mich zu und will mich überrollen. Dann wache ich auf! (I22)*

*Ich weiß nur, dass ich immer ganz alleine war. Ich bin alleine zum Reitstall, zum Turntraining oder zu einer Freundin geradelt oder ich habe alleine in meinem Zimmer gespielt. Obwohl meine Mutter nur Vormittags gearbeitet hat, war sie nie irgendwie bei mir. Sie saß im Wohnzimmer und hat gestrickt. (I23)*

*Ich sehe einen Baum allein auf einem kahlen Feld. Auch spüre ich Kälte und Dunkelheit. Ich denke, das bedarf keiner weiteren Erklärung. (I26)*

*Christiane F. Wir Kinder vom Bahnhof Zoo. Weil Christiane ebenso haltlos wie ich durchs Leben dümpelte. Ich war damals überzeugt davon, dass ich drogengefährdet wäre, würden wir nicht in der DDR leben. (I30)*

### **Nirgendwo zuhause**

➤ Ein Trennungskind kann bis in das Erwachsenenalter ein Lebensgefühl entwickeln, nirgendwo richtig zuhause zu sein.

*Ich hatte früher stets das Gefühl, nirgendwo richtig zuhause zu sein. Nun habe ich (22 Jahre) endlich einen festen Wohnsitz mit und bei meiner Mutter. (k05)*

### **Spannungen, Konflikte, Kampf, Anstrengung**

➤ Ein Trennungskind kann sein damaliges Lebensgefühl wie ein Dickicht beschreiben, in welchem es versucht, sich mit einer Machete einen Weg zu bahnen, der jedoch immer wieder zuwächst, in dem Wunsch, sich auf einen Berg durchzukämpfen, um in freier Sicht auf die eigene (Familien-) Situation schauen zu können. (Martin)

*Unglückliches Kind, starke Beziehung zu meinem Bruder, ständige Konflikte zwischen Mutter und Vater, Solidaritätskonflikt bei mir. (k11)*

### **Mein Leben ist schief, nicht stimmig**

➤ Es ist möglich, dass das Lebensgefühl eines Trennungskindes von dem Erleben bestimmt wird, „alles“ sei schief, verkehrt, „stimmte halt alles nicht“.

*Tja, wovor hatte ich als Kind Angst? ... Es war alles schief. Ja, das ist, das kann man gar nicht richtig sagen, dass es Angst war. Aber ich hatte immer das Gefühl, dass alles schief ist, dass alles verkehrt ist so. Und deswegen auch die Peinlichkeit nach draußen. Ja, es stimmte halt alles nicht. (Karen)*

### **Ambivalente, vielfarbige Bilder**

➤ Die Teilnehmer dieser Studie verwenden viele andere, teils sehr detailreiche Bilder und Analogien, die sowohl die o. g. Gefühle von Schmerz, Trauer und Einsamkeit, andererseits aber auch Hoffnung, Lebensfreude und empfangene Liebe beschreiben. Teilweise wurden die ausführlichen Beschreibungen zusammengefasst (in diesem Fall nicht kursiv gesetzt).

Ein Kind kann sein damaliges Lebensgefühl in den Jahren nach der elterlichen Trennung beschreiben mit tosenden Klippen am Meer, es selbst steht oben, vor sich eine liebliche Landschaft, unter sich Wellen und das tosende Meer mit der Gefahr, darin abzustürzen und unterzugehen. Das bedrohliche Element ist *„das zwischen meinen Eltern, dieses Streiten, ... Ja, oder immer wieder irgendwie dieses Runtergezogen werden in diesen Konflikt ... Also da bin ich ja auch involviert immer gewesen und das sind für mich so die Wellen.“* (Manuela)

Es ist möglich, dass ein Kind das Lebensgefühl in den Jahren nach der Trennung seiner Eltern als Analogie mit einem Haus beschreibt, welches unterschiedlich gemütlich eingerichtete Zimmer hat. Diese können mit den verschiedenen Umfeldern des damaligen Lebens in Verbindung gebracht werden. Kalte, unbeheizte, nicht eingerichtete Zimmer (als Analogie für eine schwierige Phase in der Schule), unaufgeräumte, gemütlich mit bunten Kissen eingerichtete Zimmer mit Musik, offenen Fenstern ins Grüne, in denen *man sich wie eine Katze eine Höhle macht* (in Erinnerung des Erlebens bei der Mutter und Großmutter mtl.) sowie kühle, frischer eingerichtete Zimmer mit laufendem Radio und viel Informationen, schön aussehend, aber nicht zum Hinkuscheln einladend (Wohnung des Vaters). (Kathrin)

Sich selbst im Mittelpunkt eines Kreises sehend, die Eltern gleich weit auf verschiedenen Seiten davon entfernt. Auf der Seite des Vaters ziehen zeitweilig Unwetter durch, auf der Seite der Mutter ist die Wetterlage beständig mit klaren Farben. (Julia)

*Es gibt ein Bild von einem Maler, da steht ein kleines Mädchen ganz alleine in einem Wald, aber der Wald ist sehr bunt und hat schöne Farben. Ich war manchmal alleine, aber die Welt um mich herum war immer mit lieben Menschen umgeben, ich musste nur die Augen auf machen, um es zu erkennen. (109)*

*Ich fühlte mich damals wie die Heldin eines Kinofilms, den ich gesehen hatte: „Anni“. Anni war ein Waisenkind ungefähr in meinem Alter. Sehr tatkräftig und lebensfroh und manchmal sehr traurig, dann hat sie immer gesungen, um sich zu trösten. Die Melodie habe ich heute noch im Ohr, sie hatte etwas Zuversichtliches und im Text ging es darum, dass die Welt morgen schon sorgenfreier aussehen würde. Anni konnte andere Kinder begeistern und für sich gewinnen (das wollte ich auch) und letztendlich*

*lernt sie einen freundlichen älteren Millionär kennen, der sie adoptiert und sie wird glücklich. Ich habe versucht, mich als eine Art Aschenputtel zu sehen, das jetzt durch eine schwere Zeit muss, aber dafür belohnt wird. (I16)*

*Auf einer Tagung sollten wir uns mal ausdenken, was für ein Baum wir gerne wären. Ich hatte mich für eine Birke entschieden, weil sie sich im Wind biegt, hin und her geschüttelt wird im Sturm, aber doch nie (na gut, selten) dabei umknickt, abbricht. Ich finde das auch heute noch passend. (I32)*

*Spontan sehe ich das Getreidefeld und den schmalen Feldweg, auf dem ich in jener Zeit so oft mit meinem Hund spazieren gegangen bin. Ich sehe meinen Hund im Getreidefeld. Eigentlich sehe ich nur seine Schwanzspitze, die wedelnd aus dem Getreide herausguckt, während mein Hund nach seinem Stöckchen sucht. ... Es weht ein sanfter Wind, der den Sommer so angenehm macht. ... Weite und Ruhe bestimmen das Bild, und letztere wird auf fröhliche Weise durch meinen Hund durchbrochen. Ich fühle eine tiefe Verbundenheit zu meinem lieben vierbeinigen Freund, der der liebste und klügste und schönste Hund der Welt ist. Ich empfinde Glück darüber, dass ich einen Freund habe, der mich einfach so liebt, der stets meine Nähe sucht und der sich so unmäßig freuen kann, z. B. wenn ich ihm das Stöckchen werfe. ... Ich lache ganz viel, während ich mit ihm spazieren gehe. Diese kleine Schwanzspitze, die immer mal wieder auftaucht, hin und her huscht und dann wieder verschwindet, macht mich so unendlich froh! Während ich hier sitze und dieses aufschreibe, weine ich. Das Gefühl von Freude und Glück, das auch jetzt noch in mir lebendig ist, wird begleitet von einer Mischung aus Sehnsucht und einer Traurigkeit, die tief in mir verborgen liegt und sich gerade an der Oberfläche zeigt. Ich vermute, dass auch diese Gefühle damals schon in mir waren, vielleicht waren sie mir nur nicht so bewusst. Jedenfalls kann ich mich nicht erinnern, sie damals bewusst erlebt zu haben, jetzt aber fühle ich sie ganz deutlich. (I36)*

### **Phasen verschiedener Gefühlsqualität**

➤ Einige Kinder sehen in der Rückschau verschiedene Phasen aufeinander folgender Lebensgefühle verschiedener Färbung.

*Es gab ja verschiedene Phasen. In der Zeit bei meiner Tante würde ich einen blühenden Garten wählen, weil es schön war, dort aufgehoben zu sein, mit meinem Bruder, ihr und ihrem Mann und ihren 2 Töchtern. Danach, bevor meine Stiefmutter kam, habe ich das Bild einer aufregenden Reise, es war ungewohnt, viel Zeit mit meinem Vater zu verbringen, der z. B. mit uns essen gegangen ist, es gab nicht so starre Regeln in der Zeit. Als meine Stiefmutter kam und die Jahre danach habe ich das Bild von einem gepflasterten Hof, wo wenig Licht hinfällt und in manchen Nischen kleine Blümchen wachsen. Das war eine einsame Zeit, starre Regeln, keine Hoffnung auf eine Besserung des Lebens, aber es gab kleine Ecken, wo ich mir etwas Schönes gesucht habe. (I14)*

*Wut- Angst-Trauer-Leere. Neuanfang-Veränderung-Liebe-Geborgenheit-wieder Umzug-Unbeständigkeit. (I18)*

### 8.3.7 Spezielle Entwicklungen in Pubertät und Adoleszenz

Die Entwicklungsphase von Pubertät und Adoleszenz stellen per se Zeiten der Veränderung und des Umbruchs dar, in denen der Jugendliche vermehrt durch eigene Entscheidungen gestaltend auf seine Lebensbedingungen Einfluss nimmt. Diese altersgemäße Entwicklungsaufgabe kommt auch in Bezug auf die Trennungsthematik zum Tragen.

#### Erhöhte Bedeutsamkeit von Peer-Group und Hobbys

➤ Eine sicherlich weit verbreitete Entwicklung ist in diesem Alter die Zunahme der emotionalen Bedeutsamkeit der Peer-Group-Beziehungen und eigener Interessen. Das Trennungskind erhält hierdurch mehr Möglichkeiten, sich vertrauensvoll mit Gleichaltrigen über familiäre Themen auszutauschen, ihm gelingt es zunehmend, eine emotionale Distanz gegenüber dem Erleben der Erwachsenen einzunehmen. Aufgrund der veränderten Interessenlage werden zuvor ggf. über Jahre eingespielte Regelungen nochmals in Frage gestellt und müssen angepasst werden (s. u.).

*Ich hab nachher mit dreizehn oder so mit zwölf oder so, dann habe ich mal mit einer Freundin darüber geredet. (Karen)*

*In der Pubertät wurde es weniger mit den Besuchen und Leben bei meiner Großmutter. Konfirmandenunterricht, Nachmittagsunterricht, Pferdesport als Hobby traten in den Vordergrund. (k06)*

*Ja, da war ich einfach älter dann und es war aufregender. Wir hatten dann so eine Dorfjugend da und da habe ich angefangen, mich zu verlieben und so, da hatte ich natürlich andere Dinge dann auch im Kopf. (Karen)*

*Ich kam in das Teenageralter und andere Sachen traten in den Vordergrund. (l01)*

#### Vermehrte Konflikt- und Konfrontationsbereitschaft, Stellung beziehen

➤ Ein Trennungskind in dieser Altersphase kann anders als zuvor einen oder beide Elternteile mit Fragen hinsichtlich der Elterntrennung provozierend konfrontieren, sich im Elternkonflikt auch nach außen erkennbar klar positionieren oder etwa in einen expliziten Konflikt mit einem Stiefeltern- teil gehen. Auch kann es zur deutlichen Kritik und Abgrenzung des Kindes kommen, wenn ein Elternteil negativ über den anderen spricht und dessen Ansehen schädigt.

*Also da hat meine Mutter nur häufig gesagt, ... das war schon echt ein geflügelter Satz: ‚Oh, du bist wie dein Vater.‘ (Und was hat das in dir ausgelöst?) Es hat mich sehr wütend gemacht. Je älter ich wurde, um so wütender, weil ich irgendwie dachte – das hab ich ihr nachher auch gesagt: Ich kann ja nichts dafür, du hast ihn dir ja ausgesucht. Dann bin ich halt wie mein Vater, muss ich ja auch sein, bin ja auch ein Teil von ihm. ... Und ich habe das irgendwann nicht mehr annehmen wollen. Ja, also wirklich eine*

*ganz starke, eine ganze intensive Wut. ... Dass ich irgendwie teilweise bis heute noch das Gefühl habe: sie versteht mich einfach nicht. Als wenn ich gegen eine Wand rede. (Sonja)*

*Und ich habe dann erst als späte Jugendliche, also da war ich schon sehr alt, habe ich angefangen ... ja, so 17, 18, 19, ... da habe ich mich dann getraut, ihn (Vater) auch mal zu fragen. Warum bin ich eigentlich nicht bei dir groß geworden? Also ich war sehr gerne bei meiner Mutter, ich weiß gar nicht, ob das besser gewesen wäre, bei meinem Vater zu sein. Aber ich hatte ihn das natürlich dann irgendwann mal gefragt. Und dann kam er so: In den siebziger Jahren habe ich eh keine Chance gehabt. Da habe ich gesagt: Papa, das stimmt doch einfach gar nicht, ... du gestehst doch sogar zu, dass du es noch nicht mal versucht hast. (Kathrin)*

*Und dann gab es einen Abend, da kam Papa und ist auf meine Mama losgegangen in der Wohnung ... Und da war ich ungefähr 12, also alt genug, dass ich da eingegriffen hab und ab da war mir klar: Jetzt habe ich Position für Mama. Also davor habe ich es nämlich gar nicht so konkret gehabt, dieses Papa-Mama und so. Nur weil ich bei Mama mehr bin, bin ich mehr für Mama – das habe ich nie gehabt. ... Und da hab ich halt nur geschrien und ihn halt raus geschmissen. .... Das war halt ein Schreien nicht nur jetzt für sie, sondern es war auch ein Schrei für mich: Jetzt halt endlich einfach mal deinen Mund und lass dieses Ganze. ... Ja, weil **ich** hab mal was gesagt. **Ich** hab gesagt: stopp jetzt. (Julia)*

*Dass ich immer versucht habe, ihm das irgendwie deutlich zu machen, wie sehr ich ihn eigentlich brauche, oder wie sehr ich mir das wünsche von ihm und warum er mir das nicht zeigen kann. Ihm sozusagen die Pistole auf die Brust gesetzt hab, aber ich musste ja diese Zeit nutzen, weil sonst blieb mir keine Zeit. Ich habe ihn dann auch immer zu Tränen gerührt, also wenn ich ihn dann darauf angesprochen hab, dann fiel aller Schutz, den er hatte, von ihm ab und er war tottraurig und es tat ihm alles furchtbar leid und er hat geheult wie ein Schloßhund. ... Aber aus dem Auge, aus dem Sinn. Also wenn ich wieder weg war, dann: Zum Glück ist die wieder weg, zum Glück, also muss ich mich jetzt nicht mehr da drauf einlassen. (Alena)*

*Also sie hat dann teilweise auch mit ja mit massiven Sanktionen, auch mit Aggression letztendlich reagiert. Also wie gesagt, ich war schon nicht ohne, also ich weiß das auch, dass ich ziemlich heftig war, und dass ich auch sie sozusagen genervt habe und nicht aufgehört habe, auch wenn ich gemerkt habe, jetzt habe ich eigentlich eine Grenze überschritten. Weil ich einfach eine Reaktion haben wollte. (Sonja)*

*Aber als ich in die Pubertät kam, gingen die Probleme los. Meine Mutter hatte das alleinige Sorgerecht und traf somit alle Entscheidungen mich betreffend ohne meinen Vater, aber gemeinsam mit meinem Stiefvater. Ich entwickelte zunehmend das Gefühl, dass er alles entschied und meine Mutter nicht auf meiner, sondern auf seiner Seite war. ... Es gab immer mehr Probleme. (k08)*

*Als Jugendliche gab es Probleme mit dem neuen Mann. (k13)*

*Zunehmende Selbständigkeit und Widerstand gegen Autorität des Stiefvaters. Aggressionen auch gegen Mutter. (l03)*

*Ich nahm mir zuhause mehr raus, schnauzte raus, was mir nicht passte. Meine Mutter gab mich daraufhin auf und mein Adoptivvater fing an zu trinken. (I10)*

*Meine Mutter war nach der Trennung immer überdeutlich in ihren Negativ-äußerungen über meinen Vater. ... Ich wollte immer, dass (sie damit) aufhört. Als ich in die Pubertät kam, habe ich mich insoweit gewehrt, dass ich sie anschrie, es sei kein Wunder, dass er sie verlassen habe. Danach fühlte ich mich allerdings auch nicht besser, sondern nur schlecht und schuldig, wenn sie dann weinte oder Nachbarn ihr Leid klagte. (I26)*

*Mit Einsetzen der Pubertät bekam ich ein (kleines) Gefühl für meinen eigenen Standpunkt. Doch sobald ich diesen äußerte, wurde ich entweder beschimpft („Was glaubst du eigentlich, wer du bist? Du bist ein Nichts.“ „Du bist keine Heilige!“), oder ich wurde für unfähig erklärt, eine eigene Meinung zu haben („Du stehst unter dem Einfluss deiner Mutter.“ „Das hat dir dein Vater eingetrichtert.“ „Du und deine intelligenten Freunde!“ „Du bist noch zu jung und verstehst die Dinge nicht richtig.“), oder ich musste mir Vorwürfe anhören („Du bist egoistisch.“ „Das ist dann der Dank!“ „Du bist arrogant.“). (I36)*

### **Erhöhte Wahrnehmungs- und Reflektionsfähigkeit**

➤ Einem Trennungskind in dieser Altersphase können nun Verhaltensschwächen der Elternteile viel stärker bewusst und von ihm auch bewertet werden, es ist eher in der Lage, die Auswirkungen bestimmter Umfeldbedingungen auf die eigene Befindlichkeit zu spüren.

*Aber ich habe auch einfach Defizite bei ihm irgendwo erkannt. Und ich hatte auch nicht mehr so diesen Anpassungswillen, den ich als Kind hatte. Als Kind denkt man nicht darüber nach, die Eltern sind einfach die Eltern. Die sind nicht gut oder schlecht, die sind einfach die Eltern. Jetzt habe ich halt schon mehr bewertet im Leben. (Hella)*

*Das war dann immer so für mich früher: oh, mein Vater ruft an! Man ist ganz aufgeregt, und da ist diese hochgelobte Persönlichkeit, zu der man so irgendwie eine Sehnsucht hat und dann ist sie da und man weiß gar nicht, was man sagen soll, und schwups, ist sie schon wieder weg. Und genauso war's im Grunde mit Besuchen oder mit Treffen. ... Also das habe ich natürlich auch erst gemerkt, als ich ja in der Pubertät war, denk ich mal, dass es mir da so bewusst wurde. ... Ja, man freut sich auf eine Situation und man freut sich, weil man ihn jetzt sehen wird und vielleicht was machen wird und hat immer die Hoffnung, vielleicht ist es ja diesmal irgendwie anders, passiert es was auch immer, der große Knall, ... und das wurde natürlich immer wieder enttäuscht und immer, wenn er wieder gefahren oder gegangen ist oder aufgelegt hat, war die Enttäuschung noch viel größer, weil diese Erwartungen natürlich nie erfüllt werden konnten. Und darunter habe ich dann natürlich gelitten. (Alena)*

*Eigentlich merkte ich in der Zeit etwas, dass nie richtig jemand Zeit für mich hatte, außer der Großmutter. Ich hatte das Gefühl, dass wir Kinder so nebenbei aufwuchsen. (k05)*

*Als ich in die Pubertät kam, änderte sich mein Lebensgefühl. Meine Mutter hatte Depressionen und ich bekam alles mit, vor allem, dass sie so viel*



*weinte. Diese Zeit war schlimm und ich hatte das Gefühl, alleine zu sein. (k12)*

*Bei Besuchen bei meinem Vater ist mir immer wieder aufgefallen, wie anders die Lebenseinstellung und die Lebensart dort sind. Meine Stiefmutter und mein Vater sind viel konservativer und traditioneller - gerade in der Pubertät bin ich damit nicht klar gekommen. (k15)*

### **Eigene Nachforschungen und Informationssuche**

➤ Einige Trennungskinder dieses Alters versuchen aktiv, das Trennungs- und Konfliktgeschehen der Eltern und frühere Entscheidungswege aufzuklären, indem sie darüber das Gespräch mit den Eltern suchen oder auch diesbezüglich schriftliche Unterlagen einsehen. Bei Kontaktabbruch zu einem Elternteil kann es zu konkreten Nachforschungen kommen, wie dieser entstanden ist. Aufgrund von expliziten Aufforderungen „Erzähl mir, wie es war“ kommt es dann auch zu Berichten seitens der Elternteile, die zuvor dem Kind gegenüber ggf. verschwiegen wurden.

*Ja, dass sie mir auch nicht vertraut hat, ... also so immer mich kontrolliert hat und ja auch teilweise, wenn ich dann über so was gesprochen habe, was in der Kindheit war, wenn ich z. B. erzählte, dass ich mich wohl daran erinnern konnte, dass mein Vater meine Mutter geschlagen hat, und dass ich das mitgekriegt habe und so was. Dann hat sie es erst mal als Unwahrheit abgestempelt. Mittlerweile haben wir darüber gesprochen, ich weiß, dass meine Erinnerungen stimmen. ... Also je älter ich wurde, desto eher habe ich angefangen zu zweifeln, ob ich vielleicht doch nicht so falsch bin, ob vielleicht noch eventuell andere auch falsch sein könnten. (Sonja)*

*Und in dem Moment, wo sie mir Sachen erzählt hat, auch nur, weil ich sie drauf angesprochen hab, weil sie immer gesagt hat, nein darüber red ich nicht, ich will dich nicht belasten, ... da fühlte ich mich dann eher fast bestätigt, so als würde man mir so Gardinen, die ein bisschen verschleiern, aufmachen: so aha! ... Also als ich ganz klein war, hat sie das nicht gemacht. Sondern erst als wir so auf einer anderen Ebene kommunizieren konnten, so halb erwachsen, wurde mal ein bisschen mehr erzählt. Zwischen zwölf und vierzehn ging das schon mehr in die Tiefe. Wo sie denn auch erzählt hat: Wenn ich dem Schlachter lächelnd guten Morgen gesagt hab, dann hat es zu Hause gleich was (Schläge) gegeben. (Manuela)*

*Irgendwann fing ich auch an nachzufragen. Sie war schon immer so zerrissen, das habe ich schon gemerkt, aber sie hat mir das dann trotzdem erzählt. Ich habe ihr das nie übel genommen, im Gegenteil, ich habe ihr gesagt: Sage mir das, ich möchte wissen, wer Papa ist. Kann man sich drüber streiten, ob das richtig war oder nicht. Das kam nie so bei mir an, ... dass sie ihn bewusst schlecht machen will, sondern dass sie einfach nur ehrlich zu mir ist, so kam es bei mir an. (Kathrin)*

*Mein Vater wollte sich mit uns nie über Finanzen unterhalten. ... Er hat auch nicht sagen wollen, wie viel er verdient. Bei einem Blick in die Düsseldorfer Tabelle ist mir aber aufgefallen, dass seine Unterhaltszahlungen in jedem Fall zu niedrig sein müssen, weil er auch, als ich 16 war, so viel*

*zahlte wie in der untersten Einkommensgruppe für ein bis 7-jähriges Kind. (k15)*

*Erst als Teenager stellte ich meiner Mutter ein paar Fragen. Mit 14 las ich heimlich ihren Scheidungsordner. Sie sah es, weil der Ordner eine Spur im Staub hinterlassen hat und schimpfte mich aus. Ich empfand, ich hätte ein Recht darauf, alles zu wissen. Als ich den Ordner las, fühlte ich mich wie ein Abenteurer, der nun endlich die Wahrheit erfährt. Mir war heiß und kalt, ich war total aufgeregt und vor lauter Aufregung verstand ich diese ganzen Anwaltsschreiben nicht. Als ich die Briefe meines Vaters fand, in denen er verzweifelt um Besuchszeit bat, vermisste ich ihn sehr. ... Ich hätte mich gern zu sagen getraut, dass ich immer noch Gefühle für meinen Vater hege und ihn wieder sehen möchte. (I10)*

### **Eigene Entscheidungen in Umgangsregelungsfragen**

➤ Viele Kinder wollen im Alter der Pubertät eigene Entscheidungen im Hinblick auf Dauer Häufigkeit der Kontakte zum nicht hauptbetreuenden Elternteil treffen. Dies kann einerseits im Durchbrechen eines bisherigen Schweigegebots und Aufnahme von Kontakt nach langer Pause bestehen, wie auch andererseits in der Verweigerung, eine bisherige Umgangsregelung fortzuführen. In dieser Altersphase kommt es nicht selten zu einer deutlichen Reduzierung der Umgangshäufigkeit oder sogar zum Aussetzen derselben.

*Und ich hab dann auch meine Mutter damit konfrontiert, wie sie eigentlich mit mir umgegangen ist, dass ich das nicht okay finde, dass ich meinen Vater gerne mal gesehen hätte und warum ich das nicht durfte und ... warum das nie thematisiert worden ist. ... Und das gab dafür dann auch Sanktionen, also meine Mutter fand das nicht toll, dass ich das Schweigegebot gebrochen habe, die war sehr sauer da drüber und auch verletzt, glaube ich. ... Also da war ich schon so 15, 16, als ich das erste Mal das Thema aufnahm: Ich möchte gerne mal wieder Kontakt aufnehmen, ich möchte gerne wissen, warum. Ich möchte gerne wissen, warum es so war und ich möchte es, weil ich ihn einfach mal sehen will. ... Aber na ja, das wollte sie natürlich alles nicht. Das hat sie mir eigentlich auch verboten, ich hab es ja dann trotzdem gemacht irgendwann. (Sonja)*

*Dann konnte ich entscheiden, ob ich das möchte oder nicht, so oft hinzufahren. Und da hab ich mich entschieden für ein Nein. ... Und auf Grund von Gewissensbissen hab ihn dann wohl besucht, aber halt nicht mehr so häufig (ca. einmal monatlich). Dann habe ich ihn sogar, da war ich aber vielleicht 15, ein Jahr lang gar nicht besucht, auch den Kontakt auf Grund von Streitereien abgebrochen, Dann hatten wir wieder Kontakt. Dann war ich ja auch fast in meinem eigenen Leben so drin und mit 16 habe ich ihn vielleicht ein Mal im Monat gesehen. (Manuela)*

*Jetzt will ich keine Besuche mehr, ich will nicht mehr darüber reden, ich will nicht mehr mit meiner Mutter oder von meiner Mutter damit beplätschert werden, ich will erst mal gar nichts mehr, ich mache jetzt einen radikalen Schnitt, keine Besuche mehr. (Martin) (Kontaktpause über 6 Jahre ab 14. Geburtstag)*

*Also irgendwann war mir dann klar, dass ich dann halt auch nicht mehr so dieses Regelmäßige wollte. Und dann bei Papa schlafen ... Wenn, dann rufe ich ihn an und will mit ihm in die Stadt gehen und einkaufen gehen oder Schwimmen gehen oder mehr so Sachen. ... Und das Zimmer bei Papa, das habe ich nie so als mein Zimmer dann angesehen. Ich hatte zwar ein Zimmer, aber das war nicht so das Meine-Welt-Zimmer, ich will es mal so bezeichnen. Und deshalb hat sich das dann natürlich geändert mit der Regelmäßigkeit, wie wir uns gesehen haben. (Julia)*

*Für mich war es damals selbstverständlich, dass ich machen konnte, was ich wollte. (Gisela)*

*Ja, ja, das wurde halt ganz sporadisch, so je nachdem wie mir das dann halt passte. ... Ich glaube, dann auch eher mal so nur stundenweise. ... Ja, ich sag mal, mit 14 bin ich sogar schon gar nicht mehr da gewesen. ... Ich wollte halt meinen eigenen Weg gehen. Ich wollte mir das jetzt nicht vorschreiben lassen, wann ich irgendwo sein müsste und von daher habe ich mir das halt selber ausgesucht. ... Ja, das Zusammensein mit ihm wurde weniger attraktiv. Weil ich wurde halt jugendlich und für mich gab es einfach auch andere Sachen zu entdecken, als am Wochenende bei meinem Vater zu sitzen. (Bernd)*

*Später mit ca. 14 Jahren wurde respektiert, dass ich den Kontakt zu meiner Mutter reduzierte. ... Ca. ab 14 Jahren bin ich seltener als 14-tägig zu meiner Mutter gegangen. Niemand hat dies problematisiert, es wurde akzeptiert/hingenommen. (I16)*

*Ab der Pubertät war aber mein Bedürfnis, Weihnachten bei meinem Vater zu verbringen, größer. Ich fand seine Art Weihnachten zu feiern irgendwie schöner. Bei meiner Mutter ging es immer eher kleingeistig zu. Ihre Welt drehte sich um Möbel und Kleidung, und für Weihnachten habe ich mir einfach etwas anderes gewünscht. (I36)*

### **Eigene Entscheidungen zum Lebensmittelpunkt; Wohnort**

➤ Der oben erwähnte kindliche Entscheidungs- und Mitgestaltungswille bezieht sich ebenfalls auf den Lebensmittelpunkt. Etwa jedes 5. der teilnehmenden Trennungskinder berichtet davon. Mitunter kommt es zu einem radikalen Infragestellen der bisherigen Betreuungslösung. Die in sog. „intakten“ Familien stattfindenden Abgrenzungskonflikte führen bei Trennungskindern eher dazu, die noch offene Option, bei dem anderen Elternteil leben zu können, in Erwägung zu ziehen. Ebenfalls kann es frühzeitig zur Verselbstständigung und eigenen Wohnsituation kommen.

*Ich bin halt irgendwann zu meinem Vater hingegangen und hab gesagt: Hör zu, ich kann nicht mehr mit Mama zusammen wohnen, es geht halt einfach nicht mehr. Und hab ihn gefragt, ob ich zu ihm kann. ... Und denn hat er halt auch gleich gesagt: Pack deine Koffer und komm hierher, das ist kein Problem. (Bernd)*

*Ich bin nun auch mit 16, 17 damals schon zu Hause ausgezogen. Ich bin dann zu einem Freund gezogen. ... War nur, ich denke, einmal die Woche da. Hätte damals auch brechen können, den Kontakt. Also ich war so weit, dass ich gesagt habe, so ich breche den Kontakt komplett ab, also weil ich das irgendwie zu Hause nicht mehr ausgehalten habe, weil ich das Gefühl*

*hatte, egal was ich mache, ich mache alles falsch. Und ich bin schlecht irgendwie und ich werde geschlagen und eingesperrt und das wollte ich nicht. (Sonja)*

*Ich habe zwischenzeitlich bei einem Freund und seiner Familie gewohnt, weil ich es mit meinem Stiefvater nicht ausgehalten habe. (I00)*

*Ich habe mit ca. 16 Jahren entschieden, in meinem Elternhaus eine eigene Wohnung zu beziehen (vorher viele Jahre im Internat gelebt). (I05)*

*Im Alter von 14 bis 15 Jahren habe ich beschlossen, bei meinem leiblichen Vater zu leben, da ich das „Chaos“, in dem meine Mutter lebte, nicht mehr ertragen konnte. Mehrere Male bin ich abends mit dem Fahrrad von „Zuhause abgehauen“ und zu meinen Großeltern (vtls.) gefahren, die mich aber am nächsten Morgen immer wieder nach Hause geschickt haben. Nachdem meine Mutter mir dann mit dem Kinderheim drohte, weil sie sich stationär in die Klinik einweisen lassen wollte, bin ich zu meinem leiblichen Vater gefahren und habe ihm gesagt, dass er mich bei sich aufnehmen „müsse“. Das tat er dann auch, obwohl er nicht begeistert war und er hat mich für sechs Monate auf seiner Couch im Wohnzimmer schlafen lassen. Nach dem Klinikaufenthalt meiner Mutter wollte ich dann nicht mehr zu ihr zurück, obwohl sie nach wie vor das Sorgerecht für mich hatte. (I13)*

*Als ich aufs Internat (mit 14 Jahren) ging, habe ich meinen Willen durchgesetzt. (I15)*

*Ja, als wir beim Freund meiner Mutter endgültig rausflogen, haben wir uns dafür entschieden, bei meinem Vater zu wohnen. Ich war damals 13 Jahre alt. ... Wir mussten – glaube ich – vor Gericht nochmal aussagen. Es ging um das Sorgerecht, das dann auf unseren Vater übertragen wurde. (I27)*

*Wie gesagt, habe ich mit 17 entschieden, das Umziehen weniger regelmäßig durchzuführen (Wechselmodell). Wirklich konstant bei meiner Mutter gelebt hab ich nur für ein Jahr nach dem Abi. Aber auch nur, weil mein Vater kurz zuvor weggezogen ist. (I28)*

*Ich wollte bestimmt, seit ich 14 war, von meiner Mutter ausziehen. Eigentlich wollte ich allein sein, was nicht ging. ... Als ich 17 war, zog meine Mutter beruflich etwa 100 km weg. Das Haus sollte verkauft werden. Ich suchte mir eine eigene Wohnung, da ich nicht wusste, wie lange ich in dem Haus bleiben könnte und erhielt den Unterhalt meines Vaters, den er zuvor an Mama hatte zahlen müssen, als Grundlage. ... Mein Wunsch war es seit jungen Jahren, allein zu wohnen, und ich habe ihn erfolgreich durchgesetzt, sobald es Gelegenheit gab. (I34)*

*Mit 12,5 Jahren entschied ich aus einer tiefen Verletzung heraus, in B. zu bleiben, und so geschah es dann auch. Ein halbes Jahr später entschied ich, wieder zurückzugehen und tat das dann auch. Mit knapp 18 zog ich ein zweites Mal nach B., um meinen Abiturdurchschnitt zu retten. Und kaum hatte ich meine letzte Abiturprüfung hinter mir, ging ich wieder nach I.. (I36)*

### **Mehr Distanz zu Eltern und deren Konflikten**

Zehn der Teilnehmer geben an, sich ab Beginn der Pubertät oder in deren Verlauf deutlicher von dem Konfliktgeschehen der Eltern oder deren

Bewertungen abgrenzen zu können.

*Zu der Zeit habe ich die beiden wie kleine Kinder gesehen und ich habe mich irgendwie überlegen gefühlt, weil mir das so kindisch vorkam. Manchmal, wenn sie sich gestritten haben, stand ich da nur kopfschüttelnd. ... Dass sie sich zusammenreißen sollen und das vernünftig klären, aber nicht wie kleine Kinder sich mit Sand bewerfen. (Yasmin)*

*Das klingt ein bisschen altklug, aber ich war davon halt genervt, weil es war so klar. Ich bin halt so damit umgegangen: Okay, jetzt hat er wieder seine Phase, ich habe versucht, also da rein und da raus (zeigt auf ihre Ohren). ... Aber auf jeden Fall habe ich erkannt: **Ihr** habt das Problem. (Julia)*

*Ab 16 - da hab ich Freunde gefunden, die mich unterstützt haben und bin viel unterwegs gewesen, um Leute kennen zu lernen. Das war befreiend für mich. (I14)*

*Eigentlich waren ja nicht die Konflikte meiner Eltern untereinander das Problem, sondern die Konflikte, die sie jeweils für sich selber hatten. Dafür fühle ich mich bis heute verantwortlich und es ist mir als Kind ungeheuer schwer gefallen, Distanz dazu zu entwickeln. Das Internat (ab 14 Jahre) habe ich als ungeheuere Erleichterung empfunden. Ich habe allen möglichen Unfug angestellt, um mich zu entfernen, aber letztlich hat das nicht viel geholfen. Meine Eltern waren eben immer unglaublich verständnisvoll und ich konnte alles mit ihnen besprechen, mit meiner Mutter sollte ich alles besprechen und fühlte mich dazu genötigt. Ich habe ungefähr mit 13 angefangen, auf ihre Fragen nicht immer ehrlich zu antworten, damit ich was „für mich“ hab.*

*Ich war bereits mit etwa zehn Jahren sehr selbständig. Geändert hat sich dadurch aber nicht viel, außer dass ich mich mit zunehmenden Alter besser meiner Mutter entziehen konnte, wenn sie über meinen Vater herzog. (I26)*

*Ungefähr mit 15/16 Jahren. Ich war mir wichtiger, wollte nun etwas erleben und Spaß haben. Ich wurde mutiger und etwas selbstbewusster. (I30)*

*Spätestens mit 15, als meine Mutter wieder heiratete, habe ich mich unabhängig gemacht. Es gab keine Familie mehr. Meine Mutter befasste sich mit ihrer neuen Familie. Ich hatte an denen und an dem neuen Mann keinerlei Interesse. Meine Schwestern waren ausgezogen. Meine Oma irgendwie zu alt für mich. Meine Mutter und ich sind uns so weit wie möglich aus dem Weg gegangen. Es gab fast nur noch Kontakt, wenn sie was zu meckern hatte. Ich habe versucht, möglichst wenig zu Hause zu sein. (I37)*

### **Distanzmöglichkeit erst als Erwachsene(r)**

Ca. 15% der Teilnehmer berichten davon, sich erst beim Auszug aus dem Elternhaus oder noch später als Erwachsene von dem elterlichen Erleben distanzieren zu können, mitunter bis in die Gegenwart nur teilweise.

*Jedenfalls habe ich gedacht: Indem ich sage, ich mache nicht mehr mit, habe ich damit auch wirklich nicht mehr so viel zu tun. Aber dem war nicht so. Sondern dann war ich dann noch viel schlimmer dabei. Also das war*

*dann halt später, dass eben doch noch mehr über mich ausgetragen wurde, obwohl ich gesagt habe, ich will jetzt nicht mehr. (Julia)*

*Aber dann hatte ich das Gefühl, jetzt bin ich gereift und ich habe das alles für mich verdaut und mir geht es wirklich gut. Ich glaube, seitdem habe ich das Gefühl, ich bin wieder stabil... Als ich anfang zu studieren, da habe ich so meinen eigenen Weg gefunden. Da habe ich dann gesagt: Ich distanziere mich von diesem ganzen, von den Eltern und von den ganzen Problemen ein wenig, indem ich zwar noch Kontakt zu denen habe, ich habe auch guten Kontakt gehabt, aber eben nicht dieses einmal die Woche zum Essen. Und ich habe mich da irgendwie emotional ein bisschen mehr distanziert, weil die haben ihr Leben, das ist so, das haben die so entschieden, und ich lebe jetzt mein Leben. (Gisela)*

*Schuldzuweisungen meiner Mutter gegen meinen Vater habe ich deutlich relativieren können, noch heute konfliktreiche Situation, wenn meine Eltern aufeinander treffen, kann mich inzwischen raushalten und sie beobachten, ohne wie früher Schuldgefühle zu entwickeln. (k11)*

*Meine Bemühungen, mich selbständiger, autarker zu machen scheiterten durch die faktischen Gegebenheiten. Tod der Mutter mit 13 und Tod des Vaters mit 20. Danach bis ca. 30 nur theoretische Ergebnisse. Ab der 1. ernstzunehmenden Paarbeziehung Arbeit an mir selbst - durch Konflikte in meinen eigenen Paarbeziehungen ausgelöst und gefördert. (I05)*

*Unabhängig bin ich heute noch nicht, denn wenn ich meinen Vater heute treffen würde, hätte ich immer ein blödes Gefühl meiner Mutter gegenüber. Ich stehe schließlich auf ihrer Seite. (I17) (27 Jahre)*

*Langsam ab Mitte 20, richtig aber erst nach dem Tod meiner Mutter. (I20)*

*Ich habe erst damit angefangen, mich davon etwas zu lösen, als ich 26 war und mit der Therapie begonnen habe. Vorher fühlte ich mich glaube ich immer verpflichtet“, zu meinem Vater zu halten“, wie er es immer so schön ausdrückte. Ich gab mir innerlich gar nicht die Befugnis, etwas dazu zu sagen, da ja schließlich mein Vater immer so gelitten hat. Erst durch die Therapie habe ich gelernt, dass ich aufstehen darf. Dass ich reden darf! (I22)*

*Das Gefühl ist erst vor kurzem ein wenig eingetreten. Ihre Konflikte sind nicht mehr aktuell, aber ich habe immer noch altes Magengrummeln, wenn der eine über den anderen spricht. Egal ob gut oder schlecht. Ich bemühe mich, mich unabhängig zu machen. Aber irgendwo fühle ich mich immer abhängig und habe oft das Gefühl, es meinen Eltern recht machen zu müssen. (I28) (21 Jahre)*

*Mit dem Auszug mit 17 waren für mich alle Familienprobleme, abgesehen von der Sorge um die Schwester, gleichgültig. (I34)*

### **Gefühl von Freiheit, Unabhängigkeit, Stärke, Eigenverantwortung**

➤ Die Phase der Pubertät kann einem Trennungskind das Gefühl von Freiheit, Unabhängigkeit, Stärke und Eigenverantwortung vermitteln. Dies kann auch dazu führen, eine bislang gültige Identitätszuschreibung als „Trennungskind“ radikal in Frage zu stellen.

*Und in dem Alter zwischen 15 und 16 hat meine Mutter gesagt: „Hier hast du einen Haustürschlüssel, sieh zu, dass du heil nach Hause kommst irgendwann. Es ist egal wann, Hauptsache, du kommst heil nach Hause und das ist gut.“ Und ich sage mal, den Freiraum, den ich da hatte, den habe ich absolut ausgenutzt. (Stefan)*

*So mit 16 weiß ich, da hatte ich dann auch so meinen ersten richtigen Freund und bei dem war ich dann ganz oft, da war ich kaum noch zu Hause. Und dann habe ich eben mit 16 angefangen mit dem Sozialen Jahr. Und dadurch war ich auch nicht mehr oft zu Hause, weil ich dann ständig Nachtbereitschaften hatte und so. Und ich habe mich auch dann unabhängig gefühlt... also gedanklich war ich schon unabhängig, es fehlte noch diese räumliche Unabhängigkeit. Es hat mich angekotzt, nach Hause zu gehen, weil ich habe mich da überhaupt nicht mehr wohl gefühlt so. (Hel-la)*

*Ich wollte das erste Mal ausziehen sowieso schon mit 14, ...ich wollte mein eigenes Leben haben. ... Ich wollte halt mein eigenes Ding machen. Ich wollte einfach selbstständig sein. (Bernd)*

*Als ich ca. 16 war, habe ich mich mehr und mehr selbstständig verhalten und ich fühlte eine große Freiheit. (I07)*

*Mit der Pubertät fühlte ich mich unabhängiger, stärker, schlauer. Ab der 10. Klasse siezten uns die Lehrer, das fand ich hammermäßig cool und gab mir das Gefühl, geachtet zu werden. (I10)*

*Ich fühlte mich mit 16 total erwachsen und selbständig und wollte auch autonom sein. Ich habe nur noch das Nötigste gefragt und abgesprochen und bin meiner Wege gegangen. (I18)*

*Ich glaube, dass ich selber erkannt habe, dass ich eine Person bin, die nicht immer den anderen die Schuld geben darf. Sondern dass ich über mich der Verantwortliche bin und dass ich jetzt mein Leben alleine in den Griff nehme. Dieses: ach, die Eltern sind geschieden und das ist alles so dramatisch, keiner hat mich lieb - also das habe ich komplett abgelegt und habe so meine eigene Persönlichkeit gefunden, in der ich mich wirklich wohl gefühlt habe. (Gisela)*

## **Dekompensation**

➤ Es kann andererseits geschehen, dass ein bis in diese Entwicklungsphase im Alltag unauffälliges Trennungskind psychisch dekompenziert und bislang nicht stattgefundenen Bewältigungsprozesse, auch im Zusammenhang mit der elterlichen Trennung, nachgeholt werden müssen.

*Und hatte auch (in den ersten Jahren nach der Trennung) keinen Leistungsknick (in der Schule). Den hatte ich erst in der Pubertät. Ich glaube, da ist das alles heraus gekommen. Da war ich auch in der Schule sehr auffällig. So mit 16, 17. (Was ist da wohl alles heraus gekommen?) Na ich denke auch dieser ganze Verlust, die Trauer, dass ich da nicht drüber reden konnte. ... Also mich haben Fassaden sehr gestört und das stört mich bis heute. Und das ist eben in der Pubertät heraus gekommen. (Sonja)*

## 8.4 Der erwachsene Blick zurück auf die Ereignisse

Ein Erkenntnisinteresse dieser Untersuchung besteht darin, von den erwachsenen Trennungskindern „zu lernen“, welche elterlichen Verhaltensweisen sie in der Rückschau als besonders wünschenswert und unterstützend, andererseits als eher behindernd und belastend erlebt haben. Hieraus können wertvolle Folgerungen für die Beratungsarbeit mit Eltern und für die Entwicklung von Hilfsangeboten für Trennungskinder gezogen werden.

### 8.4.1 Das elterliche Verhalten: Unterstützung und Belastung

Diverse Auswertungsschritte haben bezüglich dieser Thematik zu einer schrittweisen Verdichtung der vorhandenen Informationen geführt. Zunächst wurden die unterstützenden Verhaltensweisen von Mutter und Vater sowohl nach Elternteilen wie auch nach Wunsch und tatsächlicher Umsetzung getrennt kategorisiert, sodann aber unter der Überschrift „Elternunterstützung“ zusammen geführt. Schließlich zeigte sich jedoch, dass auch die unterstützenden mit den beeinträchtigenden Erfahrungen gleichsam spiegelbildlich verwoben sind. So ist der Wunsch des Kindes, ein Elternteil möge über den anderen nicht negativ sprechen und dessen Ansehen nicht schädigen, sehr eng verbunden mit dem Bericht eines Trennungskindes, eben unter solchen abwertenden Äußerungen sehr gelitten zu haben. So verbinden sich der Wunsch und das erfahrene Leid in Bezug auf diesen Zusammenhang in der Gesamtaussage, dass die Abwertung eines Elternteils sich schädigend, der Erhalt eines positiven Bildes sich hingegen fördernd auf das kindliche Erleben auswirken können. In diesem Sinne sind in den folgenden Abschnitten die zur Verfügung stehenden Berichte themenzentriert aufbereitet worden.

#### Verhalten im Trennungsgeschehen, Schutz des Kindes

Einige der Teilnehmer benennen als gewünschte oder erfahrene elterliche Unterstützung ein entschiedenes Handeln im Trennungsgeschehen. Mehrfach wird die Forderung genannt, zumindest ein Elternteil hätte frühzeitig die Trennungsinitiative ergreifen sollen. Ebenfalls wird der Wunsch erwähnt, der vom Kind präferierte Elternteil hätte sich im Streit um den zukünftigen Betreuungsmittelpunkt deutlicher durchsetzen sollen. Die nachgiebige Ängstlichkeit eines Elternteils im Konfliktgeschehen kann von einem Kind als mangelnder Schutz erlebt und in der Rückschau noch als Vorwurf formuliert werden (Karen – letzter Absatz).

*Also ganz physisch gesagt: Sie hätte wegziehen müssen. Sie hatte eine bis zwei Möglichkeiten, einen ganz guten Job woanders zu bekommen. Sie hätte wegziehen können, also die räumliche Entfernung schaffen: Und sie hätte sagen müssen: Das ist wirklich schlecht und daneben, was dein*



*Vater da macht. ... Nicht so viel Verständnis, nicht immer wieder verzeihen, nicht immer wieder an diesen schönen gemeinsamen Momenten haften. Einen Schlussstrich zu ziehen, das wäre heilsamer gewesen. ... Das hätte ich mir in meinem Leben gewünscht, dass ihr euch richtig vernünftig trennt, dass ihr sagt, zusammen passt nicht, dass jeder sein Leben anpackt. ... Und deswegen sage ich im Nachhinein, jetzt wo ich über die Elternrolle oder Kinderrolle spreche: Das hättet ihr machen müssen. Diese richtige räumliche Trennung. ... Vor allem wäre das die Ruhe, die da eingekehrt wäre. (Gabi)*

*Meine Mutter hat für sich die richtige Entscheidung getroffen, indem sie gegangen ist. (k05)*

*Dass sie sich überhaupt getrennt hat. Diesem Psychoterror meines Vaters täglich ausgesetzt zu sein, wäre ja noch schlimmer gewesen. (I23)*

*Er hätte mich zu sich nehmen sollen, doch das war aufgrund der Aggressivität meiner Mutter kaum möglich. Er hätte meiner Mutter mehr die Stirn bieten sollen, denn er hatte die rationalere und solidere Lebensart. (I02)*

*Als beunruhigend empfand ich seine anfänglich noch scheinbare Gleichgültigkeit meiner Mutter gegenüber. Sie krakeelte lauthals gegen ihn und er ignorierte sie. Wenn er mal ehrlich gewesen und zu mir gesagt hätte „Es tut mir weh, dass Mama so unfreundlich zu mir ist“, hätte ich einen Verbündeten gehabt, hätte „Ich auch!“ sagen können. (I10)*

*Wenn meine Mutter sich getraut hätte, meinem Vater zu widersprechen, wäre vielleicht das Gefühl, geschützt zu sein, entstanden und es wäre eine realere Erinnerung an sie da gewesen. Für mich ist sie wie eine schöne Prinzessin oder so, die nicht fassbar war. Ich hab gar nicht das Gefühl, dass sie jemals da war (innerlich). (I14)*

*Meiner Mutter werfe ich Ängstlichkeit vor. Ja, jetzt immer noch. Das ist ja immer noch nicht ausgesprochen. Also, es ist ja immer noch nicht geklärt. Die Situation zwischen denen beiden hat sich ja überhaupt nicht geändert. ... Weil ich habe das ja an den anderen Frauen gesehen, die er danach hatte. Die waren anders. Da war er nicht handgreiflich. Als sie gemerkt haben, dass der aggressiv wurde, hat die eine das Messer genommen und gesagt, wenn du mir noch näher kommst, dann kannst du aber was erleben. Und das hat meine Mutter eben nicht. Da hat sie sich blaue Augen und Aggressivität eingefangen und das ist nicht schön. Also das finde ich schwach. Oder das ist halt ganz einfach schrecklich. (Karen)*

### **Kindgerechte Familienordnung nach der Trennung**

➤ Ein Kind kann sich nach der Elterntrennung ein harmonisches, kindgerechtes Lebensumfeld wünschen bzw. sehr darunter leiden, wenn ein solches nicht geschaffen werden kann. Im Zusammenhang damit werden als Hindernisse häufig wechselnde oder als unpassend empfundene Partnerschaften des hauptbetreuenden Elternteils genannt bzw. insgesamt dessen Schwächen, das eigene Leben und das der Kinder zu ordnen.

*Ein harmonisches geordnetes Leben/Zusammensein. Ich hätte mehr Respekt behalten. (I30)*

*Ich hätte mir so sehr gewünscht, dass meine Schwestern und ich ihr genug sind. Dass sie mit uns glücklich und zufrieden ist, habe ich mir gewünscht. Ich glaube, wir wären eine Familie geblieben, hätten zusammengehalten. Ich wäre nicht so verängstigt und schüchtern geworden. (I37)*

### **Erhalt des gewohnten Umfeldes**

➤ Wenn nach der elterlichen Trennung das vertraute soziale Umfeld (Schule etc.) für ein Kind erhalten bleibt, kann dies als große Unterstützung empfunden werden. Im anderen Fall kann es die Gefühle von Entwurzelung und Verunsicherung noch fördern.

*Also wenn man überhaupt irgendetwas als gut betrachten möchte, dann könnte man vielleicht sagen, es war vielleicht ganz toll, dass sie es geschafft haben, dann nicht noch einmal umzuziehen. Dass ich einfach an der Schule bleiben konnte und in der Wohnung, also in dem Umfeld. (Sonja)*

*Dass er die alte elterliche Wohnung schon 1 Jahr nach der Trennung aufgegeben hat, dort fühlte ich mich immer noch zuhause. (I10)*

### **Bewältigung der partnerschaftlichen Trennung durch die Eltern**

➤ Jedes sechste Kind erwähnt, dass es die konstruktive Bewältigung der Trennungskonflikte durch die Eltern als unterstützend und entlastend empfunden hat – bzw. sich dies sehr wünschte.

*Und deswegen sage ich immer, ich könnte es mir vorstellen, wenn meine Eltern heutzutage mal reden oder wenn irgendwie dieses Unausgesprochene irgendwie aus der Welt geschafft würde, man sich irgendwo einigt oder verzeiht oder irgendwas. Dann wäre das Gefühl besser. (Karen)*

*Also mir hätte geholfen, wenn sich meine Eltern sich auch einvernehmlich getrennt hätten und wenn sie dann gesagt hätten: Okay, wir verstehen uns einfach nicht mehr – und dass sie dann Rücksicht darauf genommen hätten, dass es uns ganz natürlich schlecht damit geht und uns dann unterstützt hätten in dieser Zeit. Und wenn es halt zu diesen ganzen Auseinandersetzungen, zu diesem Ärger und diesen gegenseitigen Beschimpfungen so nicht gekommen wäre. Wenn ich einfach hätte mein Leben leben können. (Hella)*

*Des weiteren werden von ihm keine vergangenen Geschichten aufgewärmt. ... Er hat sich mit negativen Äußerungen zurückgehalten. Deshalb gab es keine Belastungen. (I01)*

*Sie hätte die Trennung nicht im Inneren bereuen dürfen. Sie hätte sich weniger auf mich stürzen sollen, sondern hätte dazu stehen sollen. ... Man lernt in einem wichtigen Alter nur die negativen Aspekte zwischen Frauen und Männern kennen, das ist geradezu tödlich. (I02)*

*Ich denke, ich hätte alles besser verwunden, wenn die Scheidung nicht auf meinem Rücken ausgetragen worden wäre, wenn ich jederzeit zu meinem Vater zu Besuch gedurft und als Teenager vielleicht sogar 1-2 Jahre bei ihm gelebt hätte. (I10)*

(Was haben die Eltern am besten hinbekommen?)

*(Vater) hat später versucht, sich Emotionen nicht anmerken zu lassen in Bezug auf Trennung, Mutter etc. (I03)*

*Die Beziehung (meiner Mutter) zu meinem Vater. ... Er hat nicht schlecht über meine Mutter geredet. (I15)*

*Es gab keinen schweren Konflikte vor uns Kindern. ... Er hat mit meiner Mutter ruhig gesprochen, wenn sie zu Besuch kam. Er hat nie schlecht über sie geredet. ... Er hat sich im Scheidungsprozess sehr fair verhalten. (I16)*

*Die Entemotionalisierung. (I21)*

*Die anfängliche Freundschaft zu Vater, das Ausbleiben von negativen Beschimpfungen. Leider nur kurze Zeit. (I34)*

### **Elterliche Lebensbewältigung nach der Trennung**

➤ Manche erwachsene Trennungskinder können in der Rückschau explizit würdigen, dass es einem oder beiden Elternteilen gelungen ist, nach der partnerschaftlichen Trennung sich beruflich zu etablieren, die Betreuung und Versorgung der Kinder zu gewährleisten und das eigene Leben neu und positiv nach den einschneidenden Erlebnissen zu ordnen. Ein Kind kann die Eltern in dem Ringen um einen Neuanfang aber auch als überlastet erleben und Defizite in der eigenen Bedürfnisbefriedigung spüren. Nicht selten wird der Vorwurf erhoben, die Eltern seien eher mit sich selbst, dem eigenen Leben bzw. dem Partner beschäftigt gewesen und hätten sich zu wenig um die Belange des Kindes gekümmert (letzter Abschnitt).

Im Erleben des Kindes gelungen und gewürdigt:

*Mein Vater hat nach der Trennung plötzlich alles verändert, er ging öfter vor die Türe, ging wieder alten und auch neuen Hobbys nach, er begann wieder mit neuer Lebensfreude und Lebensmut sein eigenes Leben zu beginnen. Er hat für sich das Positive heraus gezogen, obwohl er verlassen wurde und ihm das anfänglich schwer zu schaffen machte. (k05)*

*Ich verstehe jetzt meine Mutter besser und meinen Vater auch. Ich respektiere und bewundere meinen Vater, dass er uns alleine großgezogen hat und auch gearbeitet hat. (k12)*

*Sie hat ihr Leben neu geordnet, gestaltet und aufgebaut, inkl. neuer, guter und bis heute bestehender Partnerschaft. (I07)*

*Nach einiger Zeit war sie wieder berufstätig und hat mich und meinen Bruder in einen Kindergarten gebracht. Im Sommer sind wir manchmal zusammen ins Freibad zum Schwimmen gegangen. (I13)*

*Und sie hat trotz ihres Unglücklichseins nie schlapp gemacht, was ich als Kind natürlich gut fand. Sie hat immer noch Kraft gefunden zu lachen und irgendeinen Blödsinn zu machen. ... Sie hat mich abends abgeholt, damit ich nicht alleine nachhause gehe und meine Klavierstunden an ihren Wünschen abgespart. (I15)*

*Sie hat sich finanziell unabhängig gemacht. Sie hat ein neues Leben begonnen, ihre Situation angepackt und versucht, das Beste daraus zu ma-*

chen. ... Er hat dafür gesorgt, dass der Alltag weiter geht (Schule, Essen, Hausarbeit, Arbeit...). (I16)

Er hat uns ein Zuhause geschaffen, was ich aber auch als „Sorgerechts-tragender“ als selbstverständlich empfinde. (I22)

Er hat mir später eine neue „intakte“ Familie geboten. (I28)

Er hat versucht, so bald wie möglich wieder ein geregeltes Leben für uns zu finden. Erst durch die Kinderfrau und später durch die neue Frau. Was ja schief ging, aber das ist was anderes. (I32)

In organisatorischen Dingen war sie immer absolut zuverlässig und pünktlich. Sie hat mir meine Zugfahrkarte für die Ferien immer rechtzeitig zugeschickt, wartete immer bereits am Bahnsteig, wenn ich ankam und brachte mich auch immer rechtzeitig wieder zum Zug, der mich zu meinem Vater zurückbringen sollte. Ich geriet in dieser Hinsicht nie in Stress, und das weiß ich sehr zu schätzen. ... Die Pullover, die sie mir mit so viel Liebe gestrickt hat, um immer in meiner Nähe zu sein, waren ganz besonders. ... Sie hat immer sehr lecker gekocht, hat zum Abendessen wunderbare kalte Platten gezaubert mit Fisch und viel Gemüse - und mit viel Herz. Zum Geburtstag und zu Weihnachten hat sie mir immer Päckchen geschickt, die nie verspätet ankamen. (I36)

Trotz ihres feucht-fröhlichen Lebenswandels ist sie immer arbeiten gegangen, hat uns ernährt, die Miete bezahlt. ... Er hatte sein Leben gut im Griff. Eine neue Wohnung, Einrichtung, Auto. Er konnte für sich selber sorgen. Essen kochen, putzen. Das war alles ganz selbstverständlich für ihn. Eine Frau, die gut zu ihm passte, hat er ja dann auch noch gefunden. (I37)

Belastung des Kindes durch überlastete Eltern:

Sie hat uns Kindern viel zugemutet. (I01)

Sie hat immer viel gearbeitet und dann habe ich sie erst immer abends gesehen, das war nicht immer leicht - oder wenn Veranstaltungen waren, konnte sie nicht kommen. (I09)

Sie musste nach der Trennung voll arbeiten. Da war sie oft unglaublich angestrengt und hat gemeckert. Wir hatten wenig Geld und das war eine große Belastung für sie. Das habe ich immer gespürt. ... (noch übel nehmen?) Seine Schwäche. (I15)

Ich finde, meine Mutter hat sehr unvermittelt umgeschaltet von „Supermama“ mit Basteln und Streuselkuchen auf „neues Leben“ mit Arbeit, Schule, Putzfrau, und da hatten die Kinder nicht mehr so viel Platz. (I27)

Die vielen Umzüge, das Zuspätkommen in der Schule durch ihr Verschulden, für das ich ausgeschimpft wurde, dass sich keiner kümmerte, ob ich die Zähne putzte. (I27)

Meine Mutter war sehr wenig zu Hause. Sie hat, auch schon vor der Scheidung, voll gearbeitet. Ich habe immer sehnsüchtig darauf gewartet, dass sie nach Hause kommt. Aber sie war eigentlich zunehmend immer gestresster, liebloser. Kaum ein freundliches Wort, kein Lachen. ... Es gab eine große Sehnsucht in mir, mit ihr fröhlich zu sein. Aber ich war offensichtlich nur noch eine Belastung für sie. Ich habe versucht, mich ganz

*klein zu machen, unscheinbar zu werden, nur dass ich sie nicht störe. (I37)*

Mehr mit sich, dem eigenen Leben oder Partner beschäftigt

*Ich nehme es ihnen beiden (Eltern) sehr übel, dass sie sich mehr für sich selbst interessiert haben, als darum, wie es mir eigentlich geht, keiner ist jemals über seinen Schatten gesprungen. Das ist ein großes Problem vor allem meiner Mutter gegenüber, was dazugeführt hat, dass ich kein sehr inniges Verhältnis zu meiner Mutter habe. (k08)*

*Hat nur an sich gedacht. Wollte Sorgerecht nur, um meiner Mutter eins auszuwischen. (k13)*

*Ja, dass ich mir immer noch manchmal einen „richtigen“ Vater wünsche. Er hatte selber so viele Probleme damit, dass wir nicht mehr bei ihm waren. Er sollte für mich da sein und nicht traurig und wütend, dass das nicht mehr so ist. (I15)*

*Seinen Egoismus. (I18)*

*Meine Mutter war eher eine Art Freundin für mich. Was mich immer störte war, dass sich alles immer nur um sie drehte. Sie erzählte von ihren Männern, von ihren Erlebnissen. Mein Vater erzählte von seiner Wut und davon, wie sehr er betrogen worden war. Und was war mit uns? Uns fragte keiner, wie es uns geht und ob wir das alles verkraften können. (I22)*

*Ich stellte mir immer öfter die Frage: Wie konnte sie uns das antun?? Nach der Scheidung war für ihren Neuanfang für uns Kinder scheinbar nicht mehr genug Platz. Die anfängliche Fassungslosigkeit und Wut sind aber bereits seit langem verraucht. (I27)*

*Dass dieser Freund aufgetaucht ist und noch heute eine wichtige Rolle einnimmt. Sie meint zwar, da wäre nie was gewesen, aber Papa gegenüber hat sie dergleichen wohl vor Zeugen gesagt. Ich konnte ihn von Beginn an nicht leiden, weil er sich irgendwie dazwischendrängte. Zwischenzeitlich ging es zwar besser, aber heutzutage ignoriere ich ihn lieber. (I32)*

### **Umgang der Eltern mit ihre neuen Partnern**

➤ Manche Trennungskinder empfinden den Umgang der Elternteile mit neuen Partnern als belastend und entwickeln diesbezügliche Wünsche. Diese richten sich darauf, dass die Eltern sich mehr Zeit beim Eingehen neuer Partnerschaften lassen und auch die Sympathie zwischen Partner und Kind eine Rolle spielt, dass die Kinder nicht zu schnell in neue Partnerschaften einbezogen werden, dass die Partner nicht so häufig wechseln und die Eltern bei Konflikten sich schützend vor ihre Kinder stellen. Ein Kind kann kritisieren, dass ein Elternteil sich völlig von einer neuen Partnerschaft absorbieren lässt, Partner häufig wechselt und insbesondere dabei die Bedürfnisse des Kindes aus dem Blick verliert.

Wünsche des Kindes:

*Ja, und insgesamt hätte ich mir von meinen Eltern, von beiden gewünscht, dass sie ihre Affären nicht so an uns Kinder, mein Bruder war ja kleiner, heran getragen hätten. Weder davor noch danach. Meine Mutter dann natürlich speziell, dass sie sich danach noch ein bisschen Zeit gelassen hät-*

*te. Dass ich einfach auch mit meiner Mutter und meinem Bruder einfach alleine gelebt hätte, auch wenn sie einen neuen Partner gehabt hätte. ... Das waren noch die gleichen Möbel, es war alles noch genau gleich und es war einfach ein neuer Mann da. (Sonja)*

*Wenn meine Mutter für mich da gewesen wäre und nicht gleich den nächsten Typen angeschleppt hätte. (Hella)*

*Ja, das wäre schön gewesen. Also wenn ich zu einem der Partner auch irgendwie ein gutes Verhältnis gehabt hätte, wo ich hätte sagen können: Mensch, das ist zwar jetzt nicht mein neuer Vater, aber das ist jemand, vor dem kann ich Achtung haben, den schätze ich, den mag ich, der tut mir gut. Aber das war weder da noch da. Und das hat mich doch im Nachhinein auch sehr betroffen gemacht. (Alena)*

*Wichtig für mich wäre gewesen, dass beide nach der Trennung erst mal alleine gewohnt hätten. Ich will nicht mal sagen, dass ich meiner Mutter nicht den Freund gegönnt hätte, aber sie hätte ihn ja auch außerhalb treffen können. (k05)*

*Besser wäre es wohl gewesen, wir wären mit einer „Neuen“ (Partnerin des Vaters) mal zusammen in den Zoo gegangen und dann verschwindet sie erstmal wieder. Dann hätte ich sie nicht als Bedrohung empfunden, als Eindringling zuhause bei Papa. (I10)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass sie mehr Stellung zu uns bezieht. Viele ihrer Partner mochten mich nicht. Sie hat nie etwas dazu gesagt, wenn einer dieser Männer mich schlecht behandelt haben. Das fand ich furchtbar. Für mich als Kind hätte ich das Gefühl von „Sicherheit“ und „Vertrauen“ besser erleben und erfahren können. (I22)*

*Er hätte mich und meine Schwester in der neuen Ehe besser in Schutz nehmen sollen. Vielleicht wäre es dann nicht soweit gekommen mit der Stiefmutter und für meine Schwester. (I32)*

Belastungserleben; Kritik:

*Weil sie, schon während sie in der Wohnung getrennt gelebt haben und danach, ziemlich viele Freunde hatte. Und die einfach immer falsch waren. Bloß sie wollte mir das nie glauben und hinterher hat sie mir immer Recht gegeben, aber vorher nie. ... Da kamen diese Verlustängste wieder in mir hoch, weil sie so oft gewechselt hatte und ich ja eigentlich irgendwas Festes haben wollte. Also endlich einer, der immer da bleibt und nicht wieder ein neuer Freund und wieder ein neuer. (Yasmin)*

*Ja, dass ich soviel von seinen Freundinnen mitbekommen habe. Er erklärte mir neulich, dass er eine gute Mutter für mich gesucht habe und mich dann zu sich holen wollte. Mir machte das Angst, jedes Wochenende eine neue Frau. Außerdem ging das von unserer gemeinsamen Besuchszeit ab, das fand ich blöd. Ich fühlte mich wie ein 5. Rad am Wagen, wenn ich morgens zu Papa zum Kuscheln ins Bett kroch und dann noch eine fremde Frau daneben lag. (I10)*

*Meine Mutter war immer sehr, sehr männerfixiert. Egal ob man privat war oder unterwegs. Sie haschte immer nach Anerkennung und Aufmerksamkeit. Für ihre Beziehungen prostituierte sie sich förmlich. Sie tat alles für*

*ihren Partner. Das empfand ich als sehr, sehr unangenehm und ich habe es damals schon als sehr eklig empfunden. (I22)*

*Sie lebte plötzlich das Leben, das ihr wegen der frühen Bindung zu meinem Vater verwehrt blieb. Sie zog nachts mit Kollegen durch Bars. Kam betrunken mit fremden Männern nach Hause oder bleib gleich ganz weg. ... Diese wahllosen Männergeschichten. (I30)*

*Mein Vater zeigte wenig Interesse an meinem Leben. Er ging ganz in der Beziehung zu seiner neuen Frau auf. Ich hatte dort keinen Platz. Ich hätte mir so sehr gewünscht, dass er für mich da ist, dass ich ihm erzählen kann, wie schrecklich es bei meiner Mutter ist. Aber das wollte er nicht hören. Ich wurde auch ihm gegenüber immer schüchterner, stiller. (I37)*

- In Bezug auf die Partner seiner Eltern kann ein Kind sich unter Druck fühlen, diesen „zu lieben“, es kann sich von seinem Elternteil alleine gelassen fühlen bzw. in mangelnder Weise geschützt vor dem elterlichen Partner (einschließlich sexueller Übergriffe).

*Der „Zwang“, Stiefvater als neue Bezugsperson anzunehmen. Kritiklosigkeit gegenüber dem Stiefvater. Fühlte mich alleine gelassen, habe letztlich alles mit mir selbst ausgemacht, offene Vertrauensperson nur Tante. (I03)*

*Und dass sie später nicht klar zu uns (meinem Bruder und mir) gestanden hat gegenüber ihrem zweiten Mann, der eifersüchtig auf uns war. (I14)*

*Ja. Sie hat immer ihre Männer und Liebhaber über ihre Kinder gestellt. Sie wollte erst einmal Frau und dann Mutter sein. (I37)*

*Auslieferung an Stiefvater. Naive Überantwortung des eigenen Kindes an „fremden“ Mann. (I03)*

*Dass sie mich nicht vor den (sexuellen) Übergriffen meines Adoptivvaters geschützt hat, nehme ich ihr sehr übel. (I10)*

*Meine Mutter hatte Angst vor meinem Vater, der jähzornig war. Deshalb hat sie sich nicht vor mich / uns gestellt, um uns zu schützen bzw. hat sie meinem Vater nicht widersprochen bei seinen Erziehungsvorstellungen. Das war z. T. hart. Ein Beispiel: Ich erinnere mich an einen Unfall, den ich mit ca. 6 Jahren hatte. Ich bin mit dem Fahrrad gestürzt und war ohnmächtig. ... Ich lag im Bett, meine Mutter saß bei mir. Mein Vater schrie aus dem Nebenzimmer, sie solle sich nicht um mich kümmern, ich sei selber schuld, und sie ist dann weggegangen. (I14)*

### **Selbstkritik, Selbstreflektion, Verantwortung für eigene Schwächen**

- Ein großer Wunsch eines Trennungskindes kann in der Rückschau darin bestehen, dass die Elternteile nach der Trennung den eigenen Verhaltensbeiträgen und –schwächen gegenüber reflektierender, selbstkritischer sind, hierfür die Verantwortung übernehmen und dieses dem Kind auch so kommunizieren.

*Also auf mich zugehen und zärtlich und lieb sein, also sich auch zu entschuldigen, zu sagen, es tut mir Leid Kathrin, ich kann im Moment nicht. Also sich auch erklären irgendwie, das hätte ich ja dann vielleicht irgendwie versucht zu verstehen. (Kathrin)*

*Das ist auch so eine Sache, wo ich sage: Das hätte ich mir gewünscht, dass er dann sagt: Okay, das Trinken ist das eine und diese Frau, die mich stört, also meine Mutter, aber dass er das Pflichtgefühl gegenüber mir (gehabt hätte). ... Also das wäre mein größter Wunsch (gewesen), dass er die Verantwortung übernimmt und dann auch vielleicht nicht nur finanziell, sondern auch eben geistig da ist. (Gabi)*

*Er hätte lernen müssen, zum Beispiel mit Kritik umzugehen. Ja, er hätte lernen müssen, dass man irgendwie Liebe nicht erzwingen kann, dass man auch etwas dafür tun muss. (Hella)*

*Ein bisschen mehr Selbstkritik und Besonnenheit. So hätte ich ihr mehr anvertrauen können und wäre vielleicht nicht an falsche Freunde geraten. (I01)*

*Aus heutiger Sicht muss ich sagen, dass ich mir gewünscht hätte, dass sie erwachsener und verantwortlicher hätte handeln sollen. (I05)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass sie ihren Anteil an der Trennung sieht und diese als Konflikt unter zwei Erwachsenen begreift. (I26)*

*Es wäre schön gewesen, wenn sie mit sich selbst einen reiferen Umgang gehegt hätte. Aber ihre Verhaltensmuster machten es mir unmöglich, Vertrauen zu ihr zu entwickeln. (I36)*

Kritik und Belastungserleben:

*So eine Mischung zwischen: einerseits nehme ich ihm das übel - und andererseits: ja, er kann's halt nicht besser. Dann muss man es akzeptieren, wie es ist. Oder das musste ich so akzeptieren, wie es ist. ... Ja, ja, das ist keine Entschuldigung. Also ich nehme es ihm übel, dass er nicht an sich gearbeitet hat oder dass er eben da nicht über seinen Schatten gesprungen ist, also auch gerade seiner Frau gegenüber. (Alena)*

*Ich werfe ihm sein Gesamtverhalten vor. Dass immer nur die anderen Fehler haben, er selber aber gar nicht mal in sich geht. (I23)*

*Dass er nach unserem Streit damals kein bisschen Schuld auf sich genommen hat, sondern mich als pubertierende Göre mit Hormonschüben hingestellt hat. (I28)*

*Da ist auf der einen Seite mein inneres Kind mit seiner unerfüllten Sehnsucht. Aus dieser Position heraus macht mich sein gesamtes Verhalten unglaublich wütend. Ich werfe ihm nicht vor, dass er Fehler hat und Fehler macht oder gemacht hat. Aber seine strikte Weigerung, sich mit sich auseinander zu setzen, finde ich in höchstem Maße... Ich finde gar keine Worte dafür. Es sind gar nicht einzelne Dinge, die geschehen sind, über die ich verärgert bin. Sondern es ist Auswirkung, die die Gesamtheit seiner Abwehrstrategien auf mein Leben hatte (und teils noch hat). (I36)*

### **Trennung der Eltern- von der Paarebene; Erhalt der Elternfunktion**

Einige Trennungskinder haben massiv unter der Einbeziehung in die Elternkonflikte gelitten und wünschen sich (teils fast als Forderung formuliert) von den Erwachsenen eine klare Trennung von Eltern- und Paarebene und den Erhalt der Funktionsfähigkeit als Eltern im Interesse des Kindes. Wenn dieses gelingt, wird es in der Rückschau als positiv und ent-



lastend bewertet, das Scheitern hingegen als beeinträchtigend.

Wünsche und Forderungen:

*Da ist ein Mensch, den ich nicht ausstehen kann, mit dem ich die Ehe nicht fortsetzen kann, den ich komplett ablehne – kann ich alles in gewisser Weise nachvollziehen, will ich auch mir gar kein Urteil drüber bilden, denn ich finde es gut, dass Leute sich scheiden lassen können, besser, als jahrelang eine Hölle miteinander auszuhalten. Aber dann nicht sozusagen auf die Meta-Ebene gegangen zu sein – und sie ist intellektuell dazu in der Lage – dann nicht zu sagen: So, und jetzt gucke ich mal auf die Situation runter, was ist jetzt für meine Kinder wirklich das Beste? Das waren immer ihre Worte, auch vor Gericht und wenn sie mit uns gesprochen hat: Das Kindeswohl ist das Wichtige. Und ich weiß, was das Kindeswohl ist, Euer Vater weiß das nicht, das Gericht weiß das nicht, ich weiß das. Dass sie quasi diese Trennung nicht hinbekommen hat zwischen ihren bestimmten berechtigten Emotionen ihrem ehemaligen Mann, unserem Vater gegenüber, und der Geschichte, was ist jetzt wirklich für meine Kinder das Beste. Und schaffe ich das auch, das zu trennen von meinen Emotionen. Und ich will gar nicht verhehlen, dass das bestimmt nicht leicht ist, aber ich finde, da muss man zu in der Lage sein, wenn man Kinder in die Welt setzt. ... Also ich glaube, dass meine Mutter, das kann man ihr glaube ich schon vorwerfen, dass sie intellektuell zu einer anderen Einsicht der Dinge fähig gewesen wäre. (Martin)*

*Und grundsätzlich hätte ich mir auch einen besseren Umgang meinem Vater gegenüber von meiner Mutter gewünscht (abwertendes Behandeln in den Übergabesituationen im Beisein des Kindes). (Bernd)*

*Aus heutiger Sicht hätte ich mir gewünscht, dass meine Mutter ihre Hassgefühle für sich behalten und das Mann/Frau-Ding von dem Mutter/Vater-Ding getrennt hätte. (I10)*

*Sie hätte sich neutraler uns und unserem Vater gegenüber verhalten sollen und ihren Ärger von uns fernhalten sollen. (I17)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass mein Vater und meine Mutter ganz normal miteinander reden. Dass man mal einen Geburtstag miteinander feiern kann oder ähnliches. ... Sie hätte nicht aufgeben dürfen. ... Sie hätte es schaffen müssen, meinen Vater dazu zu bringen, bestimmte Feste, Tage im Jahr, Sportveranstaltungen gemeinsam zu erleben. (I22)*

*Vielleicht wäre es mir besser ergangen damals, wenn ich weniger von den Konflikten meiner Eltern mitbekommen hätte. Aber so waren sie nun mal damals...nichts als emotionsgesteuert. ... Er hätte seine unbegründeten Zweifel und Wut höchstens mit meiner Mutter ausmachen sollen und mich davon nichts spüren lassen dürfen. (I28)*

Positive Erfahrungen:

*(Der Mutter ist gelungen ...) Die kindgerechte Einbindung in den Elternkonflikt, wenn auch nur als Information. Der Verzicht auf lautstarke Streitgespräche mit meinem Vater. (I05)*

*(Dem Vater ist gelungen ...) Unterstützung bei unserem Bezug der neuen Wohnung. Trennen seines Gefühlschaos „wie empfinde ich für meine Kinder, wie empfinde ich für meine Exfrau?“ (I30)*

Belastende Erfahrungen:

*Was ich ihnen übel nehme? Dass sie nicht miteinander kommunizieren. Ja, dass sie das auch heute nicht tun. ... Dass wenn sie sich miteinander ausgetauscht hätten, nämlich wirklich mal zugehört oder auch mal verzeihen dem anderen oder so, wie man das halt macht. (Karen)*

*Das habe ich ihm auch gesagt, dass ich das bis heute nicht verstehe und er sagt inzwischen auch natürlich, dass es ihm einerseits leid tut, andererseits war er in dem Moment halt in einer Situation für ihn selber, wo er halt nicht mehr so, ich sage mal, Herr seiner Sinne war. (Stefan)*

*Ja, dass sie uns total mit hineingezogen ... hatte. Im Grunde hat sie uns genauso im Stich gelassen wie mein Vater. (I17)*

### **Bindungstoleranz; Abwertung des anderen Elternteils**

Manche Trennungskinder erheben in der Rückschau die klare Forderung, dass die Eltern sich nicht in Anwesenheit des Kindes gegenseitig abwerten dürfen und dass der Kontakt des Kindes zum anderen Elternteil nicht beeinträchtigt wird – mit der Überzeugung, dass ihnen die Erfüllung dieser Wünsche die Bewältigung der Elterntrennung und die eigene Entwicklung insgesamt erleichtert hätte. Spiegelbildlich werden diese Aussagen von Berichten diverser Teilnehmer unterstützt, die sich durch die Abwertung eines Elternteils massiv belastet und in Loyalitätskonflikte verstrickt fühlten. Überdies wird deutlich, dass ein Kind ein solches Verhalten als Versagen in der Elternverantwortung erleben, sich von dem negativ beeinflussenden Elternteil emotional distanzieren und ihm dies noch im Erwachsenenalter übel nehmen kann. Dieser Ausschnitt des elterlichen Verhaltens erscheint den Trennungskindern in der Rückschau als so bedeutsam, dass sich fast jedes zweite in diese Richtung äußerte.

Wünsche:

*Also er hätte auf jeden Fall nicht immer gegen meine Mutter hetzen dürfen, er hätte mich nicht irgendwie so zwischen den Fronten stehen lassen dürfen. ... Sie hätte nicht dauernd schlecht über ihn reden dürfen und auch nicht mir das Gefühl vermitteln dürfen, dass es besser ist, wenn ich nicht zu ihm gehe. (Hella)*

*Dass er das einfach gelassen hätte mit seinen Bemerkungen über meine Mutter. ... Das hätte das alles unbeschwerter gemacht. (Hättest du die Zeit mit ihm mehr genießen können.) Auf jeden Fall, weil er mich immer in eine Sache mit rein gezogen hat, die einen Schatten drauf gelegt hat. ... (Unsere Beziehung) wäre herzlicher und enger gewesen. (Manuela)*

*Und dass es vor allem in Ordnung gewesen wäre (den Vater zu sehen). Dass dieser eigentlich normale Wunsch nicht von vornherein negativ ausgelegt worden wäre von meiner Mutter und Großeltern. (Sonja)*

*Schluss mit Verantwortungslosigkeit gegenüber dem Kind, Besitzdenken ohne Rücksicht auf Kind und leiblichen Vater! (I03)*

*Sie hätte nicht dauernd schlecht über ihn reden dürfen und auch nicht mir das Gefühl vermitteln dürfen, dass es besser ist, wenn ich nicht zu ihm gehe. (Hella)*

*Ich glaube, es wäre besser für uns gewesen, wenn meine Mutter nicht komplett den Kontakt zu meinem Vater abgebrochen hätte. Es war so gut wie null Kommunikation. Ich hätte mehr Vater gehabt und hätte heut nicht die typischen Probleme, die man hat, wenn man fast ohne Vater aufgewachsen ist. (I07)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass sie meinen Vater mehr als Vater denn als Ex-Mann gesehen hätte, ihm als Vaterfigur vertraut hätte, ihm und mir die Wochenenden gegönnt hätte und die Wichtigkeit einer Vater-Kind-Beziehung erkannt hätte. ... Sie hätte meine Kontaktversuche zu meinem Vater, meinen Pateneltern usw. zulassen sollen. (I10)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass er uns den Kontakt zu unserer Mutter nicht verboten hätte. (I14)*

*Ich hätte mir von meiner Mutter mehr Verständnis (für die Sehnsucht nach dem Vater) gewünscht und mehr Offenheit. (I18)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass sie meinen Vater nicht schlecht macht. Ich denke, ich hätte mich weniger schuldig gefühlt, wenn sie gut oder neutral über ihn geredet hätte und mir erklärt hätte, dass es ein Problem zwischen „ihr und ihm“ war. (I26)*

Positive Erfahrungen:

*Keine festen Besuchsregeln, keine bösen Worte über Papa. ... Keine festen Besuchsregeln, keine schlechten Worte über Mama. (I27)*

*Mir den Kontakt zu meinem Vater von Anfang an zu ermöglichen. Woran mein Vater sicher auch nicht unbeteiligt war. (I28) (Wechselmodell)*

*Verständnis für Zeiten bei meinem Vater. (I06)*

*Sie hat nie schlecht über meinen Vater geredet. (I16)*

Belastende Erfahrungen:

*„Ja, das mit deiner Mutter ist ja gescheitert, weil sie psychisch krank ist.“ Und das war wirklich einer der Sätze, die er gar nicht hätte bringen dürfen. ... Also ich habe das dann plötzlich auch aus einem anderen Winkel gesehen und nicht nur als verletztes Kind, sondern auch irgendwie als Unverschämtheit einfach nur, egal, ob es jetzt mein Vater ist oder wer auch immer. (Kathrin)*

*Ja, also an sich hat mein Vater die Rolle als Vater damals in den Momenten, wenn er emotional wurde und über meine Mama (schlecht) geredet hat, gar nicht gelebt. Konnte er nicht. Und das kann ich natürlich im Nachhinein sagen, das finde ich ganz, ganz wichtig. Wenn man das nicht kann, dann muss man das Kind in dem Moment direkt wieder zurück bringen, finde ich jetzt im Nachhinein. ... Ich bin normalerweise wenig nachtragend. Ich denke, das meiste hat irgendwie schon seinen Sinn. Aber diese Sache finde ich einfach blöd, echt doof. ... Er hat sich selber viel zu wichtig genommen. ... Also ich wurde ja auch immer sehr, sehr von Anfang an extrem moralisch von allen beiden erzogen. Ganz doll über bestimmte Werte und Normen. Und sich selber auch nicht so wichtig nehmen. Und dann denke ich im Nachhinein: So ätzend, dass er das so gepredigt hat und das selber nicht einhält. (Julia)*

*Wie hast du das für dich begründet, deine beiden Kinder, also mich und meine Schwester, bis zum Erwachsenenalter quasi komplett dem Vater zu entziehen? (Martin)*

*Es fiel mir auch zunehmend schwerer, ihre Anklagen in Richtung Vater mir anzuhören, denn es vergiftete, obwohl ich es im Erwachsenenalter rational abwehren konnte, irgendwie mein Herz. (k06)*

*Meine Mutter gab sich im Ganzen Mühe, uns ihr Leid nicht zu zeigen, aber hin und wieder war es nicht zu vermeiden, dass sie klagte und meinen Vater schlecht machte. Da hatten wir ein schlechtes Gewissen und hatten das Gefühl, dass wir auf sie aufpassen und uns gut verhalten müssen, damit es ihr gut geht. (107)*

*Ihr offener Hass auf meinen Vater war sehr belastend. Ihr vieles Gerede, geradezu Kopfwäschen, um mir ihre schlechte Meinung über ihn einzutrichtern. (110)*

*Besonders die Tatsache, dass meine Mutter immer gegen meinen Vater hetzte und mich andererseits mit ihm verglich, hat mich sehr belastet. ... Ich fühlte mich zurückgesetzt. Ich hatte manchmal das Gefühl, dass sie alle anderen lieber mochte als mich. Ich war mein Vater! (126)*

Noch übel nehmen?

*Ja, dass sie meinem Vater und mir die Vater-Kind-Beziehung genommen bzw. negativ beeinflusst hat, mich erzogen hat, ihn zu hassen. (110)*

*Ja, dass er unserer Mutter den Umgang mit uns verboten hat. Dass er uns verboten hat, unsere Mutter zu sehen und er nie mit uns darüber geredet hat. Dass er mit unserer Mutter nie etwas geklärt hat. (114)*

*Dass er meine Mutter so systematisch aus unserem Leben löschen wollte. Dass er nicht über seinen Schatten gesprungen ist und nicht einmal uns zu Liebe damals den Kontakt zu ihr gesucht hat. Er hat sie ausgeblendet, denn sie sollte für das, was sie ihm „angetan“ hat, leiden. (122)*

*Ein wenig, dass er manchmal so schlecht von meiner Mutter gesprochen hat. ... Mein Vater hätte seinen Zorn auf meine Mutter besser verstecken sollen, so dass ich nicht ständig das Gefühl hätte haben müssen, sie in Schutz nehmen zu müssen. Auch hätte er nicht eifersüchtig sein müssen, was er oft war. Meine Mutter und ich hatten schon damals ein sehr enges Verhältnis und er legte es oft so aus, als wolle sie mich gegen ihn ausspielen. Das hat mich belastet. (128)*

*Regelmäßiges schlechtes Reden über meine Mutter. (136)*

### **Zuwendung, emotionalen Halt, Botschaft: Du bist mir wichtig**

Fast jedes zweite teilnehmende erwachsene Trennungskind sieht in der Vermittlung von liebevoller Zuwendung, emotionalem Halt und der Botschaft „Du bist mir wichtig“ eine Basis für das eigene Wohlergehen bzw. bei Mangel derselben einen wesentlichen Faktor für damalige Belastungen. Häufig wird der Wunsch unterstrichen, dass die Eltern einfach Zeit haben, mit ihrem Kind zusammen zu sein, sich auszutauschen, Verständnis gegenüber den kindlichen Problemen und Belastungsgefühlen zeigen, Freizeit zu gestalten.

## Geäußerte Wünsche:

*Na ja, also was mir damals auf jeden Fall gefehlt hat, ist halt dieser Beweis gewesen, dass wir nicht nur eine Last sind, wofür er Unterhalt bezahlen muss, sondern dass wir halt immer auch noch seine Kinder sind, um die er sich gerne kümmert und auch die ihm was wert sind, nicht in finanziellen oder materiellen Dingen, sondern halt als Menschen und als Personen. ... Aber wenn ich dann abends mal irgendwie eine ruhige Minute mit ihr gebraucht habe, dann hat sie dafür immer Zeit gehabt. Und das war halt auch etwas, was mir immer geholfen hat. Und da bin ich ihr auch heutzutage relativ dankbar dafür. (Stefan)*

*Also einmal hätte er mich mehr in den Arm nehmen müssen, er hätte körperlich mehr Kontakt zu mir suchen müssen. ... Aber diese körperliche Nähe habe ich irgendwann gar nicht mehr gesucht. Also ich habe sie vermisst, das weiß ich. ... Und was er auch mehr hätte tun müssen, einfach mal nachfragen: Wie geht's dir eigentlich? Es hätte mir geholfen, dass er mir das Gefühl wieder zurückgibt, dass ich wichtig für ihn bin. Dass es jemand interessiert, was mit mir los ist. (Kathrin)*

*Ein normales Da-sein. Also da sein, bei mir sein, also normal einfach. Er hätte gar nicht so viel mehr oder weniger machen müssen. Das glaube ich nämlich wirklich, dass mein Vater davor auch schon nicht so viel da war. Dieses Fremde (zwischen uns) hätte einfach nicht sein müssen. (Julia)*

*Was fehlte, ist das, was ich in Rückblicken sage: das hätte ich mir gewünscht. Einmal die Woche einen Tag zusammen mit ihm, wo wir also nur zusammen sind, nur wir zwei, vielleicht natürlich meinetwegen auch Mutter, ich hab sie nie wirklich als getrennt ansehen können. Aber das hätte ich mir wirklich für mich gewünscht, dass wir entweder mit Fahrrad unterwegs sind oder dass er mit mir bastelt oder dass wir einfach ins Kino zusammen gehen. (Er hat Sie nicht so begleitet, nicht in die Welt hinaus?) Genau, das ist das, na ja da kommen wieder die Tränen, das trifft es ja auch. Also es gibt nicht diese Begleitung, wo ich zurückblicken kann: Sag mal Papa, wie ist denn das oder das - ist nicht da. (Gabi)*

*Und dass sie dann Rücksicht darauf genommen hätten, dass es uns ganz natürlich schlecht damit geht und uns dann unterstützt hätten in dieser Zeit. ... Ja, und er hätte einfach mehr auf mich eingehen müssen und er hätte auch einmal meine Interessen in den Vordergrund stellen müssen und mir halt auch einmal eine schöne Zeit einfach bereiten. Und darüber dann versuchen, Liebe und Vertrauen zu gewinnen, nicht durch Druck und Kontrolle und durch Vorwürfe vor allen Dingen. (Hella)*

*Oft wünschte ich mir, meine Mutter würde einmal Zeit für mich haben, mir bei meinem Lieblingssport zugucken, weil ich ihr so gerne zeigen wollte, womit ich meine Freizeit verbringe. An einem Novembersonntag bat ich sie inständig, einmal bei unserem Reitverein vorbeizuschauen, da ich Aussicht hatte, als 3. bei den Vereinsmeisterschaften abzuschneiden. Sie kam für genau 15 Minuten, dann hastete sie wieder zu irgendwelchen Abrechnungen in den Betrieb. ... Eigentlich merkte ich in der Zeit etwas, dass nie richtig jemand Zeit für mich hatte, außer der Großmutter. (k06)*

*Sie hätte mich viel öfter mal in den Arm nehmen sollen. Sie hätte mich mal fragen können, wie es mir geht, wie ich mich fühle. Sie hätte Dinge die ich*

*erzähle, mal unkommentiert lassen sollen, mir einfach nur zuhören sollen. Sie hätte mal etwas schönes mit mir allein unternehmen können. (I10)*

*Als Scheidungskind braucht man vor allem Bestätigung dahingehend, eine eigenständige Person zu sein, mit einem eigenen Leben, und das Gefühl, wirklich gemocht bzw. geliebt zu werden. (I02)*

*Bei Gefühlen der Rat- und Hilflosigkeit von meinem Vater emotional mehr Unterstützung zu erfahren. Dass sich meine Mutter mehr Zeit für mich nimmt, ich mehr spüre, dass sie sich freut, mich zu sehen. Sie hätte mehr mit mir über meine Gedanken/Sorgen/Interessen/Gefühle reden sollen. Ich hätte auch gerne mehr mit ihr unternommen. Z.B. hat sie gerne gekocht, aber ich durfte selten dabei sein. Ich hätte auch gerne gewusst, was in ihr vorgeht. Nicht alles, aber doch mehr, als sie mir mitgeteilt hat. Ich hätte mich dann weniger einsam und mehr gehalten gefühlt. ... Er hätte mir mehr zuhören und seine Meinung mitteilen sollen. Ich hätte mich unterstützt und somit weniger überfordert gefühlt. ... Er hat mir gezeigt, dass er mich liebt und ich ihm wichtig bin. (I16)*

*Er hätte zum Gespräch da sein sollen, er hätte mich in meiner Trauer begleiten können, wir hätten am Leben des anderen teilhaben können. Ich hätte nicht nach einem "Ritter" auf dem weißen Pferd gesucht, hätte kein idealistisches Männerbild und ich hätte mich nicht so unvollständig gefühlt. ... Er hätte den Prozess (der Trennung) aber weiter begleiten sollen und sich nicht aus der Verantwortung stehlen sollen. Der Abstand war okay, aber nicht solange. (I18)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass er sich mehr um unsere emotionale, innere Situation kümmert. ... Wir hätten an Selbstbewusstsein gewonnen, denn wir hätten erfahren, dass wir nicht Schuld an der Trennung sind. Wir hätten eine Kindheit gehabt! (I22)*

*Dass sich meine Eltern mehr für mich interessieren. Dass sie mit mir spielen oder mit mir Unternehmungen machen, die ich machen möchte. Oder dass meine Eltern mir mal beim Voltigieren und beim Turnen zusehen und mich ganz großartig finden. So wie andere Eltern das mit ihren Kindern auch gemacht haben. ... Ich hätte mir gewünscht, dass mal irgendjemand zu mir hält. Dass es irgendjemanden interessiert, was ich möchte. Dass ich überhaupt mal eine Hauptrolle spiele und nicht nur Last bin. (I23)*

*Liebe und Verständnis für ein kleines Kind. Ich hätte Kind sein wollen. ... Jemand der mir Schutz gibt, für mich da ist. Ein „Fels in der Brandung“, Sicherheit, Geborgenheit. Ich hätte mir gewünscht, nicht so viel Verantwortung zu haben. (I35)*

Was am besten hinbekommen?

*Mein Vater ist ein sehr zurückhaltender Mensch, der ungern über seine Befindlichkeiten spricht. Trotzdem hört er einem zu und ich kann mit ihm kontrovers diskutieren. Das soll nicht heißen, dass er sich immer richtig verhalten hat, aber wer hat das schon von uns. (I01)*

*War als Bezugsperson da, bzw. versuchte da zu sein. (I03)*

*Er hat für sein Besuchsrecht gekämpft, hat immer Zeit für mich gehabt, hat mich geliebt, wie ich bin, und seinen Trennungsfrust nicht auf meinem Rücken ausgelebt. Er hat mich bestimmen lassen, was wir an den Besuchs-*

*wochenenden machen und nicht immer alles durchgeplant. Er hat dafür gesorgt, dass mich zumindest seine Verwandten oft zu Gesicht bekommen, so bekam ich „Zuneigung“ von anderer Familienseite. Er hat mich Kind sein lassen und nicht wie mit einem Erwachsenen auf mich eingeredet. (I10)*

*Als besonders schön habe ich es empfunden, dass mein Vater meine geistigen Fähigkeiten immer ausreichend gewürdigt und mir auf vielerlei Weise gezeigt hat, wie toll er alles fand, was ich produzierte und wie stolz er auf mich war. Das war mir sehr wichtig. ... Ich denke, dass mein Vater hierdurch einen entscheidenden Beitrag dazu geleistet hat, dass ich ein unerschütterliches Vertrauen in meine geistigen Fähigkeiten entwickeln konnte. ... Auch konnte ich mit meinem Vater ausgiebig philosophieren, was für mich jahrelang sehr kostbar war, denn ich war immer schon eine „kleine Philosophin“ und liebte es, mit ihm zusammen im Geiste die Welt zu verbessern. Und wir haben viel zusammen gelacht. Mein Vater hatte einen ausgeprägten Sinn für Albernheiten jeglicher Art und einen sehr feinen Wortwitz. Was er auch erzählt hat, ich habe mich geschüttelt vor Lachen. (I36)*

Immer noch übel nehmen?

*Es beschäftigt mich natürlich, weil er ist weiterhin mein Papa, aber er hat verspielt, tatsächlich, er hat es verspielt. ... Ein erwachsener Mensch oder ein vermeintlich erwachsener Mensch verhält sich so gegenüber seinen Lieben. ... Wo ich mittlerweile denke, also mit dem möchte ich nur noch bedingt was zu tun haben. (Kathrin)*

*Er hat nicht versucht, ein gutes und entspanntes Verhältnis zu uns Kindern aufzubauen, wirkte eher wie eine unsichtbare Bedrohung. Dadurch habe ich es schwer gehabt, ihm nahe zu sein, ihn zu verstehen und später auch ihm zu verzeihen. (I07)*

*Wo soll ich anfangen: Unzuverlässig, unpünktlich, Lügen und Märchen erzählen. Er hat immer so getan, als sei ich seine kleine Tochter und ich sei die beste überhaupt, zumindest vor anderen. Aber bei Geld hörte die Freundschaft auf, er wollte nicht mehr bezahlen und war der Meinung, meine Ausbildung dauert zu lange. Geschenke wurden versprochen und vergessen. (I09)*

*Ich konnte mich als Kind nicht auf sie verlassen. Sie sagte auch immer „Verlass Dich auf andere und du bist verlassen“ oder „Hilf Dir selbst, dann hilft Dir Gott“. Diese zynische Art, das war so lieblos. Die daraus entstehenden Belastungen waren u. a., dass sie ja nun mal mein Menschenvorbild war und ich all dies von ihr lernte und kopierte. (I10)*

*Sie hat mich gedemütigt und erniedrigt. (I11)*

*Ja, dass er nie gesagt hat, dass er mich oder meiner Bruder auch geliebt hat. (I13)*

*Er hat sich nicht für uns (mich) als Person/Mensch interessiert, für ihn war die Leistung wichtig, aber auch nicht so, dass er mich/uns unterstützt hätte mit Schularbeitenhilfe oder auch nur sich zu interessieren, was so los ist. Er war unerreichbar, dabei ein Haustyran, der sich von allen bedienen ließ. (I14)*

*Die Belastung bestand darin, das er mich allein gelassen hat, dass er keinen Unterhalt gezahlt hat, er war nicht mehr im Dialog, ich wurde nicht mehr beschützt und gefördert. (I18)*

*Die Tatsache, dass sie sich nicht für mich interessiert hat, dass sie nie für mich gekämpft hat. Sie ist arbeiten gegangen, um meinen Vater zu besänftigen, dass er nur die Hälfte zahlen muss. Wenn ich krank war, lag ich auf einer Decke im Büro unter ihrem Schreibtisch. „Ich verliere sonst meinen Job“, hat sie gesagt. Später, als ich 13 war, ist sie ganztags arbeiten gegangen und ich musste mir mein Essen selber kochen. „Im Gesetz steht, dass wenn das Kind 14 ist, muss der alleinerziehende Elternteil ganztags arbeiten gehen.“ Ich war einfach immer alleine. Ich war auch sehr häufig krank. ... Sein Gesamtverhalten. Anders kann ich es nicht sagen. Einerseits mich abzuholen, aber andererseits sich nicht um mich zu kümmern. Er wollte mich ja gar nicht wirklich an den Wochenenden da haben. Ich war ihm ja nur lästig. Er hat mich dazu benutzt, auf jemandem rumhacken zu können, um sich selber größer zu fühlen. (I23)*

*Meine Mutter war recht negativ. Das hat genervt. Sie hat uns auch immer mit anderen verglichen. Dadurch war ich mit mir selbst nicht zufrieden. (I24)*

#### *Mangelndes Eingehen auf kindliche Konflikte und Belastungen*

*Problematisch war auch, dass sie mit meinem „Rückzug“ nicht umgehen konnte. Sie nahm dann Nachbarskinder auf den Schoß und warf mir vor, nicht schmusig und liebevoll zu sein. Ich fühlte mich zurückgesetzt. Ich hatte manchmal das Gefühl, dass sie alle anderen lieber mochte als mich. (I26)*

*Ohne Rücksicht auf uns Kinder hat er unsere Mutter öffentlich gedemütigt, hat uns Sperrmüll und Müll mit in die neue Wohnung gegeben. In unserer neuen Wohnung standen damals 2 Kisten alter, unbrauchbarer Schrott. Daraus entstand eine spürbare finanzielle Belastung, ein Gefühl schlechter zu sein als andere oder aber eine schlechtere Kindheit zu haben als andere. (I30)*

*Rauchen und trinken: Man konnte ungut Freunde mitbringen, alle Freunde, so schien es, wuchsen in heilen Familien auf. War unangenehm. Es wurde nicht gespielt, gebastelt, gekocht, etc. Nur der TV war immer da. Heute bevorzuge ich Bücher. (I34)*

### **Unbeschwertheit, Ermutigung**

➤ In der Rückschau kann sich ein Trennungskind mehr Unbeschwertheit und Ermutigung in seiner Kindheit wünschen bzw. diese schmerzlich im Zusammenleben mit einem Elternteil vermissen und dies auf sich selbst negativ beziehen (ich war offensichtlich nur noch eine Belastung für sie).

*Ja, also, mir hat schon viel gefehlt. Ich hätte da Vieles noch mehr gebrauchen können in meinem Kinderleben. Aber es war ja so, wie es ist. Und damit habe ich mich zufrieden gegeben. (Was hätten Sie noch brauchen können?) Tja. Was hätte ich noch brauchen können? Unbeschwertheit. (Kindliche Unbeschwertheit.) Mut. Ja. Mut, etwas zu tun. (Karen)*



*Aber wenn später ihre Freundinnen zu Besuch kamen oder ein Liebhaber, dann war sie fröhlich, witzig und ich konnte es in meinem Zimmer hören. Es gab eine große Sehnsucht in mir, mit ihr fröhlich zu sein. Aber ich war offensichtlich nur noch eine Belastung für sie. Ich habe versucht, mich ganz klein zu machen, unscheinbar zu werden, nur dass ich sie nicht störe. ...*

### **Gespräche, Information gegenüber dem Kind**

➤ Einige Kinder hätten sich in der Rückschau damals mehr Informationen seitens der Eltern vor und im weiteren Verlauf nach der Trennung gewünscht. Besonders wenn es zum völligen Kontaktabbruch zu einem Elternteil kommt oder das Kind sich nur besuchsweise bei den Elternteilen aufhält (Internatsunterbringung), kann zu wenig Austausch über das Trennungsgeschehen sehr unbefriedigend sein und zum Gefühl des Abgeschobenseins führen. Als schwere Belastung kann die Tabuisierung dieses Themas bzw. die gezielte Verweigerung von Gesprächen erlebt werden, da dem Kind die Unterstützung der Erwachsenen in der Verarbeitung der elterlichen Trennung entzogen wird.

Wünsche des Kindes:

*Na ja, also dass sie vielleicht mit mir geredet hätten. (U: Vor der Trennung.) Genau. Dass vor allen Dingen mein Vater mit mir geredet hätte. Weil mit dem hatte ich ja gar nicht mehr die Chance zu reden. (Sonja)*

*Ich hätte wissen wollen, was in der Scheidung passiert ist. Ich hätte nicht abgeschoben werden wollen (ins Internat). Ich hatte niemanden, der mir für mein Alter zugeschnitten die Situation erklärte. Ich stolperte von Überraschung zu Überraschung. (105)*

Belastungserleben; den Eltern noch übel nehmen:

*Ja, ich habe mich damals nicht getraut, das Thema anzusprechen. Weil wir haben halt drei oder vier Jahre über dieses Thema wirklich in der gesamten Familie absolutes Stillschweigen bewahrt. Also außer uns Geschwistern natürlich. (Stefan)*

*Dass sie/er mich unwissend hat lassen. Keine bewusste Auseinandersetzung. (105)*

*Ja alles. Er hat viele Geschichten erzählt und gelogen. (109)*

*Bis ich 34 Jahre war, weigerte sie sich, mit mir über Vergangenes zu sprechen. Das hat dazu geführt, dass ich vieles nicht verstanden habe und somit auch nicht einordnen/verarbeiten konnte. Ich habe mich allein gelassen gefühlt mit meinen Gedanken und schwierigen Gefühlen. ... Mein Vater hat genauso wie meine Mutter sehr selten mit mir über Emotionales gesprochen. Bei vielen Entscheidungen/Gefühlen/Gedanken meinerseits, die ich mit ihm teilen wollte, seine Meinung hören wollte, sagte er immer: „Dazu kann ich nichts sagen, das musst du selber wissen“. Einerseits habe ich das schon als ein sich nicht einmischen wollen verstanden, es hat aber auch dazu geführt, dass ich mich oftmals überfordert gefühlt habe und in Folge auch regressive Verhaltensweisen an den Tag gelegt habe (Nägel kauen, Rückzug, Daumen lutschen, viel schlafen, viele Süßigkeiten essen). (116)*

*Dass er gesagt hat, ich würde (als Kind vor 14 Jahren bei der Entdeckung seiner außerehelichen Beziehung) lügen, obwohl er es besser wusste. (I17)*

*Ja, dass sie nicht ehrlich war. Dass sie nicht offen war. Dass sie noch heute behauptet, wir können über alles reden und wir können immer offen und ehrlich zu einander sein. ... Wenn ich wissen wollte, was ist, wieso es so ist, hat sie mir keine Fragen beantwortet. Ich hätte meine Position, meinen Selbstwert besser finden können, gerade in der Pubertät, wo man Antworten sucht zu seiner Identität (wenn sie mit mir darüber früher gesprochen hätte). Ich habe mit ihr im Kino Kramer gegen Kramer gesehen und wollte mich mit ihr mit dem Thema auseinandersetzen, aber sie ist nicht bereit dazu gewesen. Ich habe mich so naiv und autodidaktisch mit dem Thema auseinandergesetzt. Ich musste mich heimlich nach meinem Vater sehnen, ich konnte meine Schmerz nur verschlüsselt ausleben. Ich wurde bei meiner Trauer nicht begleitet. (I18)*

### **Engagement des getrennt lebenden Elternteils für Kontakterhalt mit dem Kind**

➤ Manche erwachsene Trennungskinder äußern den Wunsch, früher sowohl quantitativ wie auch qualitativ bessere Kontaktmöglichkeiten zum nicht hauptbetreuenden Elternteil gehabt zu haben. Sie sehen als Vorteile für die eigene Entwicklung die Möglichkeit, sich ein eigenes Bild von diesem Elternteil zu machen, dessen Verhalten mit den Berichten der anderen Seite zu vergleichen, weniger Schuldgefühle zu entwickeln sowie auch dessen Ressourcen von liebevoller Zuwendung nutzen zu können. Insofern wird in einem Fragebogen (I22, letzter Abschnitt) die Forderung erhoben, dass auch der hauptbetreuende Elternteil eine verpflichtende Verantwortung hat, diesbezüglich auf den anderen Elternteil einzuwirken, damit es zu einer angemessenen Umgangsregelung kommen kann. Im zweiten Abschnitt kommen Kinder zu Wort, die darunter gelitten haben, dass der getrennt lebende Elternteil nicht mehr Engagement für den Kontakterhalt gezeigt hat. Hier geht es auch um das Erleben, gemeint zu sein und geliebt zu werden. Bei mangelnder Aktivität des Elternteils kann sich eine tief greifende Bindungsverunsicherung einstellen.

Wünsche des Kindes:

*Aber ich hätte gewollt, dass ich meinen Vater sehen kann, also ich glaube sogar, vielleicht sehen kann, wann immer ich möchte. Also nicht immer nur feste Besuchszeiten, aber zumindest das hätte ich mir gewünscht. Weil gerade auch der Freizeitbereich durchaus mit meinem Vater ausgefüllt war und das hätte ich mir gerne auch weiterhin gewünscht. (Sonja)*

*Dadurch, dass Papa ja immer wenig Zeit hatte, ... hätte ich (gerne) häufiger bei ihm geschlafen, ich hätte ja tagsüber nicht viel mit ihm machen können, aber dass ich ihn denn so abends vielleicht häufiger hätte sehen können. ... Das (häufigere Sehen) hätte ich mir schon gewünscht, aber das wäre eh nicht gegangen wegen dieser Entfernung. ... Ja, und ich finde es auch ganz wichtig im Nachhinein, für uns ... war das zeitlich wenige Sehen ein Grund, dass das heute so schwierig ist ... (Es hätte dir gehol-*

fen, wenn er dir mehr Zeit zur Verfügung gestellt hätte?) Ja. Hätte uns geholfen. (Julia)

Also wenn man länger mit ihm zusammen war, fühlte sich das besser an, als wenn man kurz mit ihm zusammen war. ... Das war der Unterschied, dass wir dann auch etwas gemeinsam geplant haben und es war nicht einfach nur so rum sitzen. ... Es war auch anstrengend. Also irgendwo hatte es schöne Anteile, aber trotzdem war es schon auch anstrengend. Also es war nicht nur schön. ... Aber auf der anderen Seite habe ich in dieser Zeit auch wieder so ein bisschen das Gefühl gehabt wie ich es halt früher hatte als kleines Kind, weil er dann auch wieder für mich gesorgt hat, weil er sich um mich gekümmert hat und diese Wärme habe ich ja von meiner Mutter zum Beispiel nicht bekommen. ... Ja, also das war nicht sofort, weil dann kamen erst einmal die Vorwürfe und das Jammern, wie schlecht es ihm geht und nach einer Zeit kam dann auch so ein bisschen das Vertrauen und ein bisschen mehr. (Hella)

Ich hätte mir gewünscht, dass ich auch mal unter der Woche zu ihm kann, selbst wenn es nur 1h ist. Dann hätten wir uns nicht so entfremdet und ich wäre nicht so unter der alleinigen Fuchtel meiner Mutter gewesen. Ich hätte das, was sie mir über ihn erzählt, mit der Realität vergleichen können. (I10)

Wenn er in der Stadt geblieben wäre, hätte man ihn auch mal kurz besuchen können und nicht immer gleich das ganze Wochenende. Dann hätten wir vielleicht regelmäßiger Kontakt haben können. ... Er hatte selber so viele Probleme damit, dass wir nicht mehr bei ihm waren. Er sollte für mich da sein und nicht traurig und wütend, dass das nicht mehr so ist. (I15)

Er hätte mir die Möglichkeit bieten müssen, weiter an seinem Leben teilzunehmen und sich um mich kümmern sollen. Es wäre gut gewesen zu wissen, dass dort noch jemand ist, der mich liebt und zu dem ich gehen kann. Es hätte mir als Kind mehr Sicherheit gegeben. Ich hätte heute ein anderes Selbstwertgefühl. Außerdem hätte ich gern seine Version der Trennung gehört, um mir ein eigenes Bild zu machen und evtl. weniger Schuldgefühle zu haben. (I26)

Sie hätte Stärke beweisen müssen. Egal was sie getan hat, sie war auch trotzdem noch Mutter und sie hätte unseren Vater darauf festnageln müssen, dass es wichtig ist, dass Vater und Mutter Kontakt zueinander haben. (I22)

Als Belastung erlebt, traurig gemacht:

Also ich denk mal so als kleines Kind, als die Familie noch intakt war, dass da natürlich schon meine Mutter den Hauptpart übernommen hat und dass er mitgemacht hat, aber irgendwie er selber nicht so gefordert war. Er einfach das, was er konnte, auch gemacht hat. ... Aber als der Rahmen weg war, da war ich dann ja auch weg, und wie gesagt, mit der Mutter war nun auch das Kind weg ... Ja, vielleicht weil er immer so ein bisschen unsicher war mir gegenüber, dass als ich dann weg war, es für ihn einfach leicht war (zu sagen): Dann ist sie jetzt eben nicht mehr da, so, da muss ich auch nichts mehr tun. Das Band war wohl nicht stark genug. (Alena)

*Das Fernbleiben. Er hat nie Spektakuläres unternommen, um mich zu sehen - etwas, das ich bis heute nicht tolerieren kann. Heute bekomme ich Vorwürfe, warum ich als 13-Jähriger - geschockt und traurig - nie auf meinen Vater und meine Schwester zugegangen wäre. Ein blanker Hohn, der mich wütend macht, weil hier die Rollen in der Verantwortlichkeit eindeutig vertauscht werden, und das zu meinen Nachteil. (I02)*

*(noch übel nehmen) Wie schon oft erwähnt: dass er nie für mich da war, wenn ich ihn in meinem Leben gebraucht habe ... Wenn er sagt, er kommt (dass er dann auch kommt) und nicht immer dieses Hin und Her. Wenn er mich nicht sehen wollte, hätte er nur mal die Wahrheit sagen können. Und diese ständigen Lügen, was seine Arbeit angeht, was für ein toller Hecht er doch sei. Für mich war er zum Schluss einfach nur noch ein Hochstapler und ist er immer noch. (I09)*

*Ja, dass sie nicht versucht hat durchzusetzen, dass sie uns sehen darf. (I14)*

*Er hat meiner Mutter vorgeworfen, nicht gut genug auf uns aufzupassen. Ich fand, das war irgendwie Heuchlerei, denn wer war denn in eine andere Stadt gezogen? (I15)*

*Der Umstand, dass er so wenig Kontakt zu mir hielt, war für mich besonders belastend. Ich bin mir bis heute nicht sicher, ob er mich geliebt und was er für mich empfunden hat. Ich hätte mich gern mit ihm ausgesprochen, aber leider fehlte mir zuerst der Mut und dann ist er gestorben. ... (noch übel nehmen) Dass er - trotz allem Widerstand seiner zweiten Frau und meiner Mutter - mir kein Vater war. (I26)*

*Am traurigsten macht mich dabei, dass er den Kontakt zu seinen Kindern nicht herstellen, halten konnte. (I30)*

### **Gemeinsame Aktivitäten beider Eltern mit dem Kind**

➤ Einige Trennungskinder wünschen sich in der Rückschau, dass sie damals mehr Unternehmungen mit beiden Eltern gemeinsam unternommen hätten (Zoo, Spielplatz), aber auch, dass beide Eltern bei besonderen Veranstaltungen des Kindes (Sport, Choraufführung) dabei gewesen wären.

*Ich hätte auch toll gefunden, wenn die Eltern mal was zusammen mit mir unternommen hätten, es hätten ja noch Opa oder Oma dabei sein können, damit die Emotionen nicht hoch kochen. (I10)*

*Mir wäre es als Kind lieber gewesen, wenn meine Mutter und mein Vater mit uns Kindern mal gemeinsam was unternommen hätten, was für alle Beteiligten angenehm gewesen wäre. Ein gemeinsamer Besuch in einem Restaurant, in den Zirkus oder Zoo oder einfach auf den Spielplatz gehen; das hätte mir bestimmt viel Freude gemacht. (I13)*

*Ich hätte gerne Vater und Mutter gehabt. Ich hätte gern beide Elternteile auf Sportveranstaltungen gesehen oder Choraufführungen. Mein Vater kam nie, wenn meine Mutter kam. Es war fürchterlich. Einmal hatten wir eine Aufführung in einer großen Sporthalle. So groß, dass mein Vater meiner Mutter aus dem Weg gehen konnte. Ich weiß noch, dass ich von einer großen Tribüne zur anderen gelaufen bin....von meiner Mutter auf*

*der einen Seite zu meinem Vater auf der anderen Seite. Ich hätte mir „Gemeinsamkeit“ gewünscht. (I22)*

### **Akzeptanz des Kindes als eigenständige Persönlichkeit**

➤ Einige Trennungskinder formulieren in der Rückschau den Wunsch an ihre Eltern, von diesen als eigenständige Person akzeptiert zu werden, in allen Stärken und Schwächen und in ihren Entscheidungen zur Umgangsregelung. Das Kind möchte in seinen Persönlichkeitszügen und Verhaltensentscheidungen nicht reduziert werden auf (negative, suggestive) Einflüsse eines Elternteils.

*So, die sind zwar noch nicht volljährig, aber sie sind so weit in der Lage, eigene Entscheidungen zu fällen, auch wenn sie natürlich nicht frei sind von der Indoktrination der Mutter und dem Druck der Mutter, aber ich gestehe ihnen jetzt einfach mal zu, dass sie in dieser Situation nicht anders handeln können. ... Aber es war schon so, was ich vorhin geschildert habe, dass ich das nicht verstehen konnte, warum mein Vater das nicht verstehen konnte, wenn wir immer Nein gesagt haben, dass er es nicht akzeptiert hat. (Martin)*

*Sie hätte mich so lieben sollen, wie ich bin, ohne Abneigung gegen meine inneren und äußeren Ähnlichkeiten zu meinem Vater („Du und dein Vater ... eine Fresse!“). (I10)*

### **Als Eltern für sich selbst sorgen können**

➤ Ebenfalls wird von manchen Trennungskindern der Wunsch erklärt, die Eltern hätten damals für sich selbst, das eigene Wohlergehen und die eigene Stabilität mehr sorgen sollen, ggf. hierfür auch Unterstützung suchen müssen, davon hätte man auch als Kind profitiert.

*Sie hätte mehr für sich mehr tun sollen - Therapie, enge Freundschaften, Relaxen. Ich hätte sie so gern mal glücklich gesehen. Nicht immer nur nervös und angespannt. (I10)*

*Ich hätte mir gewünscht, dass er sich helfen lässt und dass er dadurch mehr Platz für uns in seinem Kopf gehabt hätte, anstatt der vielen Wut und der Trauer. (I22)*

*Ich hätte mir gewünscht, sie hätte nicht alles „für uns“ getan, sondern auch ihre Interessen etwas mehr verfolgt. Ich denke, dadurch hätte sie ein etwas ausgefüllteres Privatleben heute und könnte uns nicht genau das „für uns“ vorhalten. (I32)*

*Eine Mutter, die stabil ihr eigenes Leben zu leben vermochte, hätte sicher einiges geändert. (I34)*

### **Delegation von Verantwortung und Pflichten an das Kind**

➤ Im Zuge der Neuordnung der Lebensbezüge nach der Elterntrennung kann es aber auch dazu kommen, dass dem Kind Pflichten und eine Verantwortung zugewiesen wird (so z. B. bei der Geschwisterbetreuung), die es als Belastung empfindet.

Die Belastung war das Gefühl des Verlassenseins und das Übertragen ei-

ner großen Verantwortung. Ich wurde Ersatzmutter für meinen jüngeren Bruder. (I30)

Meine Mutter hat angefangen zu studieren, ich musste für meinen kleinen Bruder Sorgen, konnte keinen Kontakt zu anderen haben. Ich musste immer die Große, Starke sein. (I35)

Abladen von Verantwortung auf meinen Schultern. (I36)

### **Gereiztes, aggressives, cholerasches Verhalten**

➤ Ein häufig gereiztes, als aggressiv oder cholerasch erlebtes Verhalten eines Elternteils wird von einigen der teilnehmenden Kinder als Belastungsfaktor benannt.

*Wie schon erwähnt ihre aufbrausende Art, wo es auch gern mal Backpfeifen gab. Eine falsche Äußerung und ich war der Buhmann. Es gab auch angenehme Phasen, aber es gibt Themen (mein Vater, das Haus), die man besser nicht mit ihr bespricht. (I01)*

*Sie war gereizt und ich hatte den Eindruck, dass sie unter Versagensängsten litt. Sie hatte sich vorgenommen, eine Stellung als Chefsekretärin in einem Industrieunternehmen zu bekommen und musste dafür zu Hause viel lernen. Konflikte mit mir und meiner Schwester entstanden, wenn wir ihre Aufmerksamkeit für uns wollten, wenn dies nicht möglich war. ... Übertriebene Härte, Uneinsichtigkeit, Unnahbarkeit. (I05)*

*Mein Vater war sehr streng und verschlossen, eigentlich war er ein Alptraum von Vater. Launisch, jähzornig, unberechenbar. (I14)*

*Mein Vater war immer sehr cholerasch. Alles schien OK. Und dann ist er explodiert, Situation wurde vermiest. Man konnte sich nie richtig entspannen oder gemeinsam Spaß haben, ohne das man irgendwie unbewusst durch sein Verhalten (das Gefühl bekam), irgend etwas falsch gemacht zu haben. (I24)*

### **Zeigen eigener Bedürftigkeit gegenüber dem Kind; Parentifizierung**

➤ Es wird der rückschauende Wunsch formuliert, damals nicht von den Eltern in deren erwachsene Problemwelt, deren Befindlichkeit und Belastungserleben im Sinne einer Parentifizierung einbezogen worden zu sein. Die innere Verantwortung für die Befindlichkeit der Eltern kann zu einem anhaltenden Überforderungserleben führen und die Entfaltung eigener Lebensbezüge des Kindes und dessen Ablösung beeinträchtigen (s. a. 8.3.3.3). Wie schon oben erwähnt, fühlen sich Kinder in dieser dysfunktionalen Rollenstruktur teilweise in ihrer Bedeutsamkeit aufgewertet und versuchen den Erwartungen möglichst umfassend gerecht zu werden (s. I36, letzter Absatz: „Ich hielt das für Liebe“).

*Wenn ein Kind im Rahmen der elterlichen Trennung und in der Zeit danach von einem Elternteil (Vater) mit einer (impliziten) Suiziddrohung unter Druck gesetzt wird, diesen nicht zu verlassen, kann es möglich sein, dass die damit verbundene Überforderung erst als Erwachsene im Rahmen einer Psychotherapie bewusst werden kann. (Wie sind Sie mit dieser Last umgegangen, mit dieser Verantwortung?) Na ja, ich habe damit gelebt o-*

der wir beide.) (Ist das für ein Kind von 10 Jahren nicht eine große Überforderung?) Ja, sicher. (Haben Sie das gespürt damals?) Nein. (Wann ist Ihnen das deutlich geworden, dass das vielleicht eine ganz große Überforderung war?) Erst in der Therapie. (Maria)

Ja, also beschützen konnte ich sie ja kaum. Nur in dem ich mir sozusagen die Sorgen machte, das war das einzige. Aber so war die Rolle, ja. Ich weiß, als ich mit acht immer besser lesen konnte, es gab so eine Zeitschrift „Gesundheit und für die Frau“ und was weiß ich, ... das waren so die ersten Psychorubriken, wo Frauen hingeschrieben hatten, wie man das jetzt heute kennt. Ja, und sobald ich recht gut lesen konnte, habe ich regelmäßig angefangen, diese Seiten zu lesen. Ich denke mal, ich hab mir Verständnis und Lösungsfähigkeit davon versprochen. (Gabi)

Meine Mutter gab sich im Ganzen Mühe, uns ihr Leid nicht zu zeigen, aber hin und wieder war es nicht zu vermeiden, dass sie klagte und meinen Vater schlecht machte. Da hatten wir ein schlechtes Gewissen und hatten das Gefühl, dass wir auf sie aufpassen und uns gut verhalten müssen, damit es ihr gut geht. (107)

Dass sie solange keine erfüllte Partnerschaft für sich finden konnte, war für mich schlimm, weil ich immer Ersatz war. Ich wollte von ihren Problemen gar nicht soviel wissen. (115)

Er ist in Selbstmitleid zerfließen und hat immer nur seine Trauer gesehen. Außerdem hat er pauschal schlecht über Frauen geredet. Alle würden fremd gehen und belügen und betrügen! Wenn man dann „Tochter“ ist, fühlt man sich dadurch nicht besser. (122)

Dass ich immer die große Vernünftige war, war schwer. Natürlich auch schmeichelhaft, aber oft mit zuviel Verantwortung verbunden, auch wenn ich das damals nicht so überblickte. Ich wurde immer ins Vertrauen gezogen und habe mich so manchmal überfordert. ... Ich wollte ihn immer glücklich machen, aber das ist mir nicht immer gelungen. Ich fühlte mich ihm gegenüber oft verantwortlich, vielleicht wirft mir meine Mutter auch deshalb vor, ich würde ihn in immer Schutz nehmen. (132)

Mich als „Therapeutin“ missbrauchen / echte Verarbeitung vermeiden: Dieses habe ich vorher nur sehr kurz erwähnt. Ich finde es aber wichtig, auf diese Sache noch etwas ausführlicher einzugehen, da ich durch dieses „Zusammenspiel“ im Laufe der Jahre eine ausgeprägte Neurose entwickelte. Meine Mutter hatte das Bedürfnis, ihre Ehe und die Trennung zu verarbeiten, was nur natürlich und nachvollziehbar ist. Leider hat sie aber keinen Therapeuten aufgesucht und hat auch mit keiner (gleichaltrigen!) Freundin über alles geredet, sondern mich dafür benutzt. Letztlich ging es ihr auch gar nicht ernsthaft um eine Verarbeitung. Sie wollte nur ihren ganzen Müll loswerden und hat mich jahrelang dafür missbraucht. Bis zu drei Stunden am Stück hat sie die immergleichen Dinge wiedergekaut, stets im selben Wortlaut wie ein Lied, und ich habe ihr geduldig zugehört und fand das selbstverständlich, weil ich doch ihre Tochter war. Irgendwann hatte sie das Thema „Ehe und Trennung“ durch, und dann kamen andere Themen, z. B. ihre „bösen“ Kolleginnen. Dann redete sie lange Zeit ununterbrochen über ihr Leiden am Arbeitsplatz. Ihre Kindheit und Jugend hat sie mir ebenfalls ausführlich geschildert, aber von Verarbeitung, von (Selbst-) Reflexion, war da nie auch nur die geringste Spur. (136)

*Missbrauch als „Therapeutin“: Hierin stand mein Vater meiner Mutter in keiner Weise nach. Er tat dies in derselben Intensität wie meine Mutter und aus derselben Weigerung heraus, sich wirklich mal mit sich auseinander zu setzen und sich dafür die Hilfe eines Erwachsenen zu holen. ... Und ich habe mir diesen ganzen Blödsinn jahrelang angehört und alle möglichen Versuche gestartet, ihm zu helfen! Ich erkannte nicht, in welches Spiel ich mich hatte verwickeln lassen. Und so befand ich mich mit ihm in einem gruseligen Rollenspiel, bei dem er das arme Opfer war und ich abwechselnd die Retterin/Helferin oder aber die Täterin (wenn er sich gerade mal durch mich verletzt, verraten etc. fühlte). Und ich kam mir auch noch „wichtig“ vor und fühlte mich „gebraucht“. Ich hielt das für Liebe! (I36)*

### **Funktionalisierung des Kindes im Elternkonflikt**

➤ Als ebenfalls sehr beeinträchtigend nehmen Kinder wahr, wenn sie in dem elterlichen Konfliktfeld funktionalisiert werden (im Detail s. a. 8.3.3.3). Hierdurch kann es zur emotionalen Distanzierung des Kindes vom negativ agierenden Elternteil und zur Beziehungsbelastung kommen.

Wünsche:

*Er hätte mich nicht immer als Vertrauensperson für sein Leben nehmen dürfen. (Hella)*

*Sie hätte nicht stark sein sollen und leiden, sondern stark und zufrieden. Ich wollte dafür nicht zuständig sein. Sie war immer so unglücklich, wenn ich lieber bei meinen Freunden war als bei ihr. Ich hätte es leichter gehabt, mich von ihr zu lösen. (I15)*

Belastende Erfahrungen:

*Ich wollte nach L. gehen und das fand er völlig daneben. Das wäre doch idealistisch - und da kam wieder der Vorwurf: Klar, bei der Mutter. Ich habe eine Idealistin als Tochter, und das ist klar, bei der Frau, bei der Mutter, passiert das. (Kathrin)*

*Mein Papa, der hat, glaube ich, ein Problem damit gehabt, die Kontrolle abzugeben. Also der fand das auch so schlimm, dass er über meine Mutter nicht mehr verfügen konnte. Das einzige, worüber er noch verfügen konnte, war ich, und deshalb war ich das Sprachrohr. ... Und später war ich das dann, als ich dann nämlich noch größer wurde mit 18, 19, 21, dann war das auf einmal ich, dann war es auf einmal Geld und so, wo er über mich noch verfügen konnte. ... Es entfernt auf eine ganz merkwürdige Art und Weise, die dann auch tief sitzt. (Julia)*

### **Psychische oder Abhängigkeitserkrankung; Verwahrlosung**

➤ Einige Kinder berichten von ihrem Wunsch, dass ein Elternteil sich damals in Hinblick auf eine bestehende Abhängigkeitserkrankung (Alkohol, Nikotin) hätte helfen lassen sollen. Sie leiten daraus die Möglichkeit ab, sich damals wohler, unbeschwerter, weniger ängstlich gefühlt zu haben und nach außen nicht kaschierend wirken zu müssen. Im zweiten Teil kommt das enorme Belastungserleben der Kinder zum Ausdruck, die zum Teil in der Abhängigkeitserkrankung des Elternteils funktionalisiert werden. Neben dem Verlust von Zuwendung und emotionaler Sicherheit wird die



Scham über das elterliche Verhalten erwähnt.

Wünsche des Kindes:

*Er hätte aufhören können zu trinken und vielleicht mehr und herzlichen Kontakt zu uns haben sollen. Was allerdings darum besser geworden wäre, vermag ich nicht zu beurteilen, er starb ja recht bald. (I07)*

*Mir wäre es lieber gewesen, wenn sie keinen Alkohol getrunken und nicht geraucht hätte. Ich hätte mich in ihrer Umgebung auch körperlich wesentlich wohler gefühlt, wenn ich nicht dauernd voll gequalmt worden wäre. (I13)*

Belastungserleben, noch übel nehmen:

*Meine Mutter hatte eine sehr schwere Zeit, auch wegen der Depressionen, doch dass ich sie jetzt besser verstehe, heilt meine Wunden auch nicht. ... Damals hat mich ihre Depression sehr getroffen und nach meiner Traurigkeit darüber wurde ich wütend auf sie. Heute tut mir das Verhalten leid, doch ich kann auch nicht mit Sicherheit sagen, dass ich mich heute besser verhalten würde. Wahrscheinlich würde ich eine „Mauer“ um meine Gefühle bauen, um mich selbst zu schützen. (k12)*

*Ihre Depressionen, Zerkratzen ihrer Arme, ihre Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, Aufbrausen, Unberechenbarkeit. Ihre Unfähigkeit zu körperlicher Nähe, mangelnde Umarmungen oder Küsse. Ihre Geldgier und Geltungssucht. Sie gab vor ihrem Damenkränzchen mit mir an. Ihre Kontrollsucht, sie musste immer alles über mich und was ich tue wissen. (I10)*

*Trinken, Aggressionen, Streit. (I11)*

*Ja, die Alkoholkrankheit und Nikotinsucht meiner Mutter hat mich sehr belastet. Schon als Kindergartenkind musste ich oft zum Supermarkt gegenüber oder zum Zigaretten-Automaten laufen, um Nachschub zu holen, was ich „gehasst“ habe. Außerdem drohte sie damit sich umzubringen, was mich sehr traurig machte. Ich war oft sehr verzweifelt und fühlte mich für ihr Wohlergehen verantwortlich. Ich habe eigentlich „alles“ getan, was sie von mir verlangt hat und auch nie widersprochen oder nachgefragt, weil ich sie nicht „verlieren“ wollte. (I13)*

*Ja, dass sie ... eine zeitlang ein Alkoholproblem hatte. Im Grunde hat sie uns genauso im Stich gelassen wie mein Vater. (I17)*

*Die größte Belastung war der Alkoholismus meiner Mutter (Quartalstrinkerin). Die Problematik muss aber schon vor der Trennung begonnen haben, war aber wohl trotzdem kein Trennungsgrund. (I20)*

*Sie hatte öfter Panikattacken. (I30)*

*Mein Vater war chaotisch und unordentlich und wollte außerdem nie etwas wegwerfen. Mit dem Ergebnis, dass unser Haus zugemüllt und dreckig war. Und es stank bei uns nach dem scharfen Urin von Ratten und Mäusen - einfach widerlich. ... Seit meinem vierzehnten Lebensjahr verbrachte ich daher sehr viel Zeit mit dem verzweifeltsten Versuch, Ordnung in das Chaos zu bringen. Aber es war ein end- und vollkommen aussichtsloses Unterfangen. ... Das viele Putzen war für mich, glaube ich, weniger schlimm als die Tatsache, dass ich mich jedes Mal, wenn jemand zu uns kam, sehr, sehr, geschämt habe. ... Mein Vater hat sich gelegentlich mit*

*seinen Kumpeln bis zur Besinnungslosigkeit besoffen, und ich hatte dann meine liebe Mühe, ihn heil ins Bett zu kriegen und alles von seinem Erbrochenen zu reinigen. (I36)*

### **Eltern haben nichts richtig gemacht; Sarkastische Bemerkungen**

➤ 13 Kindern haben auf die Frage, was im elterlichen Verhalten damals als unterstützend und hilfreich empfunden wurde, keinerlei Assoziation oder sie machen sarkastisch-verbitterte Bemerkungen.

*Fällt mir nichts ein im Moment. ... Wahrscheinlich nach ein paar Jahren. (Maria)*

*Kann ich nicht sagen. (I32)*

*Mir fällt dazu nichts ein. (I05)*

*Ich befürchte, nichts, was mir bekannt ist. (I07)*

*Sämtliche Klischees eines ausgewogenen Scheidungskrieges zu bedienen. (I02)*

*Nichts, sie hat es voll verrissen. (I10)*

*Satt und sauber. (I18)*

*Ich kann es also leider nicht richtig beantworten. Denn die zwei haben einfach alles falsch gemacht. (I22)*

*Sie hat mich am Leben gehalten, mehr aber auch nicht. (I35)*

## **8.4.2 Bewertung des elterlichen Verhaltens in der Rückschau**

### **Positive Würdigung: Insgesamt gut geschafft**

➤ Manche Kinder kommen in der Rückschau zu einer insgesamt positiven Würdigung des elterlichen Verhaltens und deren Anstrengungen, die damalige, durch die Trennung ausgelöste Lebenskrise zu bewältigen. Besondere Anerkennung wird ausgesprochen, wenn die Eltern sich weiterhin untereinander fair behandelt haben, dem Kind ihre Liebe zeigen konnten und diesem nicht das Gefühl gaben, in die Auseinandersetzungen der Erwachsenen involviert zu sein.

*Ich stelle mir das für sie auch ähnlich grauenhaft vor. Sie hat dann gut 16, 17 Jahre als Hausfrau ihr Leben verbracht quasi und wird dann von einem Tag auf den anderen ins Berufsleben geschmissen. ... Also erst mal ist ihre eigene Perspektive da in dem Moment erloschen, also das war, denke ich mal, für sie nicht einfach. Ihr Lebenspartner hat sie verlassen, sie wurde verlassen, mit uns alleine gelassen mit den ganzen Problemen. Und ich denke mal, sie hat da in dem Moment, glaube ich, das größte Stück Arbeit gehabt, was sie selber zu verarbeiten hatte und das hat sie, glaube ich, von uns allen am Besten gemeistert. (Stefan)*

*Dass beide gesagt haben, sie haben mich lieb. Also ich habe nie das Gefühl bekommen, dass ich der Auslöser bin oder dass es um mich geht. (Gabi)*

*Dass meine Eltern immer versucht haben, zueinander ein gutes Verhältnis zu haben, also eigentlich immer ein gutes Verhältnis hatten. ... Aber dass sie eigentlich immer gut miteinander klar kamen. ... Ja, auf jeden Fall, dass sie sich doch anständig behandelt haben und auch mir gegenüber immer absolut fair waren ... (Fair über den anderen gesprochen haben?) Ja, genau, ja. (Alena)*

*Die Trennung meiner Eltern war aus Kindersicht optimal (sofern man das in diesem Zusammenhang sagen kann)! Sie waren immer und jederzeit beide für mich da, einzeln und auch gemeinsam! Ich bringen ihnen absoluten Respekt dafür entgegen, was sie da geleistet haben ist echt klasse! ... Beide lebten wieder in einer festen Beziehung bzw. waren verheiratet und alle 4 waren jederzeit für mich da! Heute ist es so, dass ich mir keine Familienfeier (egal ob bei mir oder einem meiner Elternteile) mehr vorstellen kann, zu der nicht alle 4 „Elternteile“ kommen. An einem der Weihnachtstage gibt es z. B. bei meinem Vater immer eine kleine Feier mit engen Freunden und dazu sind auch immer meine Mutter und ihr Mann eingeladen... Ich bin so glücklich und so stolz, solche Eltern zu haben! (k00)*

*Sie haben sich beide ideal verhalten, uns alles immer offen erklärt, die Konflikte beredet und uns nicht instrumentalisiert und sind offen mit ihren neuen Partnerschaften umgegangen. (k07)*

*Er hat es gut gemacht. (I16)*

*Keine Tür oder Möglichkeit wurde verschlossen oder verstellt. Die Trennung zwischen meinen Eltern war zwischen meinen Eltern. Die Rahmenbedingungen haben sich geändert, aber beide haben nach der Zeit, die sie brauchten, alles richtig oder so gut wie nichts falsch gemacht. Dass ich mich an keine dramatischen Dinge erinnere, sehe ich als gutes Zeichen. (I06)*

### **Trennung war die bessere Lösung; Verständnis**

➤ Manche Kinder erleben in der Rückschau die elterliche Trennung als die insgesamt bessere Lösung, diese wird als „Befreiung“ oder Entlastung von Konflikten gesehen.

*Ich glaube, je älter ich geworden wäre, hätte ich das immer mehr auch anstößig gefunden, wie mein Vater mit meiner Mutter umgegangen ist. Und vielleicht hätte er mich dann auch irgendwann mit hinein gezogen. Könnte ich mir auch vorstellen. Also ich denke schon, dass es gut war, dass sie sich getrennt haben. Vielleicht hätten sie sich sogar noch eher trennen sollen. Vielleicht hätten die nie heiraten sollen. (Sonja)*

*Und die Vorstellung habe ich auch heute noch: Die werden beide nicht mit jemanden anders richtig alt werden, weil es gar kein anderer mit ihnen so ewig aushält. Die werden auch nicht mehr zusammen wohnen, ich glaub nie, dass das noch mal harmonisch endet, daran glaube ich auf gar keinen Fall. Aber ich werde die trotzdem in ein Haus packen, weil mir bleibt ja gar nichts anderes übrig und dann wird Mama oben wohnen und Papa unten,*

*da müssen sie zusehen. (Lacht) ... Genau, ob sie wollen oder nicht, weil das ist ja ganz niedlich, die werden ja jetzt so alt, das ist natürlich. (Julia)*

*Was die Trennung meiner Eltern betrifft, so habe ich diese eher als Befreiung erlebt. ... Ich bin eigentlich stärker durch die familiäre Gesamtsituation geprägt, nicht unbedingt durch die Trennung, so dass diese aus meiner Sicht nicht einem harmonischen Familienleben, sondern der blanken Katastrophe ein Ende setzte. (k09)*

*Ich glaube, das war das Beste. Auf lange Sicht wären meine Eltern nicht glücklich geworden, jetzt würde ich das verstehen. (l09)*

*Die Trennung meiner Eltern war das Beste, was mir hätte passieren können. Wenn sie sich nicht getrennt hätten, möchte ich nicht wissen, was aus mir geworden wäre. (l24)*

*Sie haben schon immer alles offen ausgetragen. Für ein 3-jähriges Kind vielleicht nicht gerade immer Vertrauen erweckend. Aber im Nachhinein ist mir Emotionalität und Ehrlichkeit miteinander lieber als verlogenes, heimliches Betrügen. (l28)*

*Für meine Eltern war es die beste Entscheidung. Sie hatten sich gegenseitig eingeengt und unwohl gefühlt. Sie waren in ihrem Alltag gefangen und haben nicht mehr an etwas gemeinsam gearbeitet. (k05)*

## **Mitgefühl und Mitleid**

➤ Einige Kinder können für die Eltern und deren damalige (und ggf. bis in die Gegenwart anhaltende) schwierige Lebenssituation Mitgefühl und Traurigkeit über das Unabänderliche oder Nichtgelebte empfinden.

*Jetzt sehe ich das natürlich aus einem anderen Blickwinkel. ... Und deswegen war es für ihn natürlich auch ein Schritt, um einmal komplett alles hier loszulassen. Und das ist für ihn natürlich auch ein Einschnitt gewesen, den er natürlich nicht so gut verkraftet hat. Und da hat er wirklich dran zu arbeiten gehabt. (Stefan)*

*Und bei mir ist es so, ich bin da doch dann sehr von so einer ganz bestimmten wirklichen Liebe überzeugt und nicht von einem Zusammensein des Zusammenseins wegen. Ja, da finde ich es sehr bitter, dass ich eigentlich meine, dass bei meinen Eltern da ganz viel da ist und es trotzdem nicht geklappt hat. (Julia)*

*Ich möchte ihr nichts vorhalten und versuche, mich in ihre Situation von damals hineinzusetzen. Dann empfinde ich aber meistens ein sehr großes Mitleid, was mich genauso traurig macht wie die Gefühle, die ich als Teenager empfunden habe. (k12)*

*Also ich bin kein Psychologe, aber das finde ich ganz klar. Er war bestimmt auch früher schon extrem, was religiöse Themen und so angeht. Aber diese Scheidung hat, glaube ich, einen echten Knacks bei ihm ausgelöst, von dem er sich bis heute nicht erholt hat. Das ist für mich, würde ich jetzt mal sagen, deutlich zu sehen. (Martin)*

*Aus dieser Warte heraus empfinde ich tiefes Mitgefühl für ihn und bin erschrocken über die (scheinbare?) Ausweglosigkeit seiner Situation. Das macht mich wahnsinnig traurig. Denn ich weiß, dass er eigentlich eine Per-*

*le ist und einige wundervolle Eigenschaften hat, mit denen er seinen Mitmenschen (und natürlich auch mir und sich selbst) viel Freude bereiten könnte. (I36)*

### **Trennung an sich nicht schlimm, aber Begleitumstände**

➤ Eine Teilnehmerin erklärt, nicht die Trennung der Eltern an sich, sondern die durch deren konflikthafte Beziehung entstandenen Begleitumstände seien „ein sehr großer Eingriff in unserem Leben“ gewesen.

*Die Scheidung an sich - und das habe ich ihr (der Mutter) schon gesagt - das ist schon ein sehr großer Eingriff in unserem Leben gewesen. Nicht, dass meine Eltern sich geschieden haben, das nicht. Aber diese ganze Beziehung, das war ja, wie ich das eben schon erzählt hab, von Anfang an immer schon eine Schiefelage. (Karen)*

### **Nicht (mehr) übel nehmen**

➤ Einige erwachsene Trennungskinder haben das frühere Gefühl von Wut über die Eltern hinter sich gelassen – es bleibt eher Traurigkeit, Verständnis und Verzeihen, aber auch Leere und der Wunsch, sich nicht mehr mit der Vergangenheit zu beschäftigen.

*Also es war für mich halt eher traurig. Wobei ich nicht mehr wütend bin, kann ich nicht sagen. (Gab es einmal eine Zeit, wo Sie wütend waren?) Ja, sehr wütend. Ich war auf meine Mutter sehr wütend. (Hella)*

*Jetzt nicht mehr. (I00)*

*Nein. Ich habe verstanden, dass sie aufgrund ihrer Biographie, meines Vaters und aufgrund der damaligen Lebenssituation nicht anders konnte. (I16)*

*Mittlerweile glaube ich das nicht mehr. Vor ein paar Jahren war es so. Jetzt bin ich diejenige, die sieht und fühlt, und ich fühle nicht mehr über meinen Vater. Früher hat die Trauer meines Vaters mich beeinflusst. Er tat mir immer so leid. Nun sehe ich das alles mit ein wenig mehr Abstand und ich bin einfach müde und leer und möchte nicht mehr in der Vergangenheit leben. (I22)*

*(I24)*

*Ich habe verzeihen. (I30)*

*Nicht wirklich, denn Zeit lässt sich nicht zurückdrehen. (I32)*

*Nein, heute nicht mehr. (I35)*

*Eigentlich nicht. Ein Gefühl von „übel nehmen“ kann ja eigentlich nur gedeihen, wenn etwas ungeklärt ist. Bis vor einiger Zeit habe ich ihr tatsächlich einiges übel genommen, und ich denke, das wird auch in meinen Ausführungen ... in einer gewissen Härte meiner Formulierungen spürbar, denn diese Passagen habe ich während der ersten Zeit unseres neuen Kontaktes niedergeschrieben, also vor dem Wandel, der inzwischen eingesetzt hat. (I36)*

### **Früheres Verhalten noch übel nehmen; Wut**

➤ Andere erwachsene Trennungskinder wiederum nehmen noch in der Gegenwart ihren Eltern „alles“ übel, sind (noch immer) wütend und lehnen deren Lebensweg und Verhalten vehement ab. Zumindest implizit kommt es bei diversen Äußerungen zum Vorwurf an die Eltern: Ihr habt versagt!

*Ich empfinde das Verhalten meiner Eltern als unverantwortlich und fatal. Sie haben die Chance verpasst, ihr Kind positiv zu prägen und stabil aufwachsen zu lassen. Dafür hätten sie nicht miteinander leben müssen, aber dem Kind das Gefühl zu geben, dass mit seiner Existenz das Elend begonnen hat, ist völlig daneben. (k01)*

*Ich komme nicht damit zurecht, dass weder meine Mutter noch mein Vater mir jemals richtig erklärt haben, was damals eigentlich zwischen ihnen passiert ist. Sie haben zwar beide nie schlecht über den anderen gesprochen, aber man merkt ja trotzdem, dass da einiges passiert ist. Ich nehme es ihnen beiden sehr übel, dass sie sich mehr für sich selbst interessiert haben, als dafür, wie es mir eigentlich geht, keiner ist jemals über seinen Schatten gesprungen. ... Sie hätten sich etwas mehr zusammenreißen müssen, gemeinsam für mich da sein müssen, aber jeder hat nur an sich gedacht und dann erst an mich und das kann es doch nicht sein. Die hatten eine Verantwortung mir gegenüber, das macht mich echt stinkwütend. Auch wenn ich Verständnis dafür habe, dass man mit einem ehemaligen Partner vielleicht nichts mehr zu tun haben will - aber wenn man ein Kind mit ihm in die Welt setzt und das auch noch gewollt, dann geht das nicht so einfach, da kann man nicht den Kontakt auf die monatlichen Unterhaltungszahlungen beschränken. Ich finde, die haben sich benommen wie kleine Kinder. (k08)*

*Meine Eltern haben sich beide uns Kindern gegenüber völlig falsch verhalten. Sie waren beide nicht in der Lage, ihre Konflikte unter sich auszutragen und uns Kinder aus dem Spiel zu lassen. Sie waren beide beziehungsunfähig und sehr unglücklich Menschen. Ich sehe dabei keine Unterschiede in ihrem Verhalten vor bzw. nach der Trennung. (k09)*

*Katastrophal: „Der Kinder wegen“ zusammen bleiben, sie konnten nach Trennung nicht „Eltern bleiben“, haben jahrelang nicht miteinander gesprochen und sich gegenseitig schlecht gemacht. (k14)*

*Alles! Umstände der Trennung, Belastungen bis heute. Bindungstrauma. Auslieferung an Stiefvater. Naive Überantwortung des eigenen Kindes an „fremden“ Mann und Ausgrenzung des leiblichen Vaters. (l03)*

*Ich habe ihr mit Anfang zwanzig viele wütende Vorwürfe gemacht. Sie war dann auch wütend. Irgendwann hat sie dann mal eine Psychotherapie gemacht, im Zuge ihrer Ausbildung zur Supervisorin. Seitdem ist sie ganz souverän und ich immer noch wütend. (l15)*

*Aber dennoch hat er in meinen Augen damals alles falsch gemacht. (l30)Ihren Lebensweg danach kann ich nicht respektieren. Unstet, Alkohol, finanzielle Probleme. ... Sie lebt ein Leben, welches ich in den Grundzügen ablehne. Ratenkäufe, Alkohol, ständige Wohnungs- und Arbeitswechsel, Irrationalität, Instabilität, etc. Der Mann lebt genauso, zusammen treiben sie sich in ihrer Spirale stets weiter. (l34)*

## **Gefühl von Defizit, Belastung, Verlassensein**

Einige erwachsene Trennungskinder schauen mit dem Gefühl von Defiziten, Belastung und Verlassensein auf ihre Kindheit zurück.

*Ich finde das jetzt im Nachhinein schon heftig zu meinen, Kinder mit 10 und 12 Jahren brauchen ihre Mutter nicht mehr, kommen ohne sie klar und halten das alleine aus bei einem Mann, den sie selbst nicht aushalten kann. Also so ein bisschen: Sie rettet sich vor ihm und lässt uns da alleine mit diesem schwierigen Menschen. ...Das finde ich eigentlich schon ein starkes Stück. (Maria)*

*Als ich ca. 20/22 Jahre alt war, wurde mir durch die feste Bindung zu einem jungen Mann und dessen „vollständiges“ Elternhaus ( Vater / Mutter ) erst so richtig bewusst, was mir alles versagt war. Das Aufwachsen mit beiden Elternteilen, verschiedene Meinungen haben, erläutern und gelten lassen war für mich bislang neu. Zu dem Zeitpunkt habe ich angefangen zu bemerken, was ich eigentlich alles nicht bekommen hatte an liebevoller Fürsorge im Elternhaus, an Zeit miteinander und an Gesprächen und Austausch oder nur einfach zusammen in den Urlaub fahren. (k06)*

*Wurde als Kind zum Spielball meiner Eltern, musste viel aushalten, Verantwortung übernehmen, Konflikte lösen. ... Ihr Verhalten nach der Trennung war unerträglich für mich, ihre Unfähigkeit miteinander zu reden war sehr belastend, denn ich musste die Kommunikation übernehmen. (k11)*

*Da ist nichts geblieben, was für mich schön war, das schöne Haus, der Ersatzvater in der WG , dieser Wandel immerzu war das schwerste. (I15)*

*Sie hätten sich nicht so gehen lassen dürfen und auf den Gefühlen der Kinder herumtrampeln dürfen. (I29)*

## **Eltern haben auch nur begrenzt Einfluss auf Entwicklung ihres Kindes**

➤ Bernd äußert in der Gesamtschau, dass aus seiner Sicht die Eltern auf seinen weiteren Werdegang nur begrenzt mit ihrem Verhalten hätten Einfluss nehmen können.

*Grundsätzlich hätte da, glaube ich, keiner was dran ändern können, weil das ist einfach so der Lauf der Zeit. Wenn man halt zur richtigen Zeit am richtigem Ort ist, dann geht man halt da so einen Weg, dann kann halt dann keiner mehr was dran rütteln. (Bernd)*

## **Ich muss – trotz aller Belastungen – meinen eigenen Weg finden**

➤ Hella meint, trotz aller Belastungen in der Vergangenheit und der „Kaputttheit“ der Familie habe sie deren Mitglieder doch auch gerne und versuche, ihren eigenen Weg jenseits einer polarisierten Bewertung zu finden.

*Es ist ja auch nicht so, dass bei uns jetzt alles in Ordnung ist. Ich meine, die ganze Familie ist halt irgendwo kaputt, weil sie wahrscheinlich niemals heil war. Also weil da viele Leute sind, die einfach so große Defizite haben irgendwie, wo ich auch nicht mit klarkomme. Und die ich trotzdem auf irgendeine Art und Weise auch gern habe. Ich habe versucht, für mich jetzt*

*einen Weg zu finden, sie weder besonders gut zu finden noch zu verteideln, das will ich auch nicht. (Hella)*

### **Ihr Eltern müsst euch selbst bemühen, ich engagiere mich nicht (mehr)**

➤ Karen erklärt, ihre Gefühle gegenüber den Eltern seien zu sehr durch Verletzung und „Bockigkeit“ geprägt, so dass sie sich nicht mehr für die Kommunikation zwischen den Eltern einsetze.

*Oder sagen wir mal, ich könnte ja auch was tun für meinen Wunsch, dass sich meine Eltern mal wieder versöhnen oder vertragen oder zumindest noch einmal ... (Austauschen?) Austauschen oder so. Ja. Genau. Aber da bin ich auch zu verletzt oder zu bockig dafür, das machen zu wollen. Also das ist nicht mehr mein Thema. (Da sagen Sie, das ist nicht meine Rolle als Kind.) Ne, ne, genau. (Karen)*

## **8.4.3 Erklärungsmodelle für das damalige elterliche Verhalten**

### **Persönliche Unreife, Unerfahrenheit, Hilflosigkeit, Überforderung**

➤ Einige erwachsene Trennungskinder sehen als Hintergrund für das damalige elterliche Verhalten deren persönliche Unreife, Unerfahrenheit, Hilflosigkeit und Überforderung. Im Fragebogen (I18) und (I20) werden die Antworten mit Fragezeichen gegeben – ein Hinweis, dass dies letztlich ungeklärte Fragen an die Eltern sein können.

*Aus eigener Unerfahrenheit und Unreife. Meine Eltern waren sehr jung, als ich geboren wurde. (I00)*

*Weil sie genauso hilflos waren wie eben Kinder, aber den Anstrich des Erwachsenen wahren mussten. Was lächerlich ist. (I02)*

*Tatsächlich war sie 18 Jahre, als sie meinen Vater heiratete. Da war sie selbst noch nicht recht weit in ihrer Entwicklung. Mit 23 hat sie mich bekommen. Konnte wohl auch nicht anders sein. (I05)*

*Weil sie es nicht besser wussten. (I11)*

*Ich denke, dass meine Eltern selbst überfordert und belastet waren. Sie hatten selbst keine anderen Bewältigungsstrategien gelernt und haben den Druck, den Ärger und die Enttäuschung an mich unreflektiert weiter gegeben. (I13)*

*Sie waren überfordert, es waren ihre Bewältigungsstrategien im Umgang mit Stress, sie haben es nicht anders erfahren - nach vorne schauen, weiter machen, persönliches geht niemanden etwas an. (I16)*

*Überforderung, kein Problembewusstsein, Flucht, Angst? (I18)*

*Sie konnten nicht anders? Sie wussten es nicht besser? (I26)*

*Sie waren selber hilflos und mit der Situation überfordert. Wussten selbst nicht, wohin mit sich und ihren Gefühlen. Vielleicht haben sie sie dann auch teilweise am schwächsten Glied abgelassen. Sie hatten nie Zeit für*



*sich selbst, sondern mussten immer funktionieren und dafür sorgen, dass „das Essen auf dem Tisch stand“. (I29)*

### **Sie haben das gegeben, was sie konnten**

➤ Andere Teilnehmer wiederum meinen, ihre Eltern hätten ihnen gegeben, was ihnen möglich gewesen sei, zu mehr seien sie letztlich – warum auch immer – nicht in der Lage gewesen. Falls belastende Verhaltensweisen entstanden wären, sei dies ohne Absicht gewesen. Insgesamt zeigt sich hier eine gewisse Entlastung der Eltern von Schuld und Verantwortung.

*Ich glaube, dass er mir das gegeben hat, was er mir geben konnte, und zu mehr, glaube ich, war er nicht in der Lage. (Hella)*

*Nein, das will ich ihnen nicht übel nehmen, weil ich glaube, die haben halt das gemacht, was sie machen konnten. Mehr konnten sie halt nicht machen. (Karen)*

*Das war der Anstoß zu verstehen, dass für meine Eltern solche Umstände am Werk waren, dass sie sich nicht anders zu helfen wussten, sie kannten nicht anders, wie man etwas lösen kann. Da sage ich: Okay ich verstehe, dass es so war. Sie hätten schon etwas versuchen können, das hätte sie sehr viel Mut gekostet. ... Es gab diese Möglichkeit. Sie war aber nicht in der Lage, also sie hätten mehr Mut haben müssen. Sie hätten das ändern können, sie haben es doch nicht gemacht, doch nicht gekonnt. (Gabi)*

*Also ganz oft ist es auch dieses Gefühl: Er hat's nicht mit Absicht getan. Oder er ist irgendwie auch nur schwach gewesen und ... Ja, er hat es irgendwie nicht böswillig gemacht. (Maria)*

*Es war in ihren Kreisen normal, sich zu trennen und Selbsterfahrungen zu machen. Mein Vater hat von Gestalttherapie über Yoga und Survival alles abgearbeitet. Meine Mutter wollte einfach zufriedener sein, als sie mit meinem Vater war. Sie haben geheiratet, weil sie schwanger war. Sie haben alles versucht, um es uns leichter zu machen und damit es uns keine Angst macht. In machen Dingen ist dies gelungen, manchmal hat es alle überfordert. ... Meine Eltern, die haben einfach gemacht, was sie konnten. (I15)*

*Warum weiß ich nicht, aber ich bin sicher, es war ohne Absicht. (I20)*

### **Auseinanderfallen von Anspruch und tatsächlicher Kompetenz**

➤ Maria berichtet, erst in ihrer späteren Psychotherapie sei ihr aufgefallen, dass die Selbstdarstellung der Eltern als kompetente Pädagogen und ihr tatsächliches Verhalten weit auseinander gefallen sei.

*Also das Seltsame finde ich also jetzt im Nachhinein, dass meine Eltern ja beide sehr so intellektuell sind und haben viel über Pädagogik gelesen und wie man Kinder behandeln sollte ... und es gibt ja auch ganz viel, was ein Kind so alles braucht, um erwachsen zu werden, also um sich gut zu entwickeln und so. Vom Kopf her wussten die das beide, aber was sie dann tatsächlich so getan haben, das haben sie halt irgendwie nicht so gemerkt. ... Und ich weiß noch, dass mein Vater ganz oft der Meinung war, also zum Beispiel die Eltern von meiner besten Freundin, dass die*

*ganz schreckliche Eltern wären. Und weil er sich so als supertoll empfunden hat. Also das weiß ich noch, dass er irgendwie so ganz stolz auf seine pädagogischen Fähigkeiten war. ... Erst mal habe ich ihm das geglaubt und war immer auf seiner Seite. (Und wann haben Sie entdeckt: Mensch, da fehlt dir ja ganz viel?) Ja, in der Therapie. (Maria)*

### **Überforderung in Mehrfachbelastungen**

➤ Zwei Teilnehmer sehen einen Grund für das elterliche Verhalten in deren Überforderung durch Mehrfachbelastungen.

*Ich denke, das dass damals zuviel für meine Mutter war und sie mit vier Kindern einfach überfordert war und sie sich lieber auf ihr berufliche Laufbahn zu konzentrierte. (k03)*

*Ich habe verstanden, dass sie aufgrund ihrer Biographie, meines Vaters und aufgrund der damaligen Lebenssituation nicht anders konnte. (I16)*

### **Gefangen in ihren Gefühlen; Selbstzentrierung**

➤ Weitere Teilnehmer erwähnen ihren Eindruck, dass die Eltern (oder ein Elternteil) zu stark in ihrem Gefühlserleben gefangen waren oder im Rahmen einer egoistischen Wahrnehmungseinschränkung die Auswirkungen eigener Verhaltensweisen auf das Kind nicht reflektieren konnten.

*Meine Mutter war einfach nicht mehr Herr ihrer Sinne und ich konnte sie mit dem neuen Mann nur ablehnen und zeigte ihm und ihr das auch. (k02)*

*Verletztheit. Wut. Sprachlosigkeit. (I17)*

*Die waren halt egoistisch, oder sie waren nicht realistisch. Sie haben sich zum Beispiel nicht Hilfe geholt, oder waren so in ihren Wahrnehmungen beschränkt. Das muss ich sagen, unrealistisch ist das gewesen. ... Also abgesehen davon, dass sie halt nicht die Auswirkung auf ihre Kinder mitbekommen haben oder sich darum nicht gekümmert haben. (Karen)*

### **Persönlichkeitsstrukturelle Aspekte; konnten nicht anders**

➤ Viele Kinder sehen die Ursachen für elterliches Verhalten in deren Persönlichkeitsstruktur und dass dadurch bedingt andere Optionen nicht umgesetzt werden konnten. Dabei kann es zu beeindruckender Tiefe in dem Verständnis gegenüber dem elterlichen Erleben und Verhalten und einer reifen emotionalen Distanz diesem gegenüber kommen.

*Und meine Mutter beschreibt die Zeit damals wie gesagt: Ich wollte dir unbedingt den Vater erhalten ... Na ja, böse bin ich nicht, ich weiß, dass sie es nicht anders machen konnte, ... sie hat das nicht anders gelernt. Aber es war nicht für mich, sie konnte sich einfach nicht trennen, sie konnte nicht sagen: jetzt ist Schluss. (Gabi)*

*Traurigkeit und dass ich sie halt auch akzeptiert habe, so wie sie ist. Und dass ich einfach glaube, wie soll ich sagen, dass sie nicht zu mehr fähig ist. (Hella)*

*Ich kenne mittlerweile meinen Vater auch gut und erlebe genau das, was meine Mutter erlebt hat, selber. Er hat eine komische Sicht von der Welt.*

*Also ich würde fast mal so sagen, er hat schon eine leichte Störung so. ... Er ist damals in der Ehe super eifersüchtig gewesen. Hat meine Mutter fast nie alleine aus dem Haus gelassen. ... Und er war sehr jähzornig, er hat meine Mutter viel geschlagen. (Manuela)*

*Er ist wirklich auch religiös, fundamentalistisch wäre zu viel, aber er ist stockkonservativ. Nur mal so eine Äußerung: Er lebt so in dieser Welt, meine Mutter lebt noch in Todsünde, weil ... sie wieder geheiratet hat, obwohl sie ja vor der katholischen Kirche noch mit ihm verheiratet ist und sie droht dann in die Hölle zu kommen. Ich weiß nicht mehr, ob er es so artikuliert hat, aber das ist so diese Gedankenwelt. ...*

*Jetzt habe ich jemand anderen, der mich mal in den Arm nimmt, wenn es mir schlecht geht. Meine Mutter kann das leider nicht und das ist etwas, mit dem ich als Kind nicht fertig geworden bin, aber ich glaube, dass das nicht an der Trennung meiner Eltern liegt, sondern sie ist einfach so ein Typ Mensch, der keine Gefühle zeigen kann. (k08)*

*Gewollt hat er mich nie (obwohl er sich doch zur Vaterschaft bekannt hat, als er davon erfahren hat). Er beharrt sehr auf seiner Meinung, ist unzugänglich für Argumente und verschließt sich vor dem Augenscheinlichem. Er sieht in mir, je nach Wahl, ein Kind, mit dem nicht zu reden ist, oder einen Erwachsenen, der schon alles wissen muss. (k15)*

*Mein Vater hatte eher eine Metzgernatur. Er zeigte seine Gefühle nicht. Ich hatte ihn nur einmal weinen sehen. Dies war, als er wusste, dass er sterben müsse. (l05)*

*In der Pubertät und im jungen Erwachsenenalter konnte ich mich gegen die Beschimpfungen und Beschuldigungen meines Vaters nicht wehren, wodurch ich mich oft wert- und nutzlos empfunden habe. Im späteren Erwachsenenalter konnte ich mich mehr und mehr davon distanzieren und erkennen, dass es im Grunde genommen seine Unfähigkeit war, mit sich und seiner Lebenssituation klar zu kommen. ... (l13)*

*Mein Vater hätte definitiv in eine Therapie gehen müssen. Als ich ca. 9 Jahre alt war, bekam er einen Hörsturz und litt an Depressionen. Er war wochenlang im Krankenhaus und wurde behandelt. Danach kam er wieder raus und sagte: nun zeige ich es allen, mir kann keiner mehr etwas. Natürlich ist es wünschenswert, gestärkt aus einer Depression zu gehen, aber mein Vater hatte eine Kampfansage im Kopf. Voll von Frust, Enttäuschung, Wut und Hass! All das steckt noch immer in ihm und ich befürchte, die Hälfte seines Lebens hat er verpasst, denn er trauert noch immer, anstatt die schönen Dinge des Lebens zu genießen. (l22)*

*Er hatte sich schon lange zum ewigen Opfer stilisiert und war offenbar ein Meister der Mythisierung. Denn das ganze tragische Ausmaß seiner Lebenshaltung habe ich erst mit Anfang dreißig (!) begriffen. ... Eifersucht war auch bei meinem Vater ein sehr großes Thema. Er litt ja schon vor der Trennung meiner Eltern an enorm großer Verlustangst. Und nun befand er sich zu allem Übel auch noch in einer Konkurrenzsituation zu meiner Mutter (glaubte er zumindest) und stand wohl unter dem inneren Zwang, mir ständig zu beweisen, dass er der Gute und Liebenswerte war und meine Mutter die Böse. ... Meine Mutter hat sich nie Fragen gestellt und konnte mit den Dingen, die mir durch den Kopf gingen (und auch mit meinen*

*„Produkten“ für die Schule) überhaupt nichts anfangen. Manchmal versuchte ich ihr etwas mitzuteilen, es also mit ihr zu teilen, aber ich lief ins Leere. Da war einfach nichts. Ich glaubte lange Zeit, dass meine Mutter sich einfach nicht für mich interessierte. Heute weiß ich, dass dies nicht so war. Ich war ihr geistig einfach voraus, und sie konnte gar nichts dafür. ... Meine Mutter muss große Schuldgefühle dafür gehabt haben, dass sie „uns“ verlassen hatte. Vielleicht hat sie mir deswegen ihre Ehe und ihre Gefühle dazu in ganzer epischer Breite zugemutet. Vielleicht dachte sie (unbewusst), ich würde sie dann von ihrer Schuld freisprechen. ... Ich sehe bei meiner Mutter auch die Angst, nicht genug abzukriegen, (vom Leben) übervorteilt zu werden. Aus dieser Angst heraus legte sie Verhaltensweisen an den Tag, die sich in Formen von Geiz und Gier zeigten. (I36)*

### **Mangelnde Selbstexploration und -konfrontation der Eltern**

➤ Manche erwachsene Trennungskinder bedauern die mangelnde kritische Selbstreflexion der Eltern (s. a. 8.4.1 „Selbstkritik, Selbstreflexion ...“) und sehen darin eine wesentliche Ursache für deren Verhalten und die dadurch entstandenen Belastungen.

*Ich glaube, dass sie die Augen davor verschlossen haben und es vielleicht sogar gar nicht sehen wollten. Ich glaube, dass sie selbst zu sehr mit sich und ihren Gefühlen beschäftigt waren und dass dort kein Platz für die Sorgen ihrer Kinder war. Ich glaube, dass zumindest mein Vater es versäumt hat, sich helfen zu lassen. Ich glaube, dass es sowohl meiner Mutter als auch meinem Vater zu sehr weh getan hätte, sich wirklich ernsthaft mit uns und diesem Thema zu beschäftigen. In dem Fall waren sie nicht in der Lage, das zu leisten, was Eltern in schlechten Zeiten leisten müssten!!!! (I22)*

*Ich sehe zwei äußerst unreflektierte Erwachsene, die „Opfer“ ihrer Ängste sind und daher gar nicht in der Lage, auch nur ansatzweise konstruktiv zu handeln. Und dann sehe ich da ein Kind, das diese Dinge überhaupt nicht durchschauen kann und in dem Netz mitgefangen ist. Ein dicker gordischer Knoten. ... Die panische Weigerung beider, auch nur einen Nanometer unter die Oberfläche zu sehen und sich damit auseinander zu setzen, hat die Zeit ihrer Trennung für uns alle zu einem undurchdringlichen, entsetzlichen Desaster gemacht. (I36)*

### **Auswirkungen der elterlichen Biografie und Kultur**

➤ Viele Trennungskinder beziehen sich auf die Biografie ihrer Eltern und darin liegende Sozialisations- und Belastungsfaktoren als Ursache für deren späteres Verhalten im Trennungsgeschehen. Dabei wird wiederholt auf Kriegserfahrungen und emotionale Defizite in der Kindheit der Eltern hingewiesen.

*Und dass ich mir auch angeschaut habe, woran das überhaupt liegen könnte. Ich würde sagen, dass es auch innerhalb der Familie von meiner Mutter liegt. Mein Opa ist auch ein sehr, sehr tyrannischer Mensch, das gibt sie bis heute nicht zu. Wenn ich ihr das sage, dann wird das immer abgeblockt. Und meine Oma war ihm auch immer sehr untertan irgendwie*

*und hat auch immer versucht, so die Harmonie zu halten. ... Ja, meine Mutter kann nicht über Gefühle sprechen, überhaupt nicht. (Hella)*

*Also, ich denke, das ist ein Komplex von Gründen, die alle zusammen genommen, das bewirkt haben. Also vielleicht die wichtigsten, die dazu geführt haben: Meine Mutter ist sehr katholisch, genauso wie mein Vater interessanterweise. ... Ich denke, dass bestimmt in ihrem Alter eine Art Torchlusspanik, nenne ich mal, geherrscht hat, als sie meinen Vater gesucht hat. ... Ich glaube, dass sie Angst hatte, keine Kinder mehr bekommen zu können, wenn sie zu alt wird, dann hat sie sich sozusagen meinen Vater ausgesucht oder kennen gelernt, hat einfach sofort geheiratet, so wie das vielleicht früher eher üblich war, ohne sich emotional, geschweige denn sexuell, irgendwie kennen gelernt zu haben. ... Sie dann sehr früh festgestellt, dass es irgendwie nicht geht. ... Und hat dann also gesagt, es muss ja ein absolut einschneidendes Erlebnis gewesen sein, mit diesem Mann kann ich es nicht länger aushalten. ... Und hat dann einfach ganz krass den Schnitt gemacht und gesagt: Ich bin zwar noch schwanger mit meiner Tochter und hab einen Säugling quasi noch als Sohn, aber ich trenne mich jetzt. Ist dann wieder nach H. gezogen zu ihrer Mutter, musste aber mit diesem Schritt absolut nicht klar gekommen sein. Ich nehme an, dass ein sehr starker Hinderungsgrund war, mit der sie absolut nicht klar kommt: Einmal diese klare Entscheidung: Mit dem Menschen kann ich nicht leben. Aber katholisch sagt auch: Bis dass der Tod euch scheidet. (Martin)*

*Meine Mutter hatte nie gelernt, Konflikte auszutragen. Sie war zu jung und ihre Eltern zu steril. (I05)*

*Sie wussten es nicht besser, waren regiert von ihren Emotionen und ihren eigenen unverarbeiteten Kindheitserlebnissen. Meine Mutter und ihre Schwester wurden im Krieg gezeugt, meine Oma holte einen Stiefvater ins Haus. Meines Vaters Vater starb im Krieg, wuchs also auch ohne eigenen Vater auf. (I10)*

*Weil sie unfähig waren, anders zu handeln. Mein Vater hat sich eingeredet, er will uns schützen, indem er uns (in den Iran) wegschickt. Meine Mutter hatte Angst vor meinem Vater und wollte weg. Mein Vater war so verletzt und unfähig, darüber zu sprechen, dass er alles verdrängen musste. (I14)*

*Ein Problem ist sicherlich, dass meine Mutter sich nicht richtig zu ihren eigenen Eltern abgrenzen konnte, schließlich wohnten wir alle zusammen. Dadurch saß ich bei Konflikten zwischen ihr und meinen Großeltern zwischen den Stühlen. (I20)*

*Weil sie selber als Kinder nichts anderes kennen gelernt haben. Dieses Erkenntnis macht mich zwar schlauer, aber leider meine heutigen Probleme nicht kleiner. (I23)*

*Meine Mutter war Flüchtlingskind und wurde sehr überbehütet von meiner recht neurotischen, sehr negativen Oma. Ihre Familie musste neu anfangen in einem fremden Land. Mein Mutter was sehr naiv. ... Er hatte eine schlimme Kindheit (in der Ukraine,) war Halbweise und musste sich durchboxen. Dafür habe ich Verständnis. (I24)*

*Meine Mutter ist in der Tat ein Produkt ihrer entsetzlichen, von Gewalt und Lieblosigkeit ihrer alkoholkranken Mutter in der Nachkriegszeit geprägten Kindheit. Ihr wurde von ihrer Mutter (der Vater war im 2. WK gefallen) nie Achtung oder gar Liebe entgegengebracht, nur ein Gefühl von Wertlosigkeit. Angesichts dessen kann ich manchmal fast noch den Hut ziehen, dass sie ihr Leben trotzdem noch so einigermaßen in den Griff bekommen hat. ... Meine Mutter (und Zwillingsschwester) wurde 1944 geboren, im zerbombten B., der Vater war gefallen. Das allein wären schon genügend Traumata, um viele Spuren zu hinterlassen. Meine Mutter wurde jedoch zusätzlich mit Holzlöffeln geschlagen, bei Ungehorsam in den Keller gesperrt, die Mutter war alkoholkrank. Als sie meinen Vater mit 17 Jahren kennenlernte, hatte sie noch Striemen auf dem Rücken von Schlägen. ... Sie wurde gedemütigt. Sie wurde nicht geliebt. Wie konnte sie sich selbst lieben? Und wie konnte sie dann ihren Mann bzw. ihre Kinder lieben?? Ich bin sicher, sie hat es ganz ehrlich versucht. Die Jahre vor der Scheidung, an die ich mich schwach erinnere, waren toll. Aber man kann eine Rolle nicht ewig spielen, auch wenn sie ehrlich gemeint war. Die sprichwörtlich Päckchen, die sie zu tragen hatte, wurden wohl einfach zu schwer. (I27)*

*Ich glaube es zu wissen: Mein Vater wurde ohne Vater groß, denn der verließ damals sein 8-köpfige Familie über Nacht. Seine Mutter verkaufte dann ihren Körper, um in den Kriegsjahren ihre 6 Kinder durchzubringen. Meine Mutter hat sich zu früh gebunden und Kinder bekommen. Ihr fehlten die Jahre des sich Ausprobierens und Austobens. (I30)*

*Mein Vater hätte schon in jungen Jahren dringend psychotherapeutische Hilfe benötigt. Er war zwei Jahre alt, als sein Vater, ein ungarischer Jude, von den Nazis deportiert und ermordet wurde. Seine Mutter, sein älterer Bruder und er haben den Naziterror nur überlebt, weil sie von nichtjüdischen Freunden versteckt worden waren. Mein Vater läuft seitdem mit diesem schwarzweißen Täter-Opfer-Schema durch die Welt. Da er damals nur zwei Jahre alt war, kann er sich unmöglich an seinen Vater erinnern, so wie dieser wirklich war. Für ihn wurde sein Vater zum Symbol des „Opfers schlechthin“, und mein Vater macht nun seit sechs Jahrzehnten nichts anderes, als das Täter-Opfer-Schema in allen Spielarten immer wieder neu zu beleben. (I36)*

*Sie haben ihre Jugend im Krieg verbracht mit vielen Entbehrungen. Bevor sie sich in der Nachkriegszeit orientiert hatten, hatten sie schon eine Familie mit drei Kindern. Sowie Arbeit und wirtschaftlicher Aufschwung da war, haben sie sich getraut, an sich selbst zu denken. Kinder passten da nicht so gut rein. (I37)*

### **Dysfunktionale Partnerbeziehung der Eltern**

➤ Manche der erwachsenen Trennungskinder sehen in der dysfunktionalen Partnerschaft ihrer Eltern einen wesentlichen Faktor für die weitere Entwicklung und daraus entstandene Belastungen. Dabei werden erwähnt: Zu wenig Kommunikation der Partner untereinander; zu große Unterschiede in Persönlichkeit und Bedürfnissen; asymmetrisches Beziehungsmuster; frühe Schwangerschaft; eheliche Gewalt.

*Das Verhalten meiner Eltern war nicht immer so, wie man es von Erwachsenen erwartet. Mein Vater ist in der Zeit der Trennung zu wenig auf meine Mutter eingegangen und hat gar nicht gemerkt, dass sie dabei ist, sich von ihm zu trennen. Für ihn war es, als ob sie sich plötzlich getrennt hätte, dabei handelte es sich um einen Prozess von etwa 1,5 Jahren. Meine Eltern haben zu wenig miteinander geredet, zu wenig gemeinsam gehabt, eine zu unterschiedliche Erwartungshaltung dem Leben gegenüber gehabt. (k15)*

*Weil sie charakterlich überhaupt nicht zusammen passten. (I01)*

*Sie war meinem Vater vollkommen unterlegen. Dieser, weltoffen und weit gereist, „steckte sie in die Tasche“. Dies faszinierte meine Mutter wohl anfänglich an meinem Vater. Ich bekam dabei mit, dass man der häuslichen Situation ausgeliefert ist und eine Änderung nicht durchgesetzt werden kann. (I05)*

*Sie hatten sich in ihren Lebensanschauungen, Ansprüchen und Erwartungen an den Partner auseinander entwickelt. (I21)*

*Sie haben sich 4 Wochen gekannt, als meine Mutter schwanger wurde. Mein Vater war hin und weg, wollte nichts sehnlicher als eine Familie gründen. Meine Mutter war und ist ein Einsiedlerkrebs mit einem unglaublichen Freiheitsbedürfnis. Für sie war er es nicht. Er aber hatte ein gebrochenes Herz und eine Riesenwut, ich denke über viele Jahre hinweg. Und meine Mutter hatte entsprechend ein schlechtes Gewissen. Da prallen viele unterschiedliche Empfindungen aufeinander. Kein Wunder, dass da eine gemeinsame, geschmeidige Kindererziehung nicht immer ganz reibungslos abläuft. (I28)*

*Sie glaubten, im Recht zu sein. Mama meint, es für uns tun zu müssen, vielleicht um sich nicht zu sehr mit ihren Wünschen auseinander zu setzen. ... Sie haben sich geliebt und auch umeinander gekämpft, aber zu unterschiedlichen Zeitpunkten. Mama erst, als Papa die Scheidung eingereicht hatte und sich eine neue Partnerin suchte. Papa davor, aber da wollte sie nur Distanz. Es sind viel zu viele Missverständnisse passiert und alles ist dadurch kaputt gegangen, dass sie aneinander vorbeigeredet haben. (I32)*

*Meine Mutter musste aus dieser Ehe raus, er hätte sie tot geprügelt. Mein Vater musste sie heiraten, weil ich unterwegs war. (I35)*

### **Mangelnde räumliche und emotionale Trennung**

➤ Ein Fragebogenteilnehmer sieht die Ursache für Belastungen darin, dass beide Eltern nach deren partnerschaftlichen Trennung nach wie vor im gemeinsamen Betrieb eng zusammen gearbeitet und dadurch viel Zeit miteinander verbracht haben. Die dadurch entstandenen Spannungen hätten sich auf die Kinder übertragen.

*Vater und Mutter versuchten zwar in unserer Kindheit, uns ihre beiden Personen zu geben, indem sie lokal anwesend waren, doch beide verband immer eine Art Hassliebe miteinander, durch die Arbeit aneinander gekettet; keiner hat so richtig den Schnitt gemacht und hat sich privat oder beruflich vom anderen losgesagt. Das hat sich natürlich auch auf uns Kinder*

*übertragen; wir haben oft diese Spannung gespürt, wenn sie über alltägliche Dinge des Betriebs sprachen. (k06)*

### **Psychische Probleme, Erkrankung**

➤ Wie schon in 8.4.1 beschrieben, haben nicht wenige Kinder Abhängigkeits- oder psychische Erkrankungen bei ihren Eltern als schwere Belastung erlebt. Entsprechend wird dieser Faktor auch als Ursache für deren Verhalten wiederholt benannt.

*Dass sie die Krankheit (Alkoholismus) akzeptiert und behandeln lässt. Ich wäre viel unbeschwerter gewesen, hätte mich mehr getraut. So hatte ich immer Angst vor Familienfesten, Freunde mit nach Hause zu bringen etc. (I20)*

*Meine Mutter hatte eine sehr schwere Zeit, auch wegen der Depressionen, doch dass ich sie jetzt besser verstehe, heilt meine Wunden auch nicht. Ich möchte ihr nichts vorhalten und versuche, mich in ihre Situation von damals hineinzusetzen. Dann empfinde ich aber meistens ein sehr großes Mitleid, was mich genauso traurig macht wie die Gefühle, die ich als Teenager empfunden habe. (k12)*

*Die Mutter hat mir ihre Probleme anvertraut, da sie auch in psychischer Behandlung war und ihre Probleme scheinbar nicht verarbeiten konnte (heutige Sicht). (I34)*

## **8.4.4 Mögliche Unterstützungsmaßnahmen für Kind und Eltern**

Sowohl in den Gesprächen wie auch in der Internet-Umfrage wurden die erwachsenen Trennungskinder danach gefragt, welche Unterstützung sie sich in der Rückschau für sich selbst oder die Eltern damals hätten vorstellen können. Hierdurch sollte das „Expertenwissen“ der Teilnehmer für mögliche Interventionen in der Arbeit mit Trennungsfamilie genutzt werden.

### **Eine (neutrale) Vertrauensperson zum Reden**

➤ Ca. 30% der Teilnehmer nennen am häufigsten als sinnvolle Unterstützung für sich selbst die Möglichkeit, sich mit einer Vertrauensperson über das eigene Erleben und Belastungen austauschen zu können. Dabei wird oft erwähnt, diese müsse „neutral“ oder „unparteiisch“ sein. Es deutet sich verschiedentlich das kindliche Erleben an, dass Mitglieder der Familie für einen solchen Austausch (insbesondere über trennungsspezifische Themen) ausfallen, weil sie als involviert und selbst belastet angesehen werden. Einige Kinder hätten sich die Botschaft gewünscht: Du bist nicht schuld und wirst geliebt, wie du bist.

*Es hätte eine Person sein müssen, bei der ich mich wohl gefühlt hätte. Ich weiß nicht genau, was für eine Art Mensch ... wäre eigentlich egal gewesen. Hauptsache, man hätte mir das Gefühl von Geborgenheit gegeben. ... (Woran hätten Sie gemerkt, dass der Mensch richtig ist für so etwas?)*



*An der Art, wie er sich mit mir unterhalten hätte. Zum Beispiel, ob er mir zugehört hätte, wie er sich mir gegenüber verhält. Nicht schnell, schnell so reden, sondern auch auf das eingehen, was ich sage. (Yasmin)*

*Also ehrlich gesagt, mir hätte damals ein bisschen eine Betreuung gefehlt, ganz ehrlich gesagt. ... Also sagen wir einmal eine Person, die halt mit der Situation vertraut ist, die das aber von außen halt betrachtet. (Die neutral ist?) Genau, die neutral ist und mit der ich halt quasi meine Gefühle, meine Gedanken hätte besprechen können. Ja, also ich denke mal, da hätte mir so eine ganze normale psychologische Betreuung wahrscheinlich sehr gut geholfen. (Stefan)*

*Wenn Sie mich jetzt nach einer erwachsenen Vertrauensperson fragen, mit der ich über meinen Vater reden konnte, die gab's glaube ich nie. Wen gab's denn überhaupt noch? Es gab Onkeln und Tanten, aber da war's natürlich auch nie Thema, weil das Familie war, das waren ja Schwestern und Brüder. ... Wenn wir öfter mal jemanden gehabt hätten, mit dem wir mal einfach frei von der Leber weg hätten reden können und wo die Ergebnisse auch nicht den Eltern vorgelesen werden, das wäre vielleicht ne schicke Sache gewesen. ... Ich glaube, dass das viel geholfen hätte, wenn das regelmäßig gewesen wäre. (Martin)*

*Na ja, es wäre schon gut, wenn man so etwas wie einen Begleiter hätte, also einen, der nicht parteiisch ist. Mit dem man reden könnte. ... Na ja, dass er halt zuhört und eben nicht die Partei ergreift oder eben fürs Kind. (Sie hätten so jemand gebraucht?) Ja. (Was hätten Sie diesem Menschen mitteilen können, was Sie Ihren Eltern nicht mitteilen können?) Na ja, vielleicht erst mal mehr die alltäglichen Sorgen. Also vielleicht einfach mal jemand, der einen nicht zuquatscht mit seinen Sorgen. (Maria)*

*Ja, ich hätte gerne fremde oder nahe stehende Erwachsene gehabt, die mir die Sache mal erklären. ... Wieso ist das so weit gekommen? Und ist es wirklich so, dass Mama und Papa nicht mehr zusammen kommen und wieso ist da diese Freundin jetzt und wieso habe ich das nicht gemerkt und wie ist das denn mal, wenn Mama einen neuen Mann hat, also muss ich da Angst haben? (Kathrin)*

*Ich hätte jemanden gebraucht, der mit mir redet. (I14)*

*Jemand in meinem Alter. Jemand, der so etwas mit mir auch in anderen Umgebungen (nicht nur in den „Praxisräumen“) aufarbeitet und bespricht. Wäre zwar sehr schwierig, junge Erwachsene (16 bis ...) in irgendeiner Weise in Deutschland beschäftigen zu dürfen, denk ich mal; aber das ist das, was junge Menschen brauchen - jemand Junges. Ich denke, das würde wirklich etwas bringen. (I06)*

*Es gab keine Gesprächsmöglichkeiten mit Personen, die nicht involviert waren. Das hätte ich gebraucht. (I07)*

*Mir hätte ein Ansprechpartner in der Verwandtschaft geholfen, der die Situation und mich verstanden hätte, meinen Eltern gegenüber unparteiisch gewesen wäre. Eine Oma, die Pateneltern, eine Tante, was weiß ich. Vielleicht auch andere Kinder, die ähnliches erlitten haben. Vielleicht ein Kummerkasten, wo ich hätte hinschreiben und ein paar tröstende Worte zurückerhalten hätte. Irgendein Verbündeter hätte geholfen, damit man sich nicht so allein fühlt und außen vor vor den ganzen negativen Emotio-*

*nen der Eltern. ... Mir hätte jemand Vertrautes geholfen, der gesagt hätte: es ist nicht deine Schuld. Du wirst geliebt, wie du bist. ... (I10)*

*Ich hätte eine Person gebraucht, die sich wirklich Zeit für mich nimmt und mich gefragt hätte, wie es mir oder meinen Eltern geht. Eine Person, die mich vielleicht einmal am Tag aus dem „belastenden häuslichen Umfeld“ herausgeholt hätte und mit mir auf den Spielplatz gegangen wäre oder zu der ich hätte zum Essen gehen können, wenn ich hungrig war. (I13)*

*Irgendwas außerhalb der Familie, wo man über Probleme sprechen kann, ohne emotionale Betroffenheit zu erzeugen. Jemanden, der ausgeglichen ist und mich hätte halten können. (I15)*

*Das heißt, ich hätte mir einen Mentor (gewünscht) oder jemanden, der sagt, alles wird gut. ... Ich hätte Gesprächsangebote für mein Seelenheil gebraucht, hatte aber so was durch Bibelstunde und ersten Freund, als Ablenkung eher und nicht zur Verarbeitung, so hat man bis ins Erwachsenenalter gut davon. (I18)*

*Ich hätte eine objektive Person gebraucht, die mir die Trennung erklärt und mir meine Schuldgefühle nimmt. (I26)*

*Ich hätte Vertrauen gebraucht, und jemanden zum Reden. (I29)*

*Vielleicht hätte mir aber schon eine Vertrauensperson, die unabhängig von meinen Eltern war, gut getan. Meine Lehrerin war ja damals gerade selber ein Jahr krank und ich konnte sie nicht oft sehen. Aber so jemand hätte mir vielleicht helfen können, das Gefühl der Einsamkeit zu überwinden, bevor es übermächtig wurde. (I32)*

### **Kinder- bzw. jugendpsychologische Begleitung**

➤ Einige Kinder konkretisieren, dass ihnen damals eine kinder- und jugendpsychologische oder -psychiatrische Begleitung geholfen hätte.

*Also ich glaube, dass mir dann viele Probleme vielleicht auch erspart geblieben wären, die ich dann später erst hatte. (Hella)*

*Eine Betreuung in der ersten Phase der Trennung von einem kompetenten Psychologen hätte mir vielleicht mehr Selbstvertrauen gegeben. Dieses hätte in jedem Falle auf freiwilliger Basis meinerseits erfolgen sollen. (I01)*

*Ich war ja sehr gegen die Therapie, die meine Mutter damals für mich besorgt hat. Aber ich denke, ich hätte es besser machen sollen, um nicht heute mit Verlustängsten zu kämpfen. Da mein Stiefvater die Rolle meines leiblichen Vaters so gut ersetzt hat, bin ich sehr gut davon gekommen. (I09)*

*Ich nehme an, dass eine „lockere“ Form von Therapie sinnvoll gewesen wäre. Es gibt sicher Menschen, die ganz unverbindlich mal ein paar Stunden mit einem Kind verbringen können, um herauszufinden, ob in dieser Seele wirklich alles in Ordnung ist. Es wird viel zu viel geschwiegen. Solche Verletzungen und Verlust sitzen unglaublich tief, ohne es sofort zu wissen. (I22)*

*Ich kann mir vorstellen, dass mir eine langzeitliche therapeutische Betreuung von mir und meiner Mutter geholfen hätte. (I23)*

*Ich hätte dringend die Hilfe eines Psychologen benötigt. Ich habe schon sehr früh psychosomatische Symptome gezeigt und niemand in meiner Umgebung wusste sie zu deuten, geschweige denn überhaupt wahrzunehmen, dass es Hilferufe sowie autoaggressive Handlungen und Symptome waren. (I36)*

### **Haltgebende Einbettung oder Zuwendung anderer Bezugspersonen**

➤ Andere Kinder wiederum hätten sich damals mehr Aufmerksamkeit für ihre Befindlichkeit und Zuwendungszeit von außerfamiliären Bezugspersonen wie Lehrern oder Erziehern gewünscht. Es wird darauf verwiesen, dass ein betroffenes Kind oft nicht in der Lage ist, sich von sich aus mit einem Anliegen an eine Bezugsperson zu wenden, sondern auf dessen Ansprache angewiesen ist.

*Was ich auch wichtig finde, dass vielleicht noch andere Leute ein bisschen darauf achten, ob Kinder Probleme haben durch die Trennung und so. Also das habe ich bei mir auch oft vermisst, dass jemand mich einmal fragt: Was ist denn los mit dir? Lehrer zum Beispiel. Verwandte auch, es hätte schon einige gegeben. (Hella)*

*Mehr Zuwendung von außerhalb durch Lehrer, Sportvereine etc.... (I02)*

*Ich weiß nicht, ob ich mich auf eine Therapeutin hätte einlassen können. ...Vielleicht wären mehr Gespräche mit meiner mir vertrauten Kindergärtnerin hilfreich gewesen. Sie hätte auf mich zukommen müssen, ich hätte das Thema aus Scham nicht aktiv aufgegriffen. (I16)*

### **Erziehungsberatung**

➤ Zehn Teilnehmer der Studie würden in der Rückschau Beratung für die Eltern als hilfreich empfinden, damit diese sich über die Trennungsfolgen bei Kindern, mögliche Belastungshinweise und einen angemessenen Umgang damit informieren können.

*Eine Beratung bezüglich des Verhaltens uns Kindern gegenüber könnte von dem selben Psychologen, der die Kinder betreuen sollte, eine gute Maßnahme gewesen sein. Dieses kann gleichbedeutend mit der Tätigkeit eines Konkursverwalter sein. (I01)*

*Aufklärung über Folgen der Kindesentfremdung, psychosozialen Folgen für Ausgegrenzte. (I03)*

*Ich denke, wenn es damals schon so viele Psycho-Ratgeber, Selbsthilfegruppen und Therapeuten gegeben hätte, wäre es für meine Eltern und mich besser gelaufen. (I10)*

*Jugendamt, Psychologe. Direkte Hilfe durch geeignete Personen. (I11)*

*Mein Vater hätte ein männliches Vorbild gebraucht, welches sich für Familienangelegenheiten interessiert und auch „praktisch“ aufgezeigt hätte, wie ein Mann Kinder betreut und versorgt, damit er auch diese Tätigkeiten für sich als „Mann und Vater“ hätte annehmen können. (I13)*

*Es wäre schön gewesen, wenn meine Mutter sich Entlastung durch professionelle Gespräche geholt hätte und so mit mehr Zeit und Interesse die Entwicklung ihrer Kinder hätte verfolgen können und sich nicht so eine*

*Scheinwelt aufgebaut hätte. Ich als Kind hätte vielleicht mehr an meine Ressourcen kommen können und hätte es leichter gehabt, selbstbewusst meinen Weg zu gehen. (I18)*

*Beide Eltern hätten mal jemanden gebraucht, der ihnen erklärt, was ein Kind braucht und dass es auch für Eltern toll ist, stolz auf sein Kind zu sein und es klasse ist, ein fröhliches Kind zu haben. (I23)*

*Ja! Ihnen hätte jemand erklären müssen, was sie mir mit ihrem Verhalten antun. Eine Mediation wäre evtl. gut gewesen, evtl. auch psychologische Hilfe. (I26)*

*Einflussreiche Menschen, die meinen Vater schütteln und seinen verrückten Charakter wieder ordnen (auf Exfrau böse sein, seine Kinder weiterhin lieben). Einflussreiche Menschen, die meine Mutter schütteln und ihr klar machen, dass sie auch zwei kleine Kinder zu versorgen hat. Und ihre Barbefuche und Männerbekanntschaften vielleicht auf nur 2x im Monat beschränkt und nicht mehrmals die Woche. (I30)*

*Es gab ein oder zweimal Unterstützung von Lehrern. Sie kamen zu uns nach Hause und sprachen mit meiner Mutter. Waren aber eher besorgt um mein Fehlverhalten als um die Ursachen dafür. Der Ansatz war eigentlich gut. Ich hätte mir aber gewünscht, dass die häusliche Situation mehr berücksichtigt worden wäre. Die Lehrer genauer hingeguckt hätten, was los war bei uns. Eventuell auch mal jemanden vom Jugendamt vorbeigeschickt hätten als Unterstützung für meine Mutter. Damit sie mal jemanden gehabt hätte, mit dem sie konstruktiv über ihre Kinder sprechen kann. (I37)*

## **Paar- und Trennungsberatung; Mediation**

➤ Andere erwachsene Trennungskinder stellen eher in den Vordergrund, dass für ihre Eltern eine Paarberatung oder Mediation hilfreich gewesen wäre, um zwischen den Eltern bei Konflikten zu vermitteln (zur Entlastung der funktionalisierten Kinder), sowie ihnen zu helfen, die Trennung zu bewältigen und die Elternfunktion aufrecht zu erhalten.

*Ja, und aus heutiger Sicht würde ich sagen, ich hätte es auch gut gefunden, wenn sie sich vielleicht mal professionell beraten lassen hätten. Wo bei ich nicht weiß, ob es das in der DDR gab, aber wenn es das gegeben hätte, wäre es, glaube ich, sehr sinnvoll gewesen. (Sonja)*

*Jemand, der erkennbar zwischen meinen Eltern vermittelt hätte (auch nach der Scheidung). Dann wäre das nicht mein Job gewesen. (I00)*

*Unterstützung, damit klar zu kommen, die Familie zu trennen und das Scheitern daran wahrzunehmen und zu verkraften. Es eben nicht immer weiter zu tragen. (I15)*

*Mediator zur Vermittlung zwischen meinen Eltern. Keine Rechtsanwälte, die den Streit zu Gunsten ihres eigenen Kontos unterstützen. (I17)*

*Vielleicht eine neutrale Instanz, die unabhängig von Gefühlsbeeinflussung zwischen Mutter und Vater hätte vermitteln können. Nicht um die Ehe zu retten, sondern einen Weg für den zukünftigen Umgang als Nicht-Paar-aber-noch-Eltern zu finden. So wäre mir vielleicht ein Bezug zu beiden erhalten geblieben. ... Eine neutrale Vermittlungsinstanz, die die „Paarge-*

*fühle“ in den Hintergrund rückt und das Kind und die daraus resultierenden Aufgaben in den Vordergrund. (I20)*

*Meine Eltern hätten Hilfsmaßnahmen benötigt!!! Sie waren in jeder Hinsicht völlig überfordert und wir liefen so nebenher. ... Sie brauchten jemand zum Reden. Es wurde nicht über Gefühle, Situationen, wie jemand etwas empfunden hat ... geredet. Damals gab es das alles noch nicht, und abgesehen davon, die Zeit wäre auch nicht gewesen. (I29)*

*Da sie meines Wissens nach nie eine Paartherapie oder die Hilfe eines Mediators gesucht haben, kann ich nur denken, dass es vielleicht dann anders gekommen wäre. (I32)*

### **Einzelberatung, Therapie für die Elternteile**

➤ In dem Angebot einer einzeltherapeutischen Maßnahme für einen (oder beide) Elternteil(e) sehen einige Trennungskinder in der Rückschau eine wichtige Unterstützungsmaßnahme.

*Ja, ich finde jetzt so im Nachhinein, das wäre echt gut gewesen, wenn er sich Freunde oder irgendwelche Erwachsenenhilfe geholt hätte, um damit klar zu kommen. Oder auch eine Therapie. (Maria)*

*Mein Vater hätte definitiv in eine Therapie gehen müssen. Als ich ca. 9 Jahre alt war, bekam er einen Hörsturz und litt an Depressionen. Er war wochenlang im Krankenhaus und wurde behandelt. Danach kam er wieder raus und sagte: nun zeige ich es allen, mir kann keiner mehr etwas. Natürlich ist es wünschenswert, gestärkt aus einer Depression zu gehen, aber mein Vater hatte eine Kampfansage im Kopf. Voll von Frust, Enttäuschung, Wut und Hass! (I22)*

*Für meine Mutter wäre auf jeden Fall eine Psychotherapie von Vorteil gewesen, wobei ich nicht sicher bin, ob sie nicht sogar eine gemacht hat. Ob dadurch die Ehe zu retten gewesen wäre, wage ich jedoch zu bezweifeln. Für eine Therapie wären einige Jahre benötigt worden, und vielleicht wäre als „Ergebnis“ ja sogar eine Trennung angedacht worden. Aber ich bin sicher, meiner Mutter wäre geholfen worden, und sie hätte wahrscheinlich die Jahre nach der Trennung für mich und meine Schwester besser gestaltet. (I27)*

*Psychotherapien, insbesondere für meinen Vater. (I30)*

*Sie hätten beide psychologischer Hilfe bedurft. Ihre gescheiterte Ehe wäre nur der Ausgangspunkt einer langen Reise geworden. (I36)*

### **Mehr Unterstützung durch den Freundeskreis**

➤ Manche Teilnehmer betonen, sie hätten die Unterstützung der Eltern (oder eines Elternteils) durch Freunde oder Bekannte als eine hilfreiche Maßnahme empfunden.

*Dass der Freundeskreis mehr zu meiner Mutter gehalten hätte. (I02)*

*Oder wenn die Freunde, bei denen sie sich aussprachen, sich zusammen mit ihnen hingesetzt hätten. (I32)*

*Ich hätte mir so sehr gewünscht, dass sich mal jemand einmischt, wenn es bei uns so richtig rund ging. Wenn meine Mutter einen neuen Freund an-*

*geschleppt hat. Wenn es handgreifliche Streitigkeiten zwischen ihr und ihren Männern gab. Mein Vater, die Nachbarn, Verwandte hätten sich kümmern sollen. (I37)*

### **Intervention, Richtlinien von außen (Jugendamt)**

➤ Zwei Teilnehmer hätten damals ein klares Eingreifen des Jugendamts sowohl zur Aufrechterhaltung der Umgangsregelung wie auch zur Kontrolle der häuslichen Verhältnisse begrüßt.

*Intervention von außen. Sofortige Kontakte zum Vater, kein Kontaktabbruch. Deutliche Grenzen für Stiefvater und Mutter. (I03)*

*Es hätte sicher keinesfalls geschadet, wenn das Jugendamt in unserem Hause Präsenz gezeigt hätte. Die Verwahrlosung im Haushalt meines Vaters war offensichtlich, und da hätte in irgendeiner Form eingegriffen werden müssen. Da aber sowohl Psychologen als auch das Jugendamt aktiv von Familienmitgliedern oder anderen Personen herangezogen werden müssen, geschah bei uns nichts, weil niemand sie gerufen hat. Es wäre – besonders im späteren Verlauf – hilfreich gewesen, wenn die Unterhaltszahlungen von einer dritten Instanz geregelt und auch ausgeführt worden wären. Es hätte mir so manches schlimme Erlebnis erspart, wenn eine neutrale Instanz die Finanzen kontrolliert hätte und meine Eltern verpflichtet gewesen wären, regelmäßig Rechenschaft abzulegen, ob es ihnen nun gefällt oder nicht. (I36)*

### **Bessere finanzielle Ausstattung; Haushaltshilfe**

➤ Zwei weitere erwachsene Trennungskinder sehen in einer besseren finanziellen Ausstattung von alleinerziehenden Müttern bzw. in der Bereitstellung einer Haushaltshilfe einen wichtigen Unterstützungsfaktor.

*Mehr Geld für Mütter, die vor der Scheidung Hausfrauen waren. (I02)*

*Meine Mutter hätte eine Person gebraucht, die sie bei der Betreuung und Versorgung von uns Kindern im häuslichen Umfeld unterstützt... (I13)*

### **Skepsis: Hätte nichts gebracht; hätten sich nicht eingelassen**

➤ Einige Teilnehmer äußern große Skepsis dahin gehend, dass die Eltern wohl damals jede denkbare Unterstützungsmaßnahme abgelehnt hätten oder diese ohne Wirkung geblieben wäre.

*Auch eine Paartherapie hätte nichts gebracht und nur wegen dem Kind zusammen bleiben bringt nix, das geht irgendwann dann noch schlimmer aus. (I09)*

*Mein Vater und auch meine Mutter hätten sich auf nichts eingelassen. (I14)*

*Meine Eltern hätten nichts angenommen. Gespräche über persönliches mit Fremden sind ihnen suspekt, peinlich. Sie trauen anderen nicht. (I16)*

*Ich wüsste nicht, wie man damals meinen Eltern hätte helfen können. (I24)*

*Aber vielleicht hätten sie die Hilfe auch abgelehnt, in der Meinung, es würde sich schon noch einrenken. (I32)*

*Aber der Punkt ist, dass beide sich bis heute gleichermaßen davor scheuen, diese Reise anzutreten. Wenn sie sich selbst nicht helfen wollen, kann ihnen auch sonst niemand helfen. (I36)*

## 8.5 Die Eltern im Erwachsenenalter des Kindes

Natürlich können die Beziehungen der früheren Trennungskinder zu ihren Eltern mit zunehmendem Alter sämtliche Muster oder Entwicklungen von inniger Verbundenheit bis hin zum vollständigen Kontaktabbruch aufweisen – hier gibt es wahrscheinlich in den grundsätzlichen Strukturen keinen Unterschied zu Kinder aus nicht getrennten Familien. Gleichwohl ist dieser Bereich aus zweierlei Gründen in die Untersuchung mit aufgenommen worden. Zum einen wurde dieses Thema in den persönlichen Gesprächen von den TeilnehmerInnen selbst und mitunter ausführlich behandelt, war also Teil ihrer Wirklichkeit und musste insofern Eingang in die hier versuchte Bestandsaufnahme finden. Zum anderen wurde aus verschiedenen Beiträgen deutlich, dass ein erwachsenes Trennungskind nicht selten die Beziehungsentwicklung zu den Elternteilen im Lichte des früheren Trennungsgeschehens sieht und Einflüsse desselben bis in die Gegenwart als Erklärungsmodell für eine zwischenzeitige oder aktuelle Beziehungsdynamik heranzieht. Bezeichnend hierfür ist etwa die Äußerung von Julia (s. „Dankbarkeit, Verständnis“), die erwähnt, die Mutter sehe in ihrer Tochter viele Eigenschaften des Vaters, damit habe die Mutter es nicht leicht und das könne Julia auch verstehen.

### 8.5.1 Beziehungsentwicklung zur Mutter bis heute

#### Beide Elternteile gleich wichtig

➤ Einige TeilnehmerInnen betonen, ihnen sei eine Unterscheidung der Beziehung zu den Eltern nicht möglich, zu beiden bestehe eine bedeutende bzw. liebevolle Beziehung.

*Für mich sind beide Elternteile mittlerweile gleich wichtig! (k00)*

*Ich sag immer, ich hab es gut, ich liebe beide, finde beide auch so toll, dass ich beide als eigenständige Person wirklich richtig gerne mag und wenn ich mir irgendwelche Freunde raussuchen würde, würde ich mir die beiden schnappen. (Julia)*

#### Dankbarkeit; Verständnis

➤ Manche erwachsene Trennungskinder können Dankbarkeit gegenüber der Mutter oder Verständnis für zwischenzeitige Beziehungsspannungen empfinden (die Tochter zeige in der Wahrnehmung der Mutter viele Eigenschaften des Vaters, mit denen es die Mutter nicht leicht habe).

*Es ist auch ziemlich schwierig für meine Mutter, sie sieht eben viel in mir meinen Papa, also auch die Schwierigkeiten halt. Es sind echt viele Eigenschaften, in denen wir (Vater und Tochter) sehr ähnlich sind, die auch nicht immer unbedingt gut sind. (Julia)*

*Mutter gegenüber sehr dankbar – hat viel getan für uns. (k13)*

### **Herzlich, innig, eng, freundschaftlich**

➤ Etwa ein Drittel aller Teilnehmer im persönlichen Gespräch bzw. der Fragebogenerhebung berichten von einem insgesamt positiven oder inzwischen nach einer Krise wieder normalisierten Verhältnis zu ihrer Mutter (s. nächste Rubrik). In der Mutter-Tochter-Beziehung wird (anders als zum Vater) viel häufiger der Begriff der „Freundschaft“ oder engen Vertrauensperson verwendet („Wir sind zwei Frauen, die sehr guten Kontakt haben“; I30). Einige verweisen auch darauf, dass das Verbringen einer längeren Lebensphase in Zweisamkeit (alleinerziehende Mutter mit Kind) für die weitere Beziehungsentwicklung prägend war (I09), (I28).

*Bei meiner Mutter ist der Austausch schon immer so, also das war nie anders. Also wir sind auch wirklich sehr nah, sehr eng, auch heute noch irgendwo. (Julia)*

*Mit meiner Mutter und meinem Stiefvater verstehe ich mich bestens. wir telefonieren fast täglich und sehen uns etwa einmal die Woche. (k15)*

*Mit großer Herzlichkeit - sie freut sich über den Erfolg unserer Ehe. (I00)*

*War schon immer gut und ist auch heute einfach super. Es ist eine sehr enge und innige Beziehung, auch über große Entfernung. Ich kann nicht beurteilen, wie und ob überhaupt die Trennung dies beeinflusst hat. (I06)*

*Wir haben eine sehr enge Verbindung, da wir Jahre lang alleine waren, bevor mein Stiefvater dazugekommen ist. Ich kann immer auf meine Mutter zählen und sie opfert sich immer noch für mich auf. (I09)*

*Sehr gut. Nach dem ich aus der Pubertät raus war, hatten wir eine enge Bindung zueinander, die sich mittlerweile in eine Freundschaft verwandelt hat. (I12)*

*Als ich in der Pubertät war, wurde meine Mutter zu einer Art guter Freundin. Ich konnte mit Problemen und Liebeskummer zu ihr kommen. Sie hatte ein Ohr für mich und hat mir auch aus ihrem Leben (Thema „erstes Mal“ oder so) erzählt. Sie war offen. Ich durfte viel. Oft mehr als andere meiner Freunde. Sie hat mir vertraut. Das war schön. (I23)*

*Heute habe ich ein einmaliges Verhältnis zu meiner Mutter. Sie ist der wichtigste Mensch in meinem Leben. Deshalb denke ich, hatten wir bereits damals ein besonderes Band. ... Sie war immer innig, eng und sehr vertraut. Wir sind seelenverwandt. ... Durch die Trennung blieb ich ihr einziges Kind und wenn wir zusammen waren, waren es meist nur sie und ich. Vielleicht ist unserer Beziehung dadurch noch enger geworden. (I28)*

*Da ich schnell Verantwortung übernehmen musste, blieb ich autark. Unsere Beziehung ist nicht klassisch mütterlich. Ich habe sie lieb, aber wir sind nicht Mutter und Tochter. Wir sind zwei Frauen, die sehr guten Kontakt*



*haben. Ich kann es nicht beschreiben. In der Jugend war ich stolz darauf, dass sie mich „ziehen“ lässt und vertraut. (I30)*

### **Normalisierung; positive Entwicklung nach vorheriger Krise**

➤ Etwa die Hälfte der oben erwähnten positiv erlebten Beziehungskonstellationen zur Mutter (ein Sechstel der Gesamtstichprobe) formt sich erst nach einer zwischenzeitigen, mitunter mehrjährigen Beziehungskrise, teils auch mit Kontaktabbruch. Der Entstehungshintergrund für die jeweilige emotionale und räumliche Distanzierung wird nicht selten in der Trennung bzw. dem Konflikt der Eltern verortet oder zumindest in einem indirekten Zusammenhang damit gesehen. In (I36) wird in ausführlicher und berührender Weise der Verlauf einer Mutter-Tochter-Beziehung über viele Jahre der Entfernung bis hin zu einem „Wiederfinden“ beschrieben.

*Erst im Alter von 18 Jahren haben wir den Kontakt wieder aufgenommen und ich habe mich auch bei ihr entschuldigt, da ich immer auf der Seite meines Vaters stand und nicht durchblicken konnte, was mit ihnen so abging. Meine Mutter hat mich erzogen, für meinen Vater war ich die Königin, nach der er sich richtete. (k02)*

*Lange Zeit, nach dem ich weggezogen war, war das Verhältnis eher unverbindlich, formal-nett, manchmal auch ablehnend von meiner Seite aus. Sie hat zum Beispiel bis vor kurzer Zeit noch überhaupt nichts von meinem Beruf wissen wollen (der übrigens der meines Vaters geworden ist!). Als ich durch Familienkontakte die Möglichkeit bekam, das Bild von meinem Vater in einigen Punkten gerade zu rücken und ihn besser verstand, wurde auch das Verhältnis zu meiner Mutter von meiner Seite herzlicher und verständnisvoller - allerdings jetzt für beide Elternteile. (I07)*

*Am Anfang sehr schwierig, da ich meiner Mutter die Schuld gegeben habe, dass mein Vater gegangen ist. Dann war ich in der Pubertät allgemein sehr schwierig, aufsässig und sehr launisch und habe mein Äußeres sehr stark verändert (Punker). Heute kann ich nur sagen, dass sie die beste Mutter ist, die man sich wünsch kann, wir haben ein prima Verhältnis. (I09)*

*In der Pubertät habe ich mich von meiner Mutter „getrennt“ und bin zu meinem Vater gezogen. Als junge Erwachsene hatte ich große Schwierigkeiten, das Verhalten meiner Mutter zu akzeptieren, da ich mich ca. bis zum 30. Lebensjahr für sie verantwortlich fühlte. Erst durch mein Hochschulstudium war ich in der Lage, mehr zu differenzieren und zu erkennen, dass meine Mutter für ihr Leben und ihr Verhalten selbst verantwortlich ist. Seitdem geht es mir persönlich im Umgang mit meiner Mutter besser, da ich gelernt habe, sie so zu akzeptieren, wie sie ist. (I13)*

*Das Verhältnis wurde immer schlechter. Nur noch Streit, bis ich ausgezogen bin, seitdem verstehen wir uns sehr gut. (I33)*

*Stress, bis ich 30 war, Kontaktabbruch, vorsichtige Annäherung über 10 Jahre, heute haben wir ein sehr gutes Verhältnis zueinander gefunden. (I35)*

*Zeit bis zum Abitur: Ich habe mich immer mehr von ihr entfernt, obwohl sie durchaus um ein gutes Verhältnis zwischen uns sehr bemüht war. Später konnte ich immer weniger mit meiner Mutter anfangen. Sie hatte eigentlich*

keine Chance bei mir. ... Mit zunehmendem Alter wurde die Kluft zwischen meiner Mutter und mir immer größer. ... Ich glaubte lange Zeit, dass meine Mutter sich einfach nicht für mich interessierte. Heute weiß ich, dass dies nicht so war. Ich war ihr geistig einfach voraus, und sie konnte gar nichts dafür. Aber ich finde, zumindest auf der Herzebene hätte eine Resonanz von ihr kommen können. ... Als ich dann studiert habe, hat mich ihre Haltung mir gegenüber mehr und mehr verletzt. Sie hat mich nicht ein einziges Mal nach Inhalten meines Studiums gefragt. ... So nahmen die Dinge ihren Lauf. Da sie meiner Forderung nicht nachkam, nahm ich mir einen Anwalt, der anhand einer Tabelle ausrechnete, dass meine Mutter mir monatlich knapp tausend Mark Unterhalt zahlen müsse. ... Jahrelang war absolute Funkstille, und ich habe meine Mutter abgrundtief gehasst und unendlich verachtet. In diesen Jahren habe ich viel an / mit mir gearbeitet und mir ein Leben aufgebaut, das mir entspricht und sich richtig anfühlt. ... Im Frühjahr 2006 stellte sich dann plötzlich tiefes Mitgefühl für meine Mutter ein. Es war auf einmal da. Ich sah sie auf einmal ganz anders. Vollkommen hilflos und auf ihre Weise bemüht, die Dinge „richtig“ zu machen. Also schickte ich ihr zu ihrem Geburtstag im Mai eine sehr hübsche Karte, in der ich sie wieder mit „Mama“ anredete. Der Text war kurz, aber er kam aus tiefstem Herzen. Sie antwortete prompt mit einer Karte und bedankte sich überschwänglich für meinen Geburtstagsgruß, der ihr schönsten Geschenk gewesen sei. Sehr langsam näherten wir uns wieder an. ... Im Spätsommer 2007 spürte ich zum ersten Mal eine Veränderung. Ich habe meiner Mutter endlich verständlich machen können (auch das hatte ich im Vorfeld mehrfach wiederholen müssen), dass ich keinerlei Interesse an „Sightseeing“ habe, dass ich ... einfach nur mit meiner Mutter zusammen sein möchte. Und endlich ging es. ... Es war das erste Mal, seit ich denken kann, dass ich das Zusammensein mit meiner Mutter ohne Einschränkung von ganzem Herzen genossen habe. ... Inzwischen hat unsere Beziehung einen kleinen „Quantensprung“ gemacht, denn wir haben uns miteinander ausgesprochen. Im vergangenen Oktober war sie das erste Mal bei mir zu Besuch. ... Seitdem hat sich meine Sicht auf meine Mutter sehr gewandelt. Die Eigenschaften, die ich als negativ wahrnehme, bringen mich nicht mehr aus der Fassung. Ich kann viel liebevoller damit umgehen, ohne auf eine „Strategie“ zurückgreifen zu müssen. Aber was vielleicht viel wichtiger ist: Die schönen Eigenschaften meiner Mutter können jetzt mehr und mehr in den Vordergrund treten. (136)

### **Freundlich – mit Sicherheitsabstand**

➤ Einige Trennungskinder haben (inzwischen) zu der Mutter eine freundliche Grundhaltung, einhergehend mit einer gewissen schützenden Distanz entwickelt, eine Art lebbarer Kompromiss zwischen vertrauensvoller Innigkeit und vollständigem Rückzug bzw. Kontaktabbruch.

*Ich nehme es ihnen beiden (Eltern) sehr übel, dass sie sich mehr für sich selbst interessiert haben, als darum, wie es mir eigentlich geht, keiner ist jemals über seinen Schatten gesprungen. Das ist ein großes Problem vor allem meiner Mutter gegenüber, was dazugeführt hat, dass ich kein sehr inniges Verhältnis zu meiner Mutter habe. ... Besser ist die ganze Situation geworden, als ich von Zuhause auszug und seit nunmehr 6 Jahren*

*mein eigenes Leben führte. Durch den Abstand hat sich ein freundschaftliches Verhältnis entwickelt, mit dem ich mich zufrieden gebe. Meine Mutter ist ein sehr reservierter Mensch und inzwischen habe ich mich damit abgefunden. (k08)*

*Ich denke, die Distanz zu ihr hängt auch damit zusammen, dass ich von ihr seid der Teenager-Zeit keine physische Nähe erfahren habe, was ich als sehr unnormal empfand. Mittlerweile komme ich damit zurecht, doch früher hat auch das mich verletzt. (k12)*

*Zu Mutter wegen der Misshandlungen sehr gestörtes Verhältnis, nach Therapie besser, es gab auch ein paar gemeinsame Gespräche, jetzt ein bisschen distanziert, aber angenehmer Kontakt. (k14)*

*Mittlerweile gutes Verhältnis mit bestimmten Distanzen, die niemand außer meiner Schwester versteht. ... Freundschaftliches Verhältnis, mit gewissen Distanzen. (l17)*

*Zum Beispiel spüre ich nach wie vor eine gewisse innere Distanz zu meiner Mutter und das Bedürfnis, einen „Sicherheitsabstand“ zu wahren, wenn dieser auch bei weitem nicht mehr so groß ist wie noch vor einem Jahr. (l36)*

### **Ablösungsprobleme**

➤ Einige weibliche Trennungskinder berichten von Schwierigkeiten, nicht selten nach einer längeren Phase des ausschließlichen Zusammenlebens mit der alleinerziehenden Mutter, sich gegenseitig voneinander emotional zu lösen und voneinander unabhängige Lebensbezüge aufzubauen.

*Das ging immer so weiter, dass ich zu Hause wohnte, und ich hab dann nachher eine Ausbildung gemacht, und als ich dann nachher 18 war oder so, natürlich fand ich mal einen Freund oder einen Mann gut. Aber ich habe richtig gefühlt, so lange ich hier mit meiner Mutter wohne, ist das nicht möglich. ... weil das war wohl nicht gewünscht, ich hätte das gar nicht gegenüber meiner Mutter durchsetzen können. So hatte ich das Gefühl. Es war auch kein Platz dafür. Sagen wir mal so. (Karen)*

*Also wir waren zu nah, eine ganz lange Zeit waren wir zu nah. Und ich musste mich auch sehr brutal von ihr lösen, als ich zum Beispiel ausgezogen bin. Ich bin einfach ausgezogen. ... Ich mag mich da gar nicht irgendwie drüberstellen und das beurteilen, aber es wäre ihr, glaube ich, besser gegangen und mir sicherlich auf eine andere Art und Weise auch, wenn wir nicht immer so nah gewesen wären. (Kathrin)*

*Haben mittlerweile hoffentlich das geschafft, uns von einander zu lösen. Da bin ich, glaube ich, schon besser, sie hängt da noch ein bisschen zurück. (Julia)*

### **Kontakt belastet, ambivalent, anstrengend, distanziert**

➤ Ca. jedes fünfte teilnehmende Trennungskind berichtet von einem belasteten, anstrengenden, distanzierten oder ambivalenten Kontakt zur Mutter („Die beste Freundin und der übermächtigste Schatten“). Manchmal kann auch ein früheres Lebensgefühl das Kind mit Macht ergreifen, den Atem nehmen, bevor recht schnell das „erwachsene“ Be-

ziehungserleben wieder stabilisiert ist (I29).

*Aber ich kann immer noch nicht allen Leuten erzählen, dass zum Beispiel meine Mutter mit ihrem Schwager verheiratet ist. Da habe ich immer noch eine Hemmschwelle. Das ist ganz komisch, innen drin ist irgendein Knoten immer noch bis heute, dass ich nicht so ganz offen sein kann. ... Meine Tochter ist auch so begeistert von meiner Mutter, die lieben sich wirklich, die sind ein Herz und eine Seele. Und dann bin ich immer in diesem Konflikt zwischen ein bisschen egoistisch sein und Abstand halten und dann aber wieder so zusammen zu kommen. (Gisela)*

*Mal verstehen wir uns und mal streiten wir uns die ganze Zeit. Ich denke schon, dass das auch mit der Trennung zusammenhängt. Meine Vater war die permanente Bezugsperson und musste zeitweise Vater und Mutter gleichzeitig sein. Ich denke auch, dass meine Mutter zu sehr mit sich beschäftigt war, als dass sie eine gute Mutter sein konnte. Ich weiß, dass ihr es unheimlich Leid tut, dass sie damals weggegangen ist zum Studieren und dass sie immer mit sich im Konflikt war. (k12)*

*Kann ich nicht einschätzen. Mal gut, mal schlecht – wir sind sehr ehrlich zueinander. ... Ich kann mit ihr nicht über Dinge reden, die mich wirklich beschäftigen. Es ist eigentlich ein ziemlich unangemessenes und dummes Verhältnis. Was allerdings mit mir selbst zu tun hat und meiner aktuell brennenden Unzufriedenheit im Leben selber. (I02)*

*Das Verhältnis war / ist in der Pubertät, im jungen Erwachsenenalter und auch heute distanziert. Wir hatten / haben wenig Kontakt. ... Im Rahmen meiner therapeutischen Selbsterfahrung habe ich viel Verständnis für meine Enttäuschung erhalten und konnte sie in Folge ein Stück hinter mir lassen. ... Auch habe ich meine Mutter immer bewundert für ihre Haltung, Schönheit und Sinnlichkeit. Heute treffen wir so ca. 4 mal im Jahr aufeinander und das sind wirklich nette, interessante und inspirierende Abende. Aber in mir ist immer noch eine große Verletztheit und eine Angst vor erneuter Kränkung, die verhindert, dass ich mehr Kontakt zulasse. ... Ihr Rückzug, Desinteresse (durch eigene Überforderung?) und auch ihre zeitweiligen verletzenden Äußerungen haben mich verunsichert und vorsichtig gemacht. (I16)*

*Die normale Distanz und Ablösungsprozesse in der Pubertät habe ich mir durch Literatur und Freunde erarbeitet, meine Mutter hat mit Schuldzuweisungen dagegen gesteuert. Ich bin mit 18 mit meinem jetzigen Mann zusammengezogen und sie hat immer versucht, wieder Einfluss auf mich aus zu üben. ... Unser Verhältnis ist ambivalent. Sie beschimpft mich und sagt, wie sehr sie mich liebt und das dies doch das wichtigste ist, aber ich sei als Kind undankbar. Sie ist für mich furchtbar anstrengend ... Sie manipuliert heute immer noch bzw. versucht sie es und ist beleidigt, wenn es ihr nicht gelingt. Der Kontakt wird daraufhin unterbrochen. (I18)*

*Immer ambivalent. Die beste Freundin und der übermächtigste Schatten. Sie hat unendlich viel gegeben (Liebe, Zuwendung, Unterstützung - auch in finanzieller Hinsicht) und andererseits kehrte sich das Verhältnis oft genug durch das Trinken um. Richtig erwachsen bin ich wohl erst nach ihrem Tod geworden. Sie hat vieles richtig gemacht und wird mir bei meiner Tochter oft Vorbild sein. Oft bewundere ich noch, was sie alles geschafft hat und oft genug tut sie mir noch heute unendlich Leid, weil sie sich*

*selbst im Weg stand. Sie fehlt sehr und andererseits weiß ich auch, dass vieles noch jetzt komplizierter wäre, wäre sie noch da. (I20)*

*Ich bin meiner Mutter gegenüber bis heute sehr ambivalent. Ich habe sie oft als sehr schwach erlebt und dadurch sehr früh Verantwortung – auch für ihre Belange – übernommen. Ich weiß, welche Fehler sie anlässlich der Trennung gemacht hat und bin darüber oft noch sehr wütend auf sie. Ich liebe sie einerseits, andererseits gibt es keine wirkliche Nähe zwischen uns. Ich will niemals so sein wie sie, wenngleich ich ihre praktischen Lebensfähigkeiten schätze und ihre Leistung, mich allein durchzubringen, anerkenne. Ja! Ich hasse und ich liebe sie, ohne mir ihrer Liebe wirklich sicher zu sein. (I26)*

*Nur manchmal erkenne ich einen gehässigen Gesichtsausdruck an ihr, der mich an früher erinnert und dann würde ich am liebsten „reinhauen“. Dann merke ich, wie ich dieses Gefühl bekomme, als würde ich gleich platzen, kommt aus der Herzgegend über die gesamte Breite des Brustkorbes hoch. Irgendwie fahre ich innerlich aber sofort wieder runter. (I29)*

*Ich sehe meine Mutter ganz klar kritischer und fühle mich von ihr weniger verstanden, als ich immer dachte. Sie ist mir zu dominant geworden. Aufgefallen ist es mir erst jetzt so deutlich, weil ich vielfach ihrer Meinung bin. Aber durch meine eigene Familie entwickle ich mich immer mehr zu einem eigenständigen Menschen und dadurch wird ihr Verhalten für mich, jede Hilfsbereitschaft, zu einer Herausforderung. Das bedaure ich, denn eigentlich fühlte ich mich immer seelenverwandt mit ihr, glaubte, dass wir uns ohne Worte verstehen. Nun merke ich, dass ich wohl doch mehr nach meinem Vater komme. (I32)*

### **Wenig Nähe, Tiefe, Gefühlskälte**

➤ Einige Trennungskinder erleben als Erwachsene die Beziehung zu ihrer Mutter wenig nah und tief oder gar als gefühlskalt.

*Also schon so, dass sie eben vom Kopf her weiß dann doch manchmal, was man so als gute Mutter tut, aber nicht vom Herz. ... Intellektuell versucht sie ja, eine gute Mutter zu sein, aber eigentlich aus meiner Sicht ist sie eine herzlose Mutter. (Maria)*

*Die Beziehung zu meiner Mutter ist nach wie vor von Gefühlskälte geprägt. Meine Mutter ist inzwischen hilfsbedürftig und ich muss mich um sie kümmern, obwohl sie ca. 250 km von mir entfernt lebt. Ich muss ihre finanziellen Angelegenheiten regeln und fahre einmal im Monat zu ihr, um sie zu unterstützen. Man kann sagen, ich widme ihr sehr viel mehr Aufmerksamkeit, als sie mir je hat zukommen lassen. Zur Zeit arbeite ich daran, meine Unterstützung klar zu strukturieren und damit klare Grenzen zu ziehen. Ich bin nämlich nicht bereit, mich für meine Mutter aufzureiben. Sie ganz hängen zu lassen kann ich aber leider auch nicht mit meinem Gewissen vereinbaren. (k09)*

*Ich kann ihr Verhalten weder verstehen noch verzeihen. Ich kann nicht mehr ihre damaligen vielen Lügen, Manipulationen usw. ertragen, die lebt sie heute noch aus. (I10)*

*Als ich erwachsen war, hab ich sie als nicht wirklich zugänglich empfunden. Umarmungen mochte sie nie bzw. ist gleich in Tränen ausgebrochen. (I14)*

*Ich habe sie nie auf die Vergangenheit angesprochen. Unsere Beziehung heute ist nicht tief. (I27)*

### **Beständige Abgrenzung notwendig; Abstand tut gut**

➤ Drei TeilnehmerInnen betonen, dass sie sich bis in die Gegenwart von ihrer Mutter emotional abgrenzen müssen. Hierfür werden zwei Begründungen gesehen: Zum einen die Übergriffigkeit der Mutter und ihre mangelnde Fähigkeit, ihr erwachsenes Kind als eigenständig und autonom in seinen Entscheidungen zu respektieren. Zum anderen die von Kind erlebte Notwendigkeit, sich von dem fortbestehenden Elternkonflikt zu distanzieren und sich darin nicht funktionalisieren zu lassen (I32).

*Aber heute sage ich so: Das war die beste Entscheidung, die ich machen oder die ich haben konnte und das bereue ich nicht und das würde ich auch immer wieder machen und seit dem geht es mir besser. Kontinuierlich. ... Der Abstand tut mir sehr gut. Und ich habe immer das Gefühl, ich kann machen, was ich möchte, und ich kann das so machen, wie ich es möchte, und ich mach es so und dann ist es auch richtig für mich, lasse mir auch von meiner Familie nicht herein reden. ... Wenn ich zu Hause geblieben wäre, dann hätte ich gar nicht die Kraft gehabt mich durchzusetzen. So war ich weit genug weg, machst das einfach und ja, das waren dann einfach vollendete Tatsachen. Und dann bin ich auch ruhiger geworden. (Sonja)*

*Das Symbiotische daran ist für mich immer noch schwer. Als mein erstes Kind geboren ist, wollte ich nicht, dass sie es auf den Arm nimmt. Sie hat immer recht, immer noch und sie lässt nicht los. ... Wir hatten und haben bis heute Probleme damit, dass ich mich zum Teil heftig abgrenze und sie sehr verletzt ist. Wir haben immer viel über diese Dinge gesprochen, aber das hat das nicht wirklich „geheilt“. Ihr tut es leid, wie es so war mit ihrer Traurigkeit. Wenn sie über meine drei Kinder spricht, habe ich manchmal das Gefühl, sie redet über mich und die drei, als wären wir alle ihre Kinder, ich also auch noch ein Kind. Sie hatte immer Angst um mich und versucht durch genaues Wissen zu kontrollieren. Ich habe immer noch das Gefühl, dass sie erwartet, über alles informiert zu werden. Ich versuche mich dem zu entziehen, manchmal aber auch ohne Erfolg. Und wie das so ist, sie hat natürlich wirklich öfter mal recht, aber will man das? (I15)*

*Inzwischen kann ich zwar sagen: Lass mich da raus. Aber das ist sehr schwierig. Zuletzt (in diesem Jahr!) ging es um eine Versicherung, die beide noch zu Ehezeiten abgeschlossen hatten und die Papa nach der Scheidung weiterführen sollte. Aber als er arbeitslos wurde, hat er sie aufgelöst, ohne Einverständnis meiner Mutter. Sie hat nun verlangt, dass Papa das Geld, dass sie damals einzahlte, anteilig an uns Schwestern überweisen solle. Mama sagte uns zwar, dass sie das Papa geschrieben habe, aber als es sich dann zuspitzte, wurde es zuviel. Papa sah eine Verschwörung ihm gegenüber. Mama wollte nicht nachgeben, weil sie ja immer nachgegeben hat und so weiter. Als ich sagte, dass ich keine Position einnehmen wolle und auch kein Anspruch auf dieses Geld erheben werde,*

*sah Mama es als regelrechten Verrat an ihr. Sie hat ja immer nur alles für uns getan. Sie wolle die Klage nun meinetwegen aufgeben, weil ich ja so ein Problem damit hätte. Aber das ist auch falsch, habe ich ihr gesagt. Sie soll es für sich tun und uns raus lassen. Nur so werden wir nicht länger immer wieder im Mittelpunkt von diesen Problemen sein. Und für sie klärt sich vielleicht ja auch mal was. (I32)*

### **Rollenumkehr**

➤ Mitunter wird auch im Erwachsenenalter des Trennungskindes eine (ggf. fortbestehende) Rollenumkehr erlebt, teils auch begründet im fortschreitenden Alter der Mutter und dadurch bedingte Hilfsbedürftigkeit.

*So dass ich wieder in eine Rolle jetzt für meine Mutter geraten bin: Ich regele für sie, ich schicke sie zum Arzt, ich schicke sie zu Untersuchungen, ich strebe an, dass sie jetzt endlich mal eine Therapie macht. Also eine Gesprächstherapie und ich möchte auch, dass sie Tabletten erst mal nimmt. Ich möchte endlich, dass sie für sich glücklich ist, dass sie so die Lage akzeptiert, wie sie hier ist. ... Und zwar jetzt ist es so, dass ich ja deutlich älter bin und jetzt habe ich das Gefühl, ich muss noch mehr leisten, weil ich noch mehr kann. ... Also teilweise sagt sie selber: Du bist ja die Mutter für mich. (Gabi)*

*Meine Beziehung zu meiner Mutter drehte sich plötzlich, inzwischen haben wir die Rollen getauscht. Ich übernehme durch die Schuldgefühle viel Verantwortung und kann schlecht etwas ablehnen oder nein sagen. Ich habe sehr große Verlustängste und lasse mich durch ihre Meinung sehr beeinflussen. (k05)*

*Ich fühle mich nicht als ihr Kind, sondern jetzt als fürsorgliche Freundin, da meine Mutter inzwischen alt und pflegebedürftig ist. Das Gefühl, eine richtige (fürsorgliche) Mutter zu haben, habe ich nie gehabt. (I14)*

*Ich würde sagen, dass ich versucht habe, für sie da zu sein. Ich habe ihr zugehört und mich um sie gekümmert. Wenn man so will, habe ich die Mutterrolle übernommen. (I22)*

### **Ich erkenne das Drama des Lebens meiner Mutter**

➤ Die Teilnehmerin (I27) schildert beeindruckend, auf welche Weise sie auf Lebensentscheidungen ihrer Mutter schaut, die sich direkt auf die eigene Entwicklung ausgewirkt haben, wie Fassungslosigkeit und Wut schließlich dem Mitleid wichen, den mütterlichen Schwächen mit Toleranz begegnet wird, gleichwohl die Beziehung als wenig tief, aber akzeptierend „im Wissen des Gesamtbildes“ gelebt wird.

*In den folgenden Jahren erfuhr ich immer mehr Dinge, die sich ereignet hatten, als wir Kinder waren (z. B. dass sie weggehen wollte und uns bei Oma und Opa lassen, das Fremdgehen) und Dinge, die sie getan hatte, zeigten sich retrospektiv natürlich in einem anderen Licht. Ich stellte mir immer öfter die Frage: Wie konnte sie uns das antun?? Nach der Scheidung war für ihren Neuanfang für uns Kinder scheinbar nicht mehr genug Platz. Die anfängliche Fassungslosigkeit und Wut sind aber bereits seit langem verraucht. Ich habe sie nie auf die Vergangenheit angesprochen. Unsere Beziehung heute ist nicht tief. Meine Mutter ist in der Tat ein Pro-*

*dukt ihrer entsetzlichen, von Gewalt und Lieblosigkeit ihrer alkoholkranken Mutter in der Nachkriegszeit geprägten Kindheit. ... Der Abstand zu meiner Mutter (der übrigens räumlich 800 km beträgt) ist im Moment so, dass ich eher Mitleid fühle und über ihre unerfreulichen Eigenschaften hinwegsehen kann ... Wenn ich das so aufschreibe, klingt es ja ganz furchtbar!!! Heute sehe ich meine Mutter als eine verbitterte Frau, die ihr Leben verpuscht hat und sie tut mir oft Leid. Wie es wäre, wenn sie in der Nähe wohnen würde, kann ich nicht sagen. Wenn sie hier ist, habe ich sie gern um mich, auch wenn sie oft Dinge von früher erzählt, die nicht stimmen, Versprechungen nicht einhält usw. Ich lasse ihr die Rolle, die sie spielt. (I27)*

### **Verlust der Mutter durch Kontaktabbruch oder Tod**

Immerhin 10 TeilnehmerInnen und damit ca. 15% berichten davon, ihre Mutter „verloren“ zu haben, entweder durch einen vollständigen Kontaktabbruch oder aber deren Tod. Der Bericht der TeilnehmerIn (I10) macht nochmals deutlich, wie langfristig die familiären Verwerfungen nach der elterlichen Trennung fortwirken und sich auf das Eltern-Kind-Verhältnis auswirken können. Frühere elterliche Verhaltensweisen können noch nach vielen Jahren zu einschneidenden Bewertungswechseln bei dem Kind und ggf. zu einer sehr negativen Beziehungsdynamik führen.

*Seit eineinhalb Jahren haben wir keinen Kontakt mehr, weil sie mit ihrem Leben unzufrieden ist und meine Frau und ich sich nicht so verhalten, wie sie es sich wünscht. ... Der Kontakt, der 18 Jahre gut war, ist vor eineinhalb Jahren von ihr abgebrochen worden. (I01)*

*Mit zunehmendem Wissen steigende Vorbehalte bis hin zu offenem Hass wegen Lebenszerstörung. Seit zwei Jahren habe ich den Kontakt völlig abgebrochen. (I03)*

*Mit 21 zog ich endlich aus, sie rief trotzdem 3x täglich an und erwartete Dankbarkeit, weil ich so ein schreckliches Kind gewesen sei. Sie hatte eine riesige Erwartungshaltung. Mit 25 begann ich die Therapie und 1998 - da war ich 30 - nahm ich endlich Kontakt zu meinem leiblichen Vater auf. ... Er stellte die Lügengeschichten meiner Mutter richtig ... Er erzählte mir von der üblen Adoptionsnummer und vieles vieles mehr. Ich sprach mit meinen Großeltern und Tanten, sie bestätigten mir alles, was er erzählte. Daraufhin wollte ich meine Mutter erstmal umbringen. Gott, war ich wütend auf sie, dass sie meine Kindheit versaut hat, mir die Liebe meines Vaters vorenthalten und ihm sein Kind vorenthalten hat. Meine Mutter flippte total aus, als ich ihr von meinem Vater erzählte. Sie meinte „Na, dann bist ja jetzt im richtigen Lager!“ Sie fing an, hinter meinem Mann zu intrigieren und Einfluss auf meinen Mann zu nehmen. Ich brach daraufhin den Kontakt ab und untersagte ihr schriftlich unter Androhung rechtlicher Schritte jegliche Kontaktaufnahme. Ich nahm meinen Geburtsnamen, also den meines leiblichen Vaters, wieder an. Einmal lag ein Zettel von ihr im Briefkasten. ... Sie ist mir mittlerweile gleichgültig. Ich wünsche ihr nichts Böses, sie soll glücklich werden, aber ohne mich. Sie macht derzeit das durch, was mein Vater die letzten 20 Jahre durchmachen musste - sein Kind nicht sehen zu dürfen. Meinte Tante sagte neulich, meine Mutter habe gesagt, dass sie sich wünscht, ich sei tot, das sei besser zu ertragen*



*als mich nicht sehen zu dürfen. Ich übe keine Rache, ich habe bloß keine Energie mehr für eine Beziehung für sie. In unserem letzten Gespräch sagte sie, sie werde von ihren Erwartungen nicht ablassen. Ich sei halt nicht die Tochter, die sie wollte, und sie nicht die Mutter, die ich wollte. (I10)*

*Negativ. Ich bin in der Hoffnung, keinen Kontakt aufkommen zu lassen. Unterhaltsstreitigkeiten laufen über Behörden, ich melde mich nicht bei ihr. Ihre Art sich zu melden besteht aus zweierlei: 1. SMS, sehr beleidigend, meist wenn sie betrunken ist. 2. Anrufen, sehr selten, in denen sie beteuert, wie stolz sie auf meinen Lebensweg ist (den sie natürlich ermöglicht hat). (I34)*

*Ich hatte zu meiner Mutter bis zu ihrem Tod (da war ich 23) kein Verhältnis mehr. (k01)*

*Als ich 13 Jahre alt war, starb meine Mutter bei einem Autounfall. Ich kämpfe heute noch mit den Folgen. (I05)*

*In der Pubertät hatte unsere schlechte Beziehung ihren Höhepunkt erreicht. Ich teilte meiner Mutter nicht einmal mit, dass ich meine Periode bekommen hatte. Als ich meinen ersten „richtigen“ Freund hatte mit knapp 16, eskalierte unser Verhältnis so sehr, dass sie mich raus warf. Ich wohnte dann bei meinem Freund. Nach einer Weile war es möglich, meine Mutter zu besuchen. Wir trafen uns einen Tag in der Woche, nach meiner Berufsschule. Wir verstanden uns viel besser. Es ging aber nie darum, dass ich wieder zurück komme, mein Zimmer wurde auch direkt umgenutzt. Kurz vor meinem 17. Geburtstag starb meine Mutter sehr plötzlich. Als ich Anfang 40 war, machte ich eine Gesprächstherapie, in der meine Mutter sehr oft das Thema war. Es gab viele Ansätze, sie zu verstehen und ihr zu verzeihen. Rückblickend merke ich aber, dass ich es nicht geschafft habe. (I37)*

## 8.5.2 Beziehungsentwicklung zum Vater bis heute

### Dankbarkeit; Verständnis

➤ Sonja schaut mich Dankbarkeit und Verständnis auf die Beziehung zu ihrem Vater. Die positiven Erfahrungen der ersten Lebensjahre könnten durch die später eingetretenen Schwierigkeiten nicht gemindert werden.

*Das war für mich wirklich so. Das stimmt, das weiß ich auch mittlerweile, das ich so meine ersten Kindertage, meinen Vater so als Schatz betrachte und das auch schön finde und da auch wirklich schöne Erinnerungen habe, das lasse ich mir auch gar nicht mehr nehmen. Also egal, was jemand anders sagt, für mich war es ein guter Vater. (Und auch all das, was dann später danach kam mit dem Gerichtsverfahren und so, konnte das nicht wirklich berühren?) ... Nein, gar nicht. Da ist so viel Zeit dazwischen gewesen und ich meine, ich kenne ja die Geschichte von der Scheidung gar nicht wirklich, ich kenne ja nur eine Seite. Und ich weiß ja auch gar nicht, was vorher wirklich passiert ist. Was ihm da alles auch widerfahren ist. (Sonja)*

### **Herzlich, innig, eng, freundschaftlich**

➤ Sieben TeilnehmerInnen beschreiben die aktuelle Beziehung zu ihrem Vater als vertrauensvoll, eng, freundschaftlich, also insgesamt positiv.

*Ich habe eine sehr intensive und konstante Beziehung zu meinem Vater, er ist derjenige, dem ich mich anvertraue, wenn ich Probleme habe. ... Ich denke schon, dass das auch mit der Trennung zusammenhängt. Meine Vater war die permanente Bezugsperson und musste zeitweise Vater und Mutter gleichzeitig sein. (k12)*

*Die Beziehung zu meinem Vater würde ich immer als gut bezeichnen. Was er vor allem war, war ein Ruhepol, ein Fels in der Brandung. Wir haben nie tiefergehende Gespräche geführt, tun dies auch heute nicht, aber er war immer für mich da. Und das zu wissen, war wunderbar! ... Wir hatten zwar die üblichen Streitereien zwischen Vater und Tochter, aber eher gemäßigt. Ich habe meinen Vater immer sehr respektiert und hätte nicht gewagt, einfach eine Regel zu brechen (z. B. zu spät nach Hause zu kommen). Das hat sich auch später nicht geändert. ... Die Autorität über mich hat er nie verloren. ... Auch heute noch ist mir das Urteil meines Vaters sehr wichtig. In seiner Gegenwart fühle ich mich noch immer eher wie ein Kind als wie eine erwachsene Frau mit zwei Kindern! (I27)*

*Wir hatten einige Konflikte zu bewältigen, besonders während meiner Pubertät. Aber mein Vater hat schon immer Verantwortung übernommen, mich nie im Stich gelassen, auch niemals nach der Trennung. Er ist ein toller Mensch. ... Nachdem ich mit 17 aus meinem Auslandsjahr heimkehrte, änderte sich unsere Beziehung schlagartig. Schon während des Jahres hatte er mir viele Briefe geschrieben und Kleinigkeiten geschickt. Mir gezeigt, dass er mich vermisste. Jetzt haben wir eine sehr liebevolle Beziehung, können zusammen über Musik und Uni schnacken, lachen, lästern und sogar ab und zu kuscheln. Wir haben uns in unserer Beziehung weiterentwickelt und aufeinander eingespielt. Ich denke, wir brauchten einfach länger, um uns wirklich kennenzulernen. Leicht gemacht wurde es uns dabei durch die Trennung nicht. Mit meiner Mutter war dieses Band einfach von Anfang an da. (I28)*

*Die Stiefmutter hat versucht, alles kaputt zu machen, was mich noch mehr an ihn band. Es gab zwar auch Krisen, aber wir haben recht schnell gelernt, ehrlich über unser Verhalten dem anderen gegenüber zu reden. Noch heute fällt es mir leichter, mit ihm zu reden als mit meiner Mutter. Wir heulen zusammen, wenn es sein muss, und lachen. Aber wir sehen uns nicht sehr oft, allein schon wegen der Entfernung, die mittlerweile zwischen uns liegt. (I32)*

### **Liebe trotz Kritik; Reduzierung der Erwartungen**

➤ Bernd empfindet zwar Liebe zu seinem Vater, steht aber einigen seiner persönlichen Verhaltens- und Bewertungsmuster kritisch gegenüber und würde diese bei anderen Menschen nicht akzeptieren. Yasmin sah sich vor der Wahl, sich entweder von dem Vater zu trennen oder ihre Erwartungen in Bezug auf seine Empathiefähigkeit deutlich zu reduzieren. Der letztgenannte Weg hat ihr die Möglichkeit eröffnet, sich weiter auf die Beziehung zu ihrem Vater einzulassen und sich über ganz kleine Zeichen

seiner Teilnahme an ihrem Leben zu freuen.

*Na ja, klar, er war mein Vater, ist er ja jetzt auch immer noch. Also als Vater liebe ich ihn auch abgöttisch, sag ich mal so. Das habe ich auch gerade vorgestern wieder gemerkt, da ist er ausgerutscht, da habe ich ihn gesehen, da habe ich für eine Sekunde halt Todesangst irgendwie gehabt. Um ihn, weil er lag da, er konnte sich auch nicht bewegen, weil er auf das Steißbein geflogen ist. Das war ein totaler Schock für mich jetzt so persönlich. Aber ich muss auch sagen, wenn ich jetzt meinen Vater irgendwie kennen lernen würde durch Freunde, würde ich den Charakter sozusagen halt nicht beachten, weil ich seinen Charakter total beschissen finde. Ich könnte halt niemals so sein Freund werden. ... Ja, wie soll ich das sagen, er weiß grundsätzlich immer alles besser, er hat grundsätzlich immer das letzte Wort. Er ist voller Vorurteile. ... Bewertet schnell ... Es ist auch nicht leicht, mit ihm da unten zu arbeiten. Das habe ich mir auch ehrlich gesagt ein bisschen anders vorgestellt so am Anfang. Wir haben da jetzt auch einmal im Jahr so unsere Krise, so nach dem Motto, und denn ist gut. (Bernd)*

*Ich muss das akzeptieren, sonst komme ich damit nicht klar. Oder ich sage: OK, dann gehe ich wieder. ... Und dann ging das, ich habe meine Erwartungen runtergeschraubt, ich habe nicht mehr so viele Erwartungen. ... Und seitdem geht das komischerweise. Z. B. jetzt zu Ostern, er wusste, dass mein Licht am Fahrrad kaputt war und er hat mir eine Fahrradlampe geschenkt. Ich habe mich so darüber gefreut. Das war das erste Mal überhaupt, dass er sich Gedanken gemacht hat und das war toll. ... Das war das erste Mal. Das war egal, was es war, aber er hat sich Gedanken gemacht und das war schön. ... Ja, er ruft inzwischen von sich aus an, fragt, wie es mir geht, warum ich mich eine Woche nicht gemeldet habe, wo mir fast der Hörer aus der Hand fällt, aber das ist schön. (Yasmin)*

### **Normalisierung; positive Entwicklung nach vorheriger Krise, Abbruch**

➤ 14 Teilnehmer (ca. 20%) haben in der Beziehung zu ihrem Vater eine Krise mit Kontaktabbruch erlebt, danach jedoch eine Normalisierung bzw. positive Entwicklung. Wiederholt wird das Thema genannt, sich von dem Vater nicht als eigenständige Person gewürdigt gefühlt zu haben bzw. dass gerade diese Qualität in der Wiederaufnahme des Kontakts ein wichtiger unterstützender Faktor gewesen war.

*Es war auch so ein Punkt, wo mein Vater dann auf einmal auch gemerkt hat, dass er alleine ist. Und da war so der Punkt, wo er sich dann angefangen hat, sich von sich aus mal zu melden. ... Also ich sage mal, richtig guten Kontakt habe ich erst, seitdem ich mit meinem eigenen Leben wieder gut klar komme. Also was ich jetzt gemerkt habe, dass ich in meiner jetzt doch relativ gefestigten Position meinem Vater Rückhalt geben kann. Und das ist das, was wir erst so im letzten halben, dreiviertel Jahr raus gefunden haben. ... Also das ist teilweise sogar so, dass er dann zu mir kommt und sagt: „Gib mir mal einen Rat.“ Und das ist natürlich für mich auch ein Beweis, dass er auch Vertrauen in mich setzt und ich ihm das Vertrauen natürlich jetzt auch gerne anbiete. (Stefan)*

*Mensch, also das kann ja irgendwie nicht angehen. Du kriegst jetzt Geld von deinem Vater, das ist zwar gesetzlich und so alles geregelt, aber es*

kann doch nicht sein, dass du da irgendwas kriegst und nicht mal Danke sagst. ... Und da kamen bestimmt auch Schuldgefühle auf zu sagen: Gibt's denn überhaupt einen Grund, keinen Kontakt zu haben? Er ist nun mal dein Vater, da beißt die Maus keinen Faden ab. Dann ging das bestimmt auch in die Richtung: zurückerinnern, wie war denn das eigentlich früher? ... Dass ich gedacht hab: Jetzt gehe ich mal von meinem Standpunkt aus und versuch mal, die Meinung meiner Mutter komplett aus diesem Komplex rauszunehmen, überzeuge dich doch mal selbst, was ist denn eigentlich an der Geschichte dran. ... Weil es ist aufgearbeitete Geschichte, ich lebe wirklich gut damit, ich glaube auch, dass es echt einige positive Seiten in dieser Geschichte gab und ich finde es toll, auch diese andere Familie wieder dazu gewonnen zu haben, auch wenn wir uns aufgrund der räumlichen Trennung relativ selten sehen, aber so 1-2 mal im Jahr versuche ich schon, da wieder hin zu fahren und die auch zu besuchen. Und die ganze Familie drum rum, das ist einfach toll. Also das ist für mich zu einem guten Ende gekommen. (Martin)

Und dann hat er sich natürlich sehr gefreut und dann hat er sich auch mit mir unterhalten. Also, dann haben wir uns, glaube ich, am nächsten Tag auch getroffen. Ja, das war toll, das war schön. ... Das Tolle war daran, dass ich gesehen wurde, wie soll man das sagen, dass er mich, ja, akzeptiert hat, dass er mich gesehen hat, dass er sich gefreut hat über mich, dass er an meinem Leben Anteil hat, ja so würde ich das mal sagen. ... Ja, so ganz innig und toll war es nun nicht mehr. Aber es war trotzdem für mich natürlich ein Highlight. Und ich war natürlich auch stolz, weil ich das dann geschafft habe, das zu machen. (Karen)

Ich habe ihm ja irgendwann deutlich gemacht: Ich bin weg. Und da fing es an, dass er auch mal versucht hat, zuzuhören. Und dass er auch Sachen eingestanden hat. ... Er hat sich dazu entschuldigt und hat gemeint, das war falsch. ... Ich habe die letzten Jahre den Kontakt mit ihm abgebrochen, und es ist erst jetzt so, dass ich den Kontakt wieder zulasse. Aber den musste ich tatsächlich abbrechen, weil es mir besser ging ohne ihn tatsächlich. (Kathrin)

Also mit 17 habe ich gemerkt, dass ich jetzt den Kontakt wieder nutzen möchte, dann hat er aber trotzdem irgendwie so reagiert, was mir gar nicht gefallen hat und da war ich wieder total zurückgestoßen und denn kam das mit dem Geld mit 18, was mir dann nicht ausgezahlt wurde, ich hab dann ein Jahr gar nicht mit ihm gesprochen. Also das war das reinste Chaos. ... Also die Zeit zwischen 18 und 22 ist schon extrem (gewesen). ... Das hat eigentlich ganz lange angedauert, muss ich sagen, also bis eigentlich bis vor drei Jahren. Echt schwierig. ... Das fällt mir jetzt auch gerade zum ersten Mal auf, weshalb ich ihn wahrscheinlich die letzten Jahre als angenehmer finde, weil er wirklich jetzt erst mit mir richtig spricht wie mit Julia. Er hat vorher immer mit mir gesprochen, als ob ich sie (Mutter) wäre. ... Also meine Mutter heißt ja E.-J. (nennt Nachnamen) und mein Vater heißt ja J., und ich sehe komplett wie er aus, wie eine J.. Das ist ihm immer ganz wichtig zu betonen, dass ich ja dann auch eine J. bin und dass wir doch was zusammen haben ... . Das wollte ich nur noch dazu sagen, damit das jetzt nicht so aufkommt, dass es nur so eine Wahl war: ich und Mama sind eins. Sondern es ist auch wirklich so, dass ich mich auch so fühle und wie gesagt auch so aussehe und mich auch so verhalte

*(wie eine J.). Also z. B. den Mund aufmachen. Bei E.'s wird überhaupt nie der Mund aufgemacht, da bin ich total anders. ... (Eigentlich ist da eine ganz tiefe Seelenverwandtschaft zwischen dir und deinem Vater?) Ja, total. (Julia)*

*Das Verhältnis zu meinem Vater aufzubauen (ich hatte auch mit 17/18 Jahren noch das Gefühl, dass er mich als 12 jährige sieht, weil er einen Teil meiner Entwicklung verpasst hat), war nicht ganz so leicht. Richtig „geschafft“ haben wir es erst, seitdem ich selber Mutter bin und die elterlichen Gefühle nachvollziehen kann. (k00)*

*Ich habe ihn aus eigenem Antrieb ‚wiederentdeckt‘. Das klappte mit Hilfe seiner Partnerin. (100)*

*Als ich 18 war, hatte ich aufgrund des Einflusses meiner Mutter zuviel Angst vor ihm und nahm keinen Kontakt auf. ... Mit 25 begann ich die Therapie und 1998 - da war ich 30 - nahm ich endlich Kontakt zu meinem leiblichen Vater auf (nach ca. 20-jähriger Pause). Wir freuten uns so und sind uns wirklich wahnsinnig ähnlich! Ich fühlte mich sofort wieder „zuhause“, stellte ihm 1000 Fragen zu damals. Er stellte die Lügengeschichten meiner Mutter richtig und erklärte, dass sie ihn betrogen habe, nicht nur einmal, sie nie aus Liebe geheiratet haben, sondern weil sie beide von zuhause weg wollten. Er erzählte mir von der üblen Adoptionsnummer und vieles vieles mehr. Ich sprach mit meinen Großeltern und Tanten, sie bestätigten mir alles, was er erzählte. ... Ich nahm meinen Geburtsnamen, also den meines leiblichen Vaters, wieder an. ... Mein dreieinhalbjähriger Sohn sieht ihm unheimlich ähnlich und mein Vater genießt jede Minute mit ihm. Ich fühle mich meinem Vater sehr verbunden, jedoch nicht nah. (I10)*

*In der Pubertät und im jungen Erwachsenenalter konnte ich mich gegen die Beschimpfungen und Beschuldigungen meines Vaters nicht wehren, wodurch ich mich oft wert- und nutzlos empfunden habe. Im späteren Erwachsenenalter konnte ich mich mehr und mehr davon distanzieren und erkennen, dass es im Grunde genommen seine Unfähigkeit war, mit sich und seiner Lebenssituation klar zu kommen. Inzwischen nehme ich diese Beschuldigungen und auch Vergleiche mit meiner Mutter mir nicht mehr so „zu Herzen“ und versuche die positiven Gesten, zum Beispiel Geschenke oder Einladungen, mehr anzuerkennen. (I13)*

*Als junges Mädchen hatte ich Angst vor meinem Vater und einen Hass auf ihn, weil er 1. jähzornig und unberechenbar, 2. ungerecht und 3. überhaupt nicht interessiert an mir/uns war. Das hat sich später durch meine Therapie geändert . Ich habe keine Angst mehr gehabt und später auch meine Liebe zu ihm wieder gefunden. Insofern hat sich alles entspannt. Vor 5 Jahren ist er gestorben. Ich kann zwar nicht sagen, dass ich ihm alles verzeihen habe, aber ich hab Frieden mit ihm geschlossen. (I14)*

*Papa ist erst durch die ganzen Probleme so offen geworden und hat eine sehr viel entspanntere Lebenseinstellung gewonnen. (I32)*

*In der Pubertät war der Kontakt kaum vorhanden. Mein Vater hatte wieder geheiratet und hat mit seiner Frau sehr symbiotisch gelebt. Ungefähr als ich Anfang 20 war, verstarb seine Frau nach einer Operation. Er war extrem depressiv und meine älteren Schwestern und ihre Familien haben sich sehr um ihn bemüht. Darüber bekam ich dann auch etwas mehr Kon-*

takt zu ihm. Als ich Ende zwanzig war, lernte er eine sehr lebenslustige Frau kennen und meine Schwestern und ich wurden häufig eingeladen. Es hielt aber nicht lange, dann wurde sie eifersüchtig auf uns. Erst vor vier Jahren wurde der Kontakt zu mir intensiver, vor zwei Jahren verstarb auch diese Frau. Seitdem hatte ich einen sehr engen Kontakt zu meinem Vater, wir haben über alles gesprochen, was uns am Herzen lag. Im Dezember ist er auch gestorben. (I37)

### **Kontaktaufnahme nach Pause; Wiederkehr dysfunktionaler Beziehungsmuster**

➤ Allein die Tatsache einer Kontaktaufnahme nach längerer Pause ist kein Garant für eine positive Beziehungsentwicklung. Vielmehr können sich schon früher von dem Kind als belastend erlebte Verhaltensmuster des Vaters oder gemeinsame Interaktionsmuster erneut zeigen und zu einem Scheitern der Beziehungsanbahnung führen.

*Ja, ich bin da hingefahren, da stand ich vor ihm und er hat das gar nicht so realisiert. Ich habe mir nur gewünscht, dass er mich in den Arm nimmt, dass er sich freut. Aber das hat er nicht getan und dann ist in mir wieder alles zusammengebrochen. (Yasmin)*

*Er kam dann aber und das war dann irgendwie nicht so sehr erfolgreich, weil er hat mich nämlich hinaus geschmissen und zwar hochkant. ... Also ich war damals ja schon auf dem Weg nach Hamburg, meine Mutter war zu dem Zeitpunkt arbeitslos und ich hätte ihn auch gefragt, aber dazu kam ich gar nicht, wie es denn ist mit Unterstützung, weil ich einfach auch definitiv Geld wollte. Ich wollte weg von W., von meiner Kernfamilie als solches, ich wollte einfach weg. Na ja, okay, vielleicht hat er es gewusst, dass ich diese Unterstützung vielleicht erfrage. Auf jeden Fall hat er mich in dem Moment hinaus geschmissen, weil er der Meinung war, ich würde eh nur Geld wollen und ich wäre ganz furchtbar. Also er hat mich regelrecht beleidigt. Also mit Worten, die ich gar nicht wiederholen mag. Also quasi: Du bist genau wie deine Mutter. Heute kann ich darüber lachen, ist ja schon wieder 10 Jahre her. Damals fand ich das nicht lustig. (Sonja)*

*Ja, dass er immer gleich Erwartungen hat und dann, ach wie soll man das erklären, Dinge verquer sieht, so wie ich das früher als Kind auch schon gesehen habe. Dass er sich schnell irgendwie übers Ohr gehauen fühlt oder sich nicht richtig angenommen fühlt, oder er meint irgendwie, man wolle ihm irgendwas oder man sieht Dinge falsch ... (Also enorm verletzlich?) Genau. ... Aus seinem Inneren Gefühle zu zeigen. Ja, oder auch Sachen mal mit Abstand zu sehen. So zu verzeihen. Das sind so Themen. Wirklich zu sagen, das habe ich damals mal falsch gemacht. ... Es ist ja einige Zeit vergangen und ich hatte ja wieder Kontakt zu meinem Vater, der ist aber wieder abgebrochen, weil er einfach, man muss dann auch dazu sagen, er ist wirklich psychisch nicht so ganz einwandfrei ... dass er unnormale Verhaltensmuster hat. So würde ich das mal sagen. ... Ich kann Ihnen den Brief zeigen. Da steht dann, ich breche den Kontakt ab. (Das muss ja ganz schön traurig für Sie gewesen sein?) Ja, das ist schrecklich. Das ist schrecklich. (Und dann haben Sie sich auch nicht mehr gemeldet?) Nee, was soll ich denn machen, wenn er den Kontakt abrechnen will. Nein, dann bin ich natürlich ganz traurig. ... Aber dass ich*

*meinen Vater an die Hand nehme, das habe ich nun absolut nicht. Da bin ich ja auch noch sauer auf ihn. Also da denke ich wirklich, der kann mich mal sonst wo. (Karen)*

### **Freundlich – mit Sicherheitsabstand, zu viel oder zu wenig Distanz**

➤ Sechs Teilnehmer beschreiben ihre Vaterbeziehung als insgesamt freundlich-positiv, jedoch mit einem deutlichen Erleben von Distanz, die teilweise als angemessener „Sicherheitsabstand“, teils als zu große (Julia) oder zu geringe Abgrenzung beschrieben wird.

*Aber trotzdem würde ich sagen, so weit man es kann, haben wir wieder ein normales, gutes Verhältnis so und er ist jetzt auch kein Mensch, den ich als engsten Freund ansehe. (Martin)*

*Das Verhältnis zu meinem Vater blieb distanziert, aber nicht unfreundlich oder gar feindlich. Wir verstanden uns eigentlich, aber jeder hatte sein eigenes Leben. Man sah sich halt ab und zu, er nahm teil an meinem Leben und Werdegang. (k06)*

*Positiv, obwohl ich es ihm nicht immer leicht gemacht habe. Er hat halt die gewisse „Schwamm drüber-Mentalität“, die einen Neuanfang erleichtert. Heute ist das Verhältnis immer noch gut, obwohl es Themen gibt, über die er nicht sprechen möchte, nicht mal mit seiner Lebensgefährtin. (I01)*

*Die (Beziehung zum Vater) ist nicht sehr emotional, aber auf Verlässlichkeit gegründet. Es gab die nötige Unterstützung im Studium und Hilfe bei Problemen. Wir telefonieren etwa einmal die Woche. Er meldet sich nicht bzw. selten, aber das ist so in Ordnung. Die Familienseite ist generell introvertierter. (I34)*

*Es ist auch echt immer noch so, dadurch dass die (innere) Entfernung da ist, dass wir uns nie ganz normal begegnen werden. Also ich hab ein schönes Gefühl eigentlich für ihn, aber es ist einfach nicht normal. Es kann auch gar nicht mehr normal werden. (Was fehlt zum Normalen?) (Seufzt) Irgendeine Art von Selbstverständlichkeit, die gibt es nicht. ... Ja, und das ist für mich der Casus Knackpunkt, den ich halt immer merke, dass ich deshalb auch gar nicht so viel da will, dass da gar nicht erst so die Berührungspunkte kommen, also dass ich da noch sehr scheu bin. ... Letztlich das Eingestehen in Anführungsstrichen so einer Sehnsucht, das kann ich noch gar nicht richtig. Ich hab nur einen riesigen ..., einen ganz enormen Schutzwall aufgebaut, also der ist so dicke. (Julia)*

*Aber das ist auch so ein Punkt, wo ich auch gedacht habe: Wieso kann er ...? Die war zwei Jahre älter als ich, das war für mich eine Erschütterung und ich habe ich mir dann überlegt: Die ist genauso alt wie ich im Prinzip und ich bin die Tochter und das hat mich alles total erschüttert, muss ich sagen. ... Da rief mein Vater plötzlich an, weinend, und meinte, er würde seine Freundin verlassen. Und dann habe ich gesagt: Ja, pack deine Sachen, komm her und wir reden miteinander. Und dann kam er abends noch ziemlich aufgelöst hierher. ... Aber das hat mich ganz, ganz schwer belastet. Denn mein Vater hat auch zwei Kinder ... Und ich stand nicht über den Dingen, ich stand mittendrin und war fix und fertig mit den Nerven. (Gisela)*

## Ablösungsprobleme

➤ Maria beschreibt ihre Sorge, dass der Vater evtl. nicht ohne sie leben könne, wodurch ihr Auszug aus der gemeinsamen Wohnsituation nochmals in Frage gestellt wurde, insbesondere als dieser zeitlich mit der Trennung des Vaters von seiner Partnerin zusammenfiel.

*Und das Gute war eben, dass er dann auch gerade eine Freundin hatte, als ich ihm das sagte, und als ich gerade zurück kam, da war es dann ja ganz dramatisch, weil da hatte er sie gerade wieder verloren und dann war es wirklich noch mal kurzfristig, dass ich wirklich Angst hatte, ob das wirklich klappt mit dem Umziehen. Weil das war so ein Druck, dass er nicht alleine leben kann. (Maria)*

## Kontakt belastet, ambivalent, anstrengend, distanziert

➤ 15 TeilnehmerInnen empfinden in Bezug auf die aktuelle Vaterbeziehung Belastung, Anstrengung, Ambivalenz und Distanz. Einige Trennungskinder verweisen als Erklärung darauf, dass es in der Kindheit nach der elterlichen Trennung an gemeinsam verbrachter Lebenszeit gemangelt habe.

*Ja, er hat es irgendwie nicht böswillig gemacht. (Er hatte auch seine Grenzen. Das heißt: Kommt gleich Verständnis?) Ja, das ist aber das, was ich sozusagen antrainiert bekommen habe durch die jahrelange ... durch das Miteinanderleben. Das andere, das ist noch ziemlich weit versteckt. Na ja, wütend sein da drüber oder Hass vielleicht. Oder Entsetzen. (Maria)*

*Wir hatten immer wieder so Krach zwischendurch ... also einmal weiß ich noch, als ich gerade ausgezogen war und dann kam er auch zu mir zu Besuch und kam dann irgendwie drei Stunden zu spät. Und dann habe ich ihm gesagt, dass ich das nicht brauche. Er hat es auch immer nicht respektiert, wenn ich meinte, ich habe keine Zeit, dann meinte er: „Doch, ich komme jetzt.“ So, wenn ich mich dann breitschlagen habe lassen, dann hat er sich auch noch verspätet, er kam, wann er wollte. Dann habe ich ihm das einmal gesagt und dann ist er explodiert, weil er kann keine Kritik ab und schon gar nicht von mir. Und dann ist es halt auch zu Handgreiflichkeiten gekommen, dass er auf mich losgehen wollte und ich habe ihn aus der Wohnung geschmissen. ... Und dann hatten wir auch erst mal wieder Funkstille. Und irgendwann sind wir uns dann wieder auf der Straße begegnet, wir haben ja nicht so weit voneinander entfernt gewohnt. Ja, dann konnte ich nicht an ihm vorbeigehen und dann kam er halt und fing halt wieder an: Ja, ihr Frauen, ihr seid ja auch immer so rechthaberisch. Er würde sich niemals entschuldigen oder so. Das würde er nie machen. ... Also die Alternative ist halt kein Kontakt. Und da muss man abwägen. (Hella)*

*Das Verhältnis zu meinem Vater (der sich nach der Trennung als der nicht-leibliche herausgestellt hat) ist fast ganz abgebrochen, nur zum Geburtstag oder zu Weihnachten hört oder sieht man sich mal kurz. Das hat mit Sicherheit mit der Trennung zu tun. Allerdings denke ich, dass sich das auch einfach so entwickelt hat, weil wir beide uns nicht besonders mögen. Wir können uns nicht unterhalten, der meckert an allem nur rum. Ich werde vom Rest der Familie sehr dazu gedrängt, mit ihm Kontakt auf-*



zunehmen, obwohl ich das gar nicht möchte. Von sich aus meldet er sich gar nicht und wenn ich ihm mal schreibe, dann kommt entweder nichts zurück, oder seine Freundin antwortet (was ja wirklich nett gemein ist von ihr, sie gibt sich wirklich Mühe, uns zusammen zu bringen, aber es sollte ja eigentlich die Aufgabe meines Vaters sein, sich mal zu melden), oder mein Vater meckert wieder nur rum. (k04)

Idiotisch. ... Durch die lange Zeit des Ohne-einander-Seins. (I02)

Vaterverlust mit immensen lebenslangen Folgen. Vaterfigur aber durchweg positiv. Ich habe ihn als hilflos in Bezug auf Familie / mich wahrgenommen. (I03)

Die Adoption, die Entfremdung durch zuwenig Besuchszeit. ... Für ihn bin ich immer noch das kleine Mädchen, das er ab dem 10. Lebensjahr nicht mehr sehen durfte. Für mich ist er ein gebrochener Mann, irgendwie mein Papa, aber uns trennt ein großer Lebensabschnitt. (I10)

Ja, ich habe heute noch den Eindruck, wenn wir zusammen sind, dass es immer irgendwie anstrengend und stressig ist. Er fordert mich dauernd auf, dieses oder jenes zu tun oder sagt mir, dass ich doch schließlich wissen müsse, was ihm gefällt oder nicht. Ich habe dann gar keine Lust, mich bei ihm zu melden oder seinen Anweisungen folge zu leisten. Ich kümmerge mich dann lieber um meinen eigenen Kram, von dem er aber nichts wissen will. (I13)

In der Pubertät war er doof. Als junge Erwachsene habe ich den Kontakt und den Konflikt gesucht, sicher auch im Zuge meiner eigenen Psychotherapie. Er wollte davon nichts wissen. ... (I15)

Mit meinem Vater gab es in der Pubertät viele Auseinandersetzungen, dennoch habe ich mich immer geliebt gefühlt. ... Als ich 19 Jahre war, erkrankte er erstmalig an Krebs. Meine finanzielle Abhängigkeit, aber auch meine Sorge um ihn und mein Bedürfnis, doch noch mehr Emotionales zu bekommen, war meines Erachtens dafür verantwortlich, dass ich erst mit 26 Jahren auszog. Mein Vater ist durch seine Lebensumstände zeitweilig sehr depressiv gewesen. Er hat keinerlei Kontakte und wenig Interessen. Es gibt wenig zu sagen zwischen uns, deshalb ist der Kontakt eher selten und dann auch nur kurz (vielleicht 4 Mal im Jahr). (I16)

Mein Vater und ich vertragen uns auf Dauer nicht so gut. Vorher war es so und heute ist es immer noch so. Er liebt uns aber und hat uns immer unterstützt. Sein Charakter ist aber schwierig. Er hatte eine schlimme Kindheit (in der Ukraine,) war Halbweise und musste sich durchboxen. Dafür habe ich Verständnis. Aber ich bleibe heute auf Distanz, mehr als bei meiner Mutter. Wir telefonieren ca. alle zwei Monate. (I24)

Wir haben einfach nicht zusammen gelebt. Wenn ich in den letzten zwei Jahren bei ihm zu Hause übernachtete, mussten wir erst einmal eine Vertrautheit aufbauen. Es gab nichts mehr, worauf wir zurückgreifen konnten. Es war doch sehr viel Fremdheit zwischen uns. (I37)

### **Wenig Nähe und Tiefe**

- Einige Teilnehmer erwähnen eine aus ihrer Sicht wenig tiefe und nahe Beziehung zu ihrem Vater.

*Also er hat dann tatsächlich mal von sich gesprochen und sich auch geöffnet und wollte meine Meinung wissen und jetzt aktuell ist die Situation, dass ich mir sage, wir können ja wieder vorsichtig Kontakt haben, und ich weiß für mich, er wird mein Vater sein, er wird auch mein Papa sein, aber er hat nur einen unteren Rangposten. Es tut mir leid, ich hätte es auch gerne anders gehabt, aber seine Rolle haben andere eingenommen. (Kathrin)*

*Trotz der Zeit, die ich bei meinem Vater geblieben bin, haben wir es nie geschafft, eine vernünftige Bindung zueinander aufzubauen. Wir sehen uns nun nur noch zu Feier- und Geburtstagen. (k05)*

*Unsere starke Bindung ist verloren gegangen. (I30)*

### **Beständige Abgrenzung notwendig**

➤ Hella und die FragebogenteilnehmerIn (I10) sehen die Notwendigkeit, sich gegenüber dem Vater und dessen Erwartungen beständig abzugrenzen.

*Also ich habe auch schon versucht, da so Grenzen zu ziehen mittlerweile, weil er spannt mich schon einmal ganz gut ein und sieht das auch als sein Recht an, über mich zu verfügen. ... Und teilweise ist es mir noch zuwenig, dass ich mich abgrenzen kann. ... Aber ich glaube auch, dass das nicht nur immer auf meine Kosten gehen kann. Und wenn der Kontakt dann abbricht, dann bricht er halt ab. Aber das wird er sich sehr gut überlegen dadurch, dass die ja schon keinen Kontakt zu meiner Schwester haben. (Hella)*

*Er beklagt sich oft, dass wir kein richtiges Vater-Tochter-Verhältnis haben. Ich fühle mich genervt, wenn er eine solche Erwartungshaltung an den Tag legt. Wir hatten auch schon mal 1 Jahr Sendepause. Ich hoffe jedoch, dass wir noch viele Jahre zusammen haben. (I10)*

### **Rollenumkehr**

➤ Drei TeilnehmerInnen berichten von dem Verantwortungsdruck, für den Vater und dessen Bedürfnisse sorgen zu müssen, teilweise noch aus der Zeit der Kindheit stammend.

*Und da bin ich dann total (über eine Grenzverletzung des Vaters) ausgeflippt und da habe ich dann so für mich gedacht: Jetzt bin ich genauso in einer Situation wieder, wo die eine innere Stimme sagt, bei mir erzogen: Du musst doch ein gutes Verhältnis zu deinem Vater haben, a) du weißt nicht mehr wie lange er lebt, er ist jetzt 74, ist super schwer krank, und auch: Na, er kann nichts dafür, er ist so erzogen und er wird auch nie eine Lüge zugeben. Er wird die Lüge eher mit noch einer Lüge irgendwie versuchen zu deckeln. Ja, das ist diese Seite und da weiß ich genau, dass ist nämlich die Seite von meiner Mutter früher, das ärgert mich tierisch. ... Dieses: Sei das liebe Kind, geh zu deinem Vater. (Manuela)*

*Ich habe immer noch das Gefühl, ich muss mich um ihn kümmern. (I15)*

*Im Prinzip hatten wir immer ein ganz gutes Verhältnis. Dennoch würde ich sagen, dass ich mich in meiner Pubertät nicht genug von meinem Vater abgenabelt habe. Dieser längst fällige Prozess erfolgte erst in den letzten*

*Jahren! Ich glaube, immer aus dem Gedanken heraus, dass ich meinen Vater „nicht im Stich lassen darf“. Doch jetzt weiß ich, dass Menschen Stückweit auch selbst für ihr Leben und ihr Glück verantwortlich sind. ... Ich kann ihm zur Zeit nur schwer in die Augen sehen. Sein Verhalten und sein Selbstmitleid beeinflussen unser Verhältnis sehr. Ich kann einfach nicht mehr Mutter spielen für meine Eltern. (I22)*

### **Er sieht in mir (immer noch) Anteile der Mutter; keine Akzeptanz der eigenen Persönlichkeit des Kindes**

➤ Anders als in den Mutterbeziehungen erklären drei der befragten erwachsenen Trennungskinder, sich in belastender Weise bis in die Gegenwart Abwertungen des Vaters ausgesetzt zu sehen, in dem Kind negative Persönlichkeits- oder Verhaltensmuster der Mutter zu erkennen.

*Ich dachte: Ja, die Geschichte wiederholt sich. Du bist wie deine Mutter, du bist wie dein Vater. (Was ja von beiden Seiten heißt, du bist nicht so richtig wie du bist.) Du bist auf jeden Fall nicht wie ich und deshalb bist du doof. (Sonja)*

*Also er hat mich regelrecht beleidigt. Also mit Worten, die ich gar nicht wiederholen mag. Also quasi: Du bist genau wie deine Mutter. Heute kann ich darüber lachen, ist ja schon wieder 10 Jahre her. Damals fand ich das nicht lustig. (Sonja)*

*Das ist ganz spannend, dass im Prinzip dadurch, dass meine Mutter uns so erzogen hat, auch einen Teil von ihr bei mir drin ist. (Und er sieht wahrscheinlich auch diesen Teil?) Ja, ja. Sieht er ja ganz, ganz fürchterlich, also er geht ja so gegen an, als wär ich der Teufel dann in dem Moment. (Wogegen geht er dann an?) Na gegen diesen Teil. ... Also dass er aufhören soll, mir seine Meinung aufzupressen. Dass ich eben anders bin. Ich hab ihm das sogar noch versucht zu sagen, aber er hat dann immer gesagt: Ach du denkst falsch. (Ich sagte dann): Papa, ich kann nicht falsch denken, ich denke anders. ... (Du hast dir von ihm etwas gewünscht.) Dass er mir nicht versucht zu sagen, dass ich falsch bin, und versucht, sich auf mich zu projizieren. ... Ich habe schon versucht, dass ich gesagt hab: Lass mich bitte einfach so sein, wie ich bin. Ich habe meine Vorstellungen. Außerdem bin ich hier in Deutschland groß geworden und ich bin so. Er sagt dann: Ja du bist so, weil deine Mutter dich so erzogen hat. Ja, sage ich, und ich bin auch so, weil ich mich selber so entwickelt habe. ... Und das ging nicht. Also er hat es nicht verstanden, was ich von ihm wollte. ... Aber das Bedürfnis (nach Anerkennung des eigenen Andersseins) ist da, das ist ja dieses problematische Verhältnis. Dass ich einfach an dem Punkt angekommen bin, wo ich sag: Das wird er nie verstehen und deshalb lasse ich es jetzt. Weil er jetzt anfängt, auch noch dazu dement zu werden. (Manuela)*

### **Ich erkenne das Drama des Lebens meines Vaters**

➤ Gabi blickt auf viele belastende Erfahrungen mit ihrem Vater zurück. Aus einer reifen Distanz heraus konnte sie ihm dennoch ihre Liebe ausdrücken ohne Perspektive auf eine zukünftig veränderte Beziehungsstruktur.

*Und habe das auch meinem Vater geschrieben, habe das so versucht zu sagen, dass alles, was Vergangenheit ist, so soll es bleiben. Ich hab ihn schon lieb, trotzdem was er da alles angestellt hat. Dass ich ihm danke einfach, dass er mein Vater ist. Und das es so jetzt so bleiben soll. ... Diesen Brief habe ich vor vier Jahren geschrieben. Und er hat nicht darauf geantwortet. Aber nun ist es klar, dass er auch halt jetzt in einer Situation ist, dass er wirklich krank ist durch Alkohol, gehirnkrank und jetzt habe ich wirklich nur noch Mitgefühl für ihn, also wahrscheinlich stirbt er auch bald. (Gabi)*

### **Verlust des Vaters durch Kontaktabbruch oder Tod**

➤ 19 Teilnehmer und damit fast 30% haben ihren Vater durch Kontaktabbruch oder vorzeitigen Tod (also ohne Möglichkeit der vorherigen Beziehungsklärung) verloren. Anders als in der Mutterbeziehung geht die Trennung häufiger vom Vater selbst aus. Ebenfalls gibt es mehr Kinder, die seit Jahrzehnten (d. h. seit der Elterntrennung) den Kontakt zu ihrem Vater verloren haben.

*Er hat dann auch ganz klar gesagt, dass er mich nie wieder sehen möchte. Wobei ich dann auch gesagt habe; Danke, ich möchte dich auch nie wieder sehen. Und daran habe ich mich auch gehalten, ... das möchte ich nicht mehr. Und das war auch für mich der Grund, warum ich so lange gewartet habe, bis ich das Studium anfangen. Weil ich gesagt habe, ich möchte völlig unabhängig von meinen Eltern sein. (Sonja)*

*Und ja, jetzt hat er eine neue Familie und da bin ich gar nicht mehr wichtig. Jetzt ist meine Oma seit 2 Jahren gestorben und seitdem haben wir keinen Kontakt mehr. Also er schreibt noch mal zum Geburtstag und zu Weihnachten und ansonsten nicht. Ansonsten fragt er nicht, wie es mir geht. ... Und das finde ich also ist für mich dann noch mal ein ganz schön großer Happen, weil ich damit aufgewachsen bin, dass er mich braucht und jetzt braucht er mich nicht mehr. ... Also weil ich ihm früher geglaubt habe, dass er ohne mich nicht leben kann und jetzt kann er das ja sehr gut. Und jetzt finde ich das noch mal quasi die Krönung oder ich weiß auch nicht. (Maria)*

*Also er ist wirklich Alkoholiker, ist also immer schlimmer auch geworden und jetzt lebt er seit fast einem Jahr in einem Pensionat in Litauen. Ich bringe auch kein Geld für ihn auf, auch weil ich meine Mutter unterstütze. Und ich möchte ihn auch nicht in dem Sinne unterstützen, ...weil er hat uns nie finanziell unterstützt, das gab es auch nicht. (Gabi)*

*Meinen Vater habe ich (seit der Geburt) nie wieder gesehen. (k01)*

*Zu meinem Vater hatte ich bis auf zwei Gerichtsverhandlungen keinerlei Kontakt. Vor ca. 10 Jahren gab es ein Treffen mit meinem Vater und meiner Familie. Ich habe sehr lange gebraucht, mich auf dieses Treffen einzulassen. Es kam auf den Wunsch meines Sohnes zustande, der unbedingt seinen Opa kennen lernen wollte. Mein Vater befand sich damals bereits in den Anfängen der Demenz. Für mich hat dieses Treffen zu einer Klärung geführt. Mein Vater hat sich sehr gefreut, mich zu sehen und seinen Enkel kennen zu lernen. Meine Tochter hat er leider nicht als sein Enkelkind wahrgenommen, was mich und vor allem meine Tochter tief gekränkt*

*hat. Obwohl das Treffen insgesamt positiv verlaufen ist, habe ich nie wieder die Kraft gefunden, noch einmal zu ihm zu fahren, obwohl sich das mein Sohn sehr gewünscht hätte. Vor zwei Jahren ist mein Vater mit 90 Jahren in völliger geistiger Dunkelheit verstorben. (k09)*

*Ich selber finde es bis heute sehr schade, dass ich leider nicht die Möglichkeit hatte, mit meinem leiblichen Vater mehr Zeit zu verbringen. Durch die ewigen Streitigkeiten mit meiner Mutter, die mir immer ein schlechtes Gewissen machte, wenn ich mal erfreut und glücklich von meinem Besuch beim Vater zurück kam, habe ich bis zum heutigem Tag keinen Kontakt zu ihm. Als meine Großeltern vtls. verstarben, wollte ich ihm mein Beileid bekunden, er blockte mich mit den Worten nur ab: Für ihn bin ich schon lange verstorben und das soll auch so bleiben!! Traurig traurig... (k10)*

*Keinen Kontakt mehr zum Vater (Er wünscht es nicht). ... Nie Vater-Tochter -Beziehung erlebt. (k13)*

*Mit meinem leiblichen Vater verstehe ich mich nicht mehr. ... Es ist ihm egal, wie ich über die Runden komme. Auch mit Kind. Er will seine Enkeltochter kennen lernen, aber nicht seinen Unterhaltspflichten nachkommen. Er sagt nie, dass er stolz auf mich ist. Das tut am meisten weh. Dabei dürfte er es ruhig sein: Trotz Job 1,6 im Abitur, trotz Kind erfolgreich im Studium, Scheinfrei im 8. Semester. Kontakt haben wir nur noch über E-Mail und der Inhalt ist selten erfreulich. Ich möchte mich von meinem Stiefvater adoptieren lassen. Er ist ein besserer Vater. Den anderen wäre ich dadurch los. Doch mein leiblicher Vater hat Beschwerde eingereicht - mit dem Resultat, dass die Adoption auch nach 1,5 Jahren nicht durch ist. In meiner Schwangerschaft habe ich versucht, mich mit meinem Vater wieder anzunähern. Doch es hat nicht geklappt. Die E-Mails sind immer verletzend geworden. Ich habe festgestellt, dass wir von einem ganz anderen Schlag Menschen sind und scheinbar gar nicht miteinander zurecht kommen können, die Denkart und Argumentationsweisen sind so unterschiedlich. Ich will mit diesem Menschen nichts mehr zu tun haben - aber er soll dennoch stolz auf mich sein. Oder neidisch. (k15)*

*Wie schon oft erwähnt: dass er nie für mich da war, wenn ich ihn in meinem Leben gebraucht habe, und deswegen habe ich ihn gleich ausgeschlossen, damit er mir von vornherein nicht weh tun kann. ... Ab den 16. Lebensjahr besteht so gut wie kein Kontakt mehr. Seitdem ich 25 Jahre alt bin, wieder mal und jetzt wieder 4 Jahre nicht. Nur wenn er irgendwas will! ... Sehr lange hatte ich sogar keinen Kontakt mehr zu meinem Vater. Es war immer er, der sich nicht mehr gemeldet hat und ich hatte keine Lust, ihm ständig hinterher zu laufen. Er hat sich dann nicht zum Geburtstag gemeldet oder Weihnachten auch nicht und so vergingen Jahre und mir ging es ohne ihn sehr gut. ... Es ging mir einfach besser ohne ihn. Keine leeren Versprechungen und kein Gelüge. (l09)*

*Bisher (seit 14 Jahren) kein Kontakt außer gelegentliche Briefe. (l17)*

*Bin mit meiner Mutter zu ihren Eltern gezogen und hatte so 3 gleichwertige Bezugspersonen. Ich hatte nicht das Gefühl, dass etwas fehlte. Mein Großvater hat viel kompensiert. Trotzdem fehlt ein eigener Vater jetzt fast noch mehr, da eigene Kinder da sind, denen ein Großvater fehlt, als Ergänzung zum Vater. (l20)*

*In der Pubertät hatten wir wenig Kontakt, mich belastete sein cholerischer Charakter sehr. Während einer wichtigen Entwicklungszeit (vom 20.- 32. Lebensjahr) hatten wir keinen Kontakt. Als wir uns dann wieder sahen, stellte ich fest, dass es von meiner Seite keine Bindung zu ihm mehr gibt. (I30)*

*Seit 35 Jahren keinen Kontakt mehr. (I35)*

*Meine Beziehung zu meinem Vater während meiner gesamten Schulzeit war in ungesundem Maße eng. ... Diese Nähe, die ich zu ihm empfand, ließ alle Vorkommnisse, die mich eigentlich auf Distanz zu ihm hätten bringen müssen, verblassen. Erst (während des Studiums) jetzt begann ich, einen klareren Blick bezüglich meines Vaters zu entwickeln. Mit Betonung auf „begann“. Denn ich liebte ihn immer noch über alle (gesunde) Maße und befand mich in einem äußerst schädlichen Abhängigkeitsverhältnis. ... Obwohl mein Vater immer schon ein äußerst gestörtes Verhalten an den Tag gelegt hat, habe ich ihn abgöttisch geliebt. ... Ich stand schon kurz vor der Examensphase, als ich meinem Vater das erste Mal einen Korb gab. Ich hatte die Nase gestrichen voll davon, dass er ständig versuchte, die Verantwortung für sein Leben bei mir abzuladen. ... Zu jener Zeit hatte ich mich bereits in psychiatrische Behandlung begeben, da sich infolge der Belastungen mein Magen verschlossen hatte und ich innerhalb kürzester Zeit auf 47 kg abgemagert war. Ich hörte meine innere Stimme sagen: „Kotz dich endlich aus, Kind. Sonst wirst du nie mehr etwas zu dir nehmen können und verhungern.“ Also entschloss ich mich zu einer lebensrettenden Maßnahme, besuchte einige Zeit nach dem oben beschriebenen Debakel meinen Vater und stellte ihn zur Rede. Wir schrien uns etwa zwei Stunden lang an und ich kotzte, was das Zeug hielt. Ich kotzte ihm seine ganze erbärmliche, verantwortungslose Armseligkeit vor die Füße. Danach ging es mir besser. Ich konnte wieder essen und war meinem Vater gegenüber wieder friedlich gestimmt. ... Er aber wollte das Täter-Opfer-Spiel weiter spielen und stellte kurz nach meinem Besuch seine Unterhaltszahlungen ein. Dies war der Moment, in dem mir klar wurde, dass sich unsere Wege trennen würden. ... Sofort nach der Beendigung meines Studiums suchte ich meinen Anwalt auf und zwang meinen Vater zu einer Unterhaltsnachzahlung von mehreren Tausend DM. Er wollte Opfer sein: Bitte schön. Das war seine Abschlussvorstellung. Danach hat er nichts mehr von mir gehört. (I36)*

➤ Fünf Kinder berichten davon, ihren Vater vorzeitig (während der Kindheit, vor einer Beziehungsaufnahme nach Kontaktpause usw.) durch Tod verloren zu haben.

*Als mein Vater kurze Zeit später starb, war ich eine von vielen Gästen auf einer Beerdigung, nicht mehr. Schon gar nicht traue ich mich gern - bis heute - an das Grab meines Vaters. (k06)*

*Kontakt war ab 14, dann nur sporadisch und nicht wie eine Vater-Kind-Bindung. Vater starb 2001. Bewusstsein von Verlust einer Bindung, Kontakte nur ungenügende Notlösung. (I03)*

*Mein Vater starb, als ich 20 war, an Lungenkrebs. Ich konnte mich nicht mehr mit ihm über die Trennungszeit auseinandersetzen. Ich hatte so viele Fragen und niemanden, der sie mir beantworten konnte. Mein Vater*

*hatte zwischenzeitlich wieder geheiratet und aus dieser Ehe ging ein weiterer Sohn hervor. Sein Testament hatte er kurz vor seinem Tod geändert und meine Stiefmutter als Alleinerbin eingesetzt. Es war die letzte Trennung von meinem Vater und auch etwas von meiner Identität. (I05)*

*Als ich durch Familienkontakte die Möglichkeit bekam, das Bild von meinem Vater (mit 11 Jahren verstorben, nach Trennung ohne Kontakt im Ausland) in einigen Punkten gerade zu rücken und ihn besser verstand, wurde auch das Verhältnis zu meiner Mutter von meiner Seite herzlicher und verständnisvoller - allerdings jetzt für beide Elternteile. (I07)*

*Nein! Bevor ich mit ihm reden konnte, ist er gestorben. (I26)*

### 8.5.3 Gespräche mit den Eltern über früher

Mit zunehmendem Alter des Kindes, teils schon im Verlauf der Pubertät, teils im Erwachsenenalter, kann es zu einem wachsenden Bedürfnis kommen, „über früher“, also über die Hintergründe der damaligen elterlichen Trennung und deren Folgen, zu sprechen. Die Initiative hierzu geht häufiger von den Kindern, seltener auch von einem Elternteil aus. Nachvollziehbar sind diese Gespräche emotional hoch bedeutsam, sie können einerseits den kindlichen Blick auf zurückliegende Ereignisse völlig verändern, sie können positiv-heilend oder erneut belastend wirken, sie können aber auch scheitern, indem das Gegenüber den Gesprächswunsch zurückweist oder aber sich seinerseits überfordert zeigt, den Austausch konstruktiv zu führen.

#### Vom Vater ausgehend

➤ Einige Teilnehmer berichten davon, dass der Vater von sich aus ein Bedürfnis nach Austausch über diese Themen signalisiert. Einem Kind wurde als Erwachsener Einblick in die Scheidungsunterlagen gewährt. Die Teilnehmerin (I36) beschreibt, dass sie das Gesprächsanliegen des Vaters letztlich zurückgewiesen hat, um sich zu schützen vor dem „Gift meines Vaters“.

*Eigentlich ist das schön. Er redet dann stundenlang mit mir und erzählt und erzählt und erzählt. Das hat er früher nie gemacht. (Yasmin)*

*Als ich bereits studierte und Anfang Zwanzig war, versuchte mein Vater manchmal vorsichtig, uns Kindern je einzeln zu erklären, warum er uns alle damals verlassen hat. An dem oft herrischen Wesen meiner Mutter uns gegenüber versuchte er uns zu erklären, dass er diesem permanenten Druck und Befehlston (nicht gewachsen war). Aber selten hat er ein schlechtes Wort über unsere Mutter verloren. (k06)*

*Erst viel später, so ca. mit 18 Jahren, hat mir mein Vater Einblick in die Scheidungsunterlagen gewährt. Vollständigen Zugriff hatte ich nach seinem Tod. Für mich wurden damit allerdings noch mehr Fragen aufgeworfen als beantwortet. (I05)*

*Vor ziemlich genau zwei Jahren rief mein Vater mich plötzlich an. Er gab vor, er wolle sich mit mir aussprechen und wollte mich zu sich einladen.*

*Tatsächlich wollte er aber nur wieder einmal sein schlechtes Gewissen auf mich abwälzen und eine Absolution von mir erhalten. Das Telefonat war entsetzlich, und ich hatte hinterher das Gefühl, wieder an dem Punkt zu sein, an dem ich auch vor zehn Jahren schon gewesen war. ... Ich spürte, wie das Gift meines Vaters durch sämtliche Bahnen meines Körpers floss und mich paralyisierte. ... Ich stieg aus. Ich fing nicht an, mit ihm darüber zu diskutieren, denn das hätte ihm nur noch mehr Energie gegeben. ... Ich wünschte ihm ein schönes Leben und legte abermals auf. Ich hatte zugelassen, dass er mir sein schlechtes Gewissen injiziert und brauchte etwa zwei Monate, um mich davon wieder zu befreien. Es war ganz, ganz furchtbar, zeigte mir aber deutlich, wie sehr ich mich immer noch nach einem liebevollen Vater sehne. Andernfalls hätte er nämlich keine Gelegenheit gehabt, mich zu verletzen. (I36)*

### **Uneingeschränkt möglich**

Jedes vierte teilnehmende Trennungskind hatte uneingeschränkt die Möglichkeit, mit einem oder beiden Elternteilen über die Familiengeschichte zu sprechen. Weit überwiegend werden diese Erfahrungen als positiv bewertet.

*Aber ich habe mir nie irgendwie was anderes gewünscht – also ich habe meiner Mutter auch, wenn ich mir was gewünscht habe, ihr das so sagen können. Z. B. ich möchte noch mehr darüber reden, ich möchte, dass du mir mehr Dinge sagst, ich möchte, dass du mir darüber Aufklärung gibst. (Manuela)*

*Ja. Es gab Rechtfertigung, aber keine Schuldzuweisung. (I00)*

*Nach der Berentung meiner Mutter schien sie mehr Kapazitäten zu haben, sich auch mit belastenden emotionalen Themen zu beschäftigen. Es war möglich, über Früher zu sprechen, was mich ein Stück versöhnte. (I16)*

*Er hat Erklärungsversuche gestartet und ich habe versucht, ihn zu verstehen, habe aber auch eine eigene Meinung, die er stehen lassen kann. (I18)*

*Ja wir haben immer gesprochen, sobald ich Bedarf hatte. Sie hat mich nie abgewimmelt. Aufgrund ihrer häufigen Trennungen von ihrem Ex kam das Thema hin und wieder sowieso auf. ... Auch mit meinem Vater konnte und kann ich immer über die Trennung sprechen. Nichts wird abgewimmelt. Und er weiß um die Folgen, die die Trennung für mich hatte, und ich denke, er macht sich ab und zu Sorgen, gerade wenn es mein eigenes Beziehungsleben geht, dass ich in der Beziehung Schaden genommen habe. (I28)*

*Ja, als ich eine Psychotherapie begann. Sie war erstaunt, erleichtert und sehr sehr interessiert. Sie unterstützte mich sofort in diesem Vorhaben. (I30)*

*Ja, und es hat viel zum gegenseitigen Verständnis beigetragen. Er hat Fehler zugeben und lässt mir auch meine Sicht der Dinge. (I32)*

*Nur in der kurzen Phase nach meinem Auszug. Die Zeit war zu kurz (sie starb kurz vor meinem 17. Geburtstag), aber sie konnte mich als viel gleichberechtigter akzeptieren und dadurch war die Resonanz gut. ... Erst*



*vor vier Jahren wurde der Kontakt zu mir intensiver ... . Seitdem hatte ich einen sehr engen Kontakt zu meinem Vater, wir haben über alles gesprochen, was uns am Herzen lag. Im Dezember ist er auch gestorben. (I37)*

### **Mit Einschränkungen möglich**

➤ Manche Trennungskinder erleben, dass diese Themen nur unter Anstrengung und teils aus ihrer Sicht wenig befriedigend mit den Eltern besprochen werden können. Die emotionalen Reaktionen der Eltern (aufbrausen, „faule Ausreden“) werden als Hindernis empfunden, mitunter zeigt sich aber auch bei dem Kind eine gewisse Ratlosigkeit, wie es die nun von den Eltern erhaltenen Informationen bewerten soll.

*Ja, ich habe ihm das, wie gesagt, in vielen, vielen Jahren danach alles mal gesagt. Ja, irgendwann fing es an mit Briefen und später auch mit direkten Gesprächen, es hat mich immer tierisch Überwindung gekostet, weil er immer noch dazu neigt, so schnell aufzubreasen und laut zu werden. (Kathrin)*

*Und da verlange ich dann doch, dass man sich mehr Gedanken macht und dass man auch mal so faule Ausreden wie „Ich bin nun mal so“ zumindest mal überdenkt. ... Also wenn er mir im Nachhinein das Gefühl gegeben hätte: „Das war echt daneben von mir, das tut mir leid. Was hätte ich denn anders machen können, was meinst du denn heute, wo du groß bist?“ Das fragt er mich aber nicht. (Kathrin)*

*Meine Mutter ist da immer noch sehr „zu“. Es geht alles nur in kleinen Happen - sehr wenig befriedigend. (I07)*

*Ja. Er hört es sich interessiert an, sagt aber wenig dazu. (I16)*

*Versucht ja, aber schwierig. Teilweise kann ich sie verstehen, teilweise nicht. ... Ja, er hat geantwortet, aber ich weiß nicht, wie ich damit umgehen soll. Er hat auch ehrlich geantwortet. (I17)*

### **Gescheitert, verweigert**

Jedes sechste Trennungskind in dieser Untersuchung hat die Erfahrung gemacht, dass die vom Kind ausgehenden Gesprächsversuche (teils heftig emotional) abgewehrt werden bzw. schließlich scheitern.

*Zarte Versuche, die plump abgelehnt wurden. Als ich ab ca. 18 Jahren mit meinem Vater diskutieren wollte, blockte er vor mir ab, diskutierte mit Dritten aber darüber. Als ich ihn soweit hatte, dass er mir nicht mehr davon lief, starb er, ohne meine brennenden Fragen überhaupt anzudiskutieren. (I05)*

*Ja, aber schon im Ansatz hat mein Vater jegliche Art von Gesprächsversuch abgewehrt. Er nimmt dann sofort eine Abwehrstellung ein, indem er beide Arme hochhebt und sich beinahe die Ohren zuhält. Offensichtlich bereitet ihm dieses Thema soviel Schmerzen, dass ich auch nicht weiter darauf eingehen will. Außerdem wirkte diese Geste auf mich viele Jahre bedrohlich, da er neben dem „Armgefuchtel“ auch immer lautstarke Äußerungen von sich gab und ich nicht wusste, ob diese Aggressionen oder Abwehrreaktionen mich treffen würden. (I13)*

*Ja, versucht. Aber mein Vater hat total abgeblockt und dichtgemacht. (I14)*

*Er war sauer und wollte davon nichts wissen. (I15)*

*Meine Mutter sagte immer, wenn ich mit ihr über die Scheidung sprechen wollte oder auch über unsere Familie: „Kind, schau nach vorn und nicht zurück.“ Bis ich 34 Jahre war, weigerte sie sich mit mir, über Vergangenes zu sprechen. Das hat dazu geführt, dass ich vieles nicht verstanden habe und somit auch nicht einordnen/verarbeiten konnte. Ich habe mich allein gelassen gefühlt mit meinen Gedanken und schwierigen Gefühlen. (I16)*

*Zu meinem (damals hauptbetreuenden) Vater habe ich seit etwa 10 Monaten keinen Kontakt mehr. Nach 32 Jahren habe ich mich einmal getraut, ihm einen Brief zu schreiben. In dem beschrieb, ich wie belastend alles auch für uns Kinder war und dass sich alles immer nur um die Eltern drehte. ... Wenn man so will, habe ich mit diesem Brief versucht, mich zu befreien. Mich abzunabeln! ... Diesen Brief fand er eine absolute Frechheit, als Kränkung und Unverschämtheit. Mehr ist bisher leider nicht geschehen. Leider ist mein Vater nicht kritikfähig... Mein Vater hat diesen Brief nicht verstanden und nun haben wir keinen Kontakt mehr. Ich bin nach wie vor sehr froh, ihn geschrieben zu haben! (I22)*

*Ja, mit 17, 18, 19 habe ich das mal versucht. Die Antwort war: „Ja sag mal, wie redest du denn mit deinem Vater. Was bildest du dir eigentlich ein? Du hast ja überhaupt keinen Respekt.“ (I23)*

*Ja, aber der Versuch ist gescheitert. Sie versteht mich nicht und will von meiner Schwester eine Erklärung für mein Verhalten. Sie bot mir an, einen Brief zu schreiben, aber da sie schon ganz feine Unterschiede nicht erkennt (tu es nicht für mich, sondern für dich), weiß ich derzeit einfach nicht, wie ich meine ganz diffusen Gefühle und mein Verhalten nun in der Geldgeschichte erklären könnte. ... Meine Mutter versteht mich in dem Punkt nicht und sieht die Lösung darin, gar nicht mehr darüber zu reden. (I32)*

### **Versuche führten zu Belastungsreaktionen der Mutter; zumutbar?**

➤ Manche Trennungskinder nehmen beim Versuch, über die zurückliegende Familienbiografie zu sprechen, deutliche Belastungsreaktionen bei einem Elternteil wahr, was dann zu Überlegungen führen kann, diese zu schützen und auf einen weiteren Austausch zu verzichten.

*Das ist ein bisschen tabu, ja, weil meine Mutter da immer noch dran zu kämpfen hat. ... Und sie ist halt immer noch auf dem Punkt, wo sie ihm nicht über den Weg traut. ... Ja, sie ist auf jeden Fall noch in der tiefen Verletzung. Das wird sich auch, denke ich mal, nicht mehr ändern. (Stefan)*

*Weil ich dann doch noch mal wissen wollte, wie das sein kann, dass man seine Kinder komplett quasi dem Vater entzieht? Und da hat sie also mit einer Begründung geantwortet, die ich allerdings so oberflächlich fand, dass das nicht die eigentliche Begründung sein kann. Habe dann gesagt, ok, das ist ihre Begründung. Sie hat sich das so zurecht gelegt und jetzt ist die Frage: Forche ich weiter und bringe ein Weltbild in Wanken und löse irgendwelche psychologischen Schocks aus, die ich nicht möchte, oder lasse ich es bei der Mutter dabei? Und ich hab dann für mich entschieden,*

*gut, also die hat da jetzt über dreißig Jahre mit gelebt, ich breche mir mal selbst das Recht ab, das bis aufs Messer noch mal ausfechten zu wollen und habe es dann gelassen. ... Und ich hab dann gesagt: Ok., ich hab es für mich geklärt. Das ist nicht mein Problem, es ist ein Problem meiner Mutter und daher lasse ich sie in ihrer Welt, wie sie sich das jetzt zurechtgelegt hat. ... Ich habe es versucht, noch mal aufzuklären mit ihr und das scheint sie nicht zu wollen oder nicht zu können, und damit ist die Sache für mich jetzt beendet. (Martin)*

*Ich habe ihr dann irgendwann mal so einen Brief geschrieben, wo ich dann so ein paar aktuelle Sachen geschrieben habe, wie ich das so empfinde. ... Und das hat sie dann schon ganz schön mitgenommen. Und sie wollte dann auch noch mal da drüber sprechen und ... ich bin dann mit ihr spazieren gegangen und sobald ich neben ihr bin, habe ich gleich das Gefühl, das kann ich ihr nicht zumuten, weil ... dann fängt sie an zu heulen und dann tue ich ihr damit irgendwie weh. (Maria)*

*Ich bin seit zwei Jahren in psychologischer Therapie und seit dem versuche ich, hin und wieder mit ihr über dieses oder jenes zu sprechen. Es fällt mir schwer, weil ich merke, dass ihr das weh tut. (I23)*

### **Heilung, Trost, Versöhnung**

➤ Jedes zehnte Kind in dieser Studie hat als Erwachsene(r) den Austausch mit den Eltern über frühere Ereignisse als heilend, tröstend und versöhnend erlebt. Teilweise konnte die Eltern-Kind-Beziehung auf eine neue, tiefere und „erwachsene“ Ebene transformiert werden. Wiederholt wird benannt, dass ein ehrlicher authentischer Austausch zu einem Verständnis und damit einer Akzeptanz früherer Ereignisse oder Verhaltensweisen führen kann. Es geht also im konstruktiven Gesprächsverlauf zwischen Eltern und Kind um das Wahrnehmen und Anerkennen dessen, was war und ist, ohne dieses entsprechend den eigenen Vorstellungen noch ändern zu wollen oder zu können.

*Und an dem Tag bin ich zu meiner Mutter gegangen, habe sie in den Arm genommen und meinte, dass sie nicht die Böse war, sondern meine Oma und mein Vater, dass die sich eigentlich verschworen haben. .... Und seitdem war die Beziehung zu meiner Mutter auch wesentlich besser. (Yasmin)*

*Wo ich immer sagte: „Mama, das hätte doch nichts gebracht, wenn du bei ihm geblieben wärst.“ Es ist gut so, ich hatte eine glückliche Kindheit mit dir, also die sicherlich belastet war durch ihre Sorgen, durch ihre Wunden und durch das Verhalten meines Vaters, das war sicherlich nicht die beste Kindheit, die man haben kann, aber ich hatte meine Mama, die zu mir steht, die irgendwie immer für mich da war. Ich hatte eine großartige Großmutter, ich hatte Kontakt zu meinem Vater. Sicherlich hat es Spuren hinterlassen, aber sie hat es versucht, das Beste draus zu machen und das zählt für mich, im Nachhinein. Und das habe ich auch immer als Kind so gespürt. (Kathrin)*

*Also ich habe mit meinem Vater da vor zwei oder drei Monaten jetzt wirklich intensiv mal drüber geredet. Als Vater-Sohn-Beziehung ist das natürlich auch nicht einfach, über so etwas zu sprechen. Und wir haben also*

wirklich ausgiebig darüber auch geredet ... über den Grund, warum es halt so gekommen ist (mit der Trennung). Wenn wir so einen Punkt gefunden haben und dann eben im Gespräch drin sind, dann läuft das auch wirklich gut. Also wir haben auch schon viele Sachen bewältigt, die uns halt beide früher bedrückt haben. ... Und wo wir halt auch beide erkannt haben, dass sie uns getrennt haben. Und das hat uns beiden sehr geholfen, denke ich mal. (Stefan)

Und das war schon, glaube ich, für beide aufregend, aber wir haben uns sehr gut verstanden, hatten also ein sehr schönes Wochenende zusammen, und ja, haben viel geredet und viel geweint. Also ich hab viel über ihn erfahren und er sagte zu mir: Mensch, ich hab dich jetzt auch als Menschen neu kennen gelernt, du bist nicht mehr Mariannes Tochter, sondern du bist jetzt Alena, du bist meine Tochter, aber du bist jetzt auch ein Mensch, vor dem ich Achtung habe ..., den ich so akzeptiere. ... Ich glaub, für mich ist einfach gefolgt, dass ich diese Sehnsucht und diese unerfüllten Erwartungen abgelegt hab. Ich bin dadurch glücklicher geworden oder entspannter, was die Beziehung angeht. Ob's bei ihm was gebracht hat, weiß ich nicht, hoffe ich aber mal. Ja, wir telefonieren ab und an mal und wenn wir uns sehen, ist auch gut, aber mein Bedürfnis ist einfach auch nicht mehr so stark. Also ich akzeptier es jetzt einfach so, wie es ist. (Alena)

Ja, wir haben über alles gesprochen. Er bedauerte vieles, sagte, dass er dieses und jenes nicht hätte tun dürfen. Er beantwortete sehr offen alle meine Fragen. Wir betrauertem gemeinsam die verlorene Zeit. (I10)

Wir haben viel miteinander gesprochen, gemeinsam geweint, sie hat Fehler zugegeben, es hat uns beiden den Weg zu einem verständnisvollen Miteinander geebnet. (I35)

Als meine Mutter im Oktober vergangenen Jahres für ein Wochenende (nach jahrelangem Kontaktabbruch) bei mir zu Besuch war, haben wir uns gleich am zweiten Tag beim Frühstück miteinander ausgesprochen. Wir wollten es offenbar beide, und so entstand dieses Gespräch vollkommen entspannt aus dem Moment heraus. Was mich überrascht hat: Meine Mutter war weit davon entfernt, sich zur Märtyrerin zu stilisieren, so wie sie es in der Vergangenheit so oft gemacht hatte. Ihr war vollkommen klar, dass mein Vater und sie ziemlich viel falsch gemacht haben. Und nun wollte sie wirklich alles wissen. Ich erzählte ihr alles, was nun in mir aufstieg, und das war ziemlich viel. Das Gespräch verlief sehr schön und heilsam. Meine Mutter zeigte ein ehrliches Interesse, und ich wiederum war in der Lage, ihr alles ohne einen Anflug von Vorwurf im Ton zu erzählen. ... Das Gespräch hat in uns beiden offenbar sehr gewirkt. Meine Mutter begegnet mir seither mit einer Sensibilität, die ich ihr nie zugetraut hätte, und sie hat mich seitdem einige Male dermaßen überrascht, dass mir augenblicklich vor Glück die Tränen kamen. (I36)

### **Würdigung der Bewältigungsanstrengungen des Vaters**

➤ Stefan konnte die positive Entwicklung seines Vaters in Bezug auf den früheren Trennungskonflikt und die Bewertung der Mutter über Gespräche wahrnehmen und dadurch auch als Bewältigungsleistung würdigen.

*Aber er sagt auf jeden Fall, die Zeit, wo er schlecht über sie geredet hat, die ist vorbei. Sie hat auf jeden Fall ihre guten Seiten. Das sagt er jetzt auch immer wieder und fragt auch nach, wie es ihr geht. Und das zeigt mir halt auch, dass er schon ein Stück weiter gekommen ist. (Stefan)*

### **Schmerzliche Reflektion und Konfrontation auf beiden Seiten**

➤ Ein Austausch über die Familiengeschichte kann sowohl bei dem Kind wie auch bei dem Elternteil zu schmerzlichen Erkenntnissen oder Konfrontationen mit früheren Verhaltensschwächen führen.

*Z. B. es ist auch immer noch so, dass ich mit meinem Papa zusammen bin und es ist alles gut. Und dass ich dann irgendwann zu Hause in meinem Zimmer bin, und ich krieg total den Heulkampf. Auch jetzt noch. ... Ich hatte es jetzt gerade Weihnachten dieses Jahr. ... Also es war dieses Mal keine Belastung, dieses Mal war es so schön und dann muss ich weinen. Weil ich dann denke: Oh Scheiße! Scheiße, was haben wir denn damals gemacht. ... Ja, warum ist das alles so verkorkst, so wie es gewesen ist. ... Er versucht mir ja einzublöken, die ersten sechs Jahre hatte er viel Zeit, immer die gleiche Leier, dass er ja die ersten sechs Jahre bei mir war und das sind ja die wichtigsten. Das ist so extrem, ich meine sein gutes Gewissen. ... Da habe zum ersten Mal dieses Ding gebrochen. ... (Ich sagte ihm), dass er mir ja nichts vormachen muss, dass er nicht so tun muss, er sei ein guter Vater, wenn er keiner ist, habe ich ihm gesagt. ... Also ich wollte nicht sagen, dass er ein schlechter Vater ist, aber er braucht mich nicht dazu benutzen, irgendeinen Schnickschnack zu erzählen, sprich Lügen, nur damit er sich gut fühlt. So wie du grad schon sagtest: idealisieren. So tut und für sich glaubt, dass er ein guter Vater sei, aber es gar nicht ist. (Julia)*

*Es tut ihr weh, die ganzen Jahre in dem Glauben gewesen zu sein, das Bestmögliche getan zu haben und jetzt sehen zu müssen, dass so vieles völlig falsch war. (I23)*

### **Bis heute Selbstvorwürfe, Schuldgefühle der Eltern**

➤ Auf der Elternseite können derartige Gespräche mit dem Kind durch die damit verbundene Konfrontation mit früheren eigenen Verhaltensbeiträgen zu Schuldgefühlen und Selbstvorwürfen führen.

*Ja, ich habe mit meiner Mutter darüber gesprochen und bis heute macht sie sich Vorwürfe, dass sie sich von meinem Vater getrennt hat. Ich habe ihr gesagt, dass sie die „richtige“ Entscheidung damals für sich und für uns Kinder getroffen hat, weil sie mit meinem Vater eine unglückliche Beziehung geführt hat, unter der ich als Kind auch gelitten habe. (I13)*

*Wenn ich versucht hab, ihr von mir zu erzählen, wie es mir gegangen ist und was für eine Wirkung die Trennung auf mich gehabt hat, hat sie sofort mit Schuldgefühlen geantwortet, auch wenn sie Alkohol getrunken hat, war das oft Thema. Sie hat sofort ihre Schuld zugegeben, hat gesagt, sie sei ja auch eine schlechte Mutter. (I14)*

*Meine Mutter hat sich trotzdem sehr geschämt und geweint. Sie hätte mir eine schönere Kindheit und Jugend gewünscht, sagte sie und entschuldig-*

*te sich bei mir. Und dann bat sie mich, ihr die Möglichkeit zu geben, mir zu beweisen, dass sie eine gute Mutter sein kann. (I36)*

*Es tat ihm alles sehr leid, er hatte starke Schuldgefühle. In den letzten Jahren hat er versucht, das mit Geldgeschenken etwas auszugleichen. (I37)*

### **Elternteil hält fest an alten Schuldzuweisungen; Abwehr, keine Reflektion**

➤ Manuela weicht entsprechenden Gesprächen mit ihrem Vater eher aus, da dieser bei einem längeren Austausch zu den schon früher ihr bekannten Schuldzuweisungen und Abwertungen gegenüber der Mutter kommt, worauf Manuela selbst wiederum mit ihrem schon als Kind entwickelten „Reflex“ reagiert, die Mutter in Schutz zu nehmen. Auch andere Kinder berichten davon, dass die Eltern Gesprächsversuche abwehren und zu einer Selbstreflektion früherer Verhaltensweisen nicht bereit sind.

*Das mache ich sogar heute noch, dass ich einfach vermeide, mehr als drei Stunden da zu sein. (Was geschieht denn, wenn du längere Zeit mit ihm zusammen bist?) ... Und dann kommt da auch wieder hintenrum etwas über Mama, dass Mama uns schlecht erzogen hat, weil wir ja irgendwie mit unseren Männer immer so Probleme haben. (Manuela) ... Gerade vor drei Monaten hat er mir auch noch mal schriftlich Beweise vorlegen wollen, dass meine Mutter untreu war. Ich hab gesagt, zeig doch mal. ... Und die Beweise konnte er gar nicht liefern. Also er war für eine dreiviertel Stunde im Keller. Und da war mir noch mal ganz bewusst, dass es auch bei mir diese Wut auslöst ihm gegenüber, dass es eine Frechheit ist, dass er sich anmaßt, überhaupt so was zu sagen über meine Mutter. ... Ja, also ich denke, das hat eigentlich damit zu tun, dass ... ich versuche, meine Mutter immer in Schutz zu nehmen. Genau diese Situation wie vor 25 Jahren, als ich mit ihr zusammen die Tür zugehalten habe und sie in Schutz genommen habe. Also ich habe immer dieses Gefühl wegen meiner Mutter: Ja, das ist meine heilige Mutter. (Manuela)*

*Ja, ca. vor 8 Jahren. Sie sagte, man käme ja nicht als perfekte Mutter auf die Welt und ich sei ihr 1. Kind, da übe man noch. Sie zeigte keine Reue angesichts ihrer Fehler und meinte, sie würde alles noch mal so machen. Zu den psychischen Auswirkungen der Trennung auf mich meinte sie „So ein Quatsch, ich hab dich doch groß bekommen, aus dir ist was geworden, was willst du eigentlich?“ ... Vor ein paar Jahren fragte ich sie mal, warum sie mich als Kind so gehasst hat. Sie sagte: „Weil du deinem Vater so ähnlich bist. Ich hab's versucht, aus dir rauszuprügeln, aber es ist mir leider nicht gelungen.“ ... Er redet nun wie ein Wasserfall über die Scheidung und die schlechte Ehe mit meiner Mutter. Das nervt mich und auch die Freundin meines Vaters. Er hat die Scheidung von meiner Mutter und die Trennung von mir nie verarbeitet/verwunden. ... (I10)*

*Ja, sie meint, ich bin das Kind und habe keine Ahnung und ich wolle andere belehren. (I18)*

*Mal ein bisschen, aber sie will nicht einsehen, dass die Situation damals uns auf irgendwelche Weise hat prägen können. Sie war ja Kriegs- und Flüchtlingskind (meine Familie ist ukrainisch) und hatte viel Schlimmeres*

*erlebt. ... Wie bei meiner Mutter ist er nicht in der Lage, so was zu erkennen. (I24)*

*Ich habe es versucht. Oberflächlich sieht sie es ein, wird aber weinerlich. Wir werden ihren Anteil nicht aufarbeiten können. Sie kann und will nicht schuld an irgendetwas sein. Das passt nicht in ihr Selbstbild. (I26)*

### **Starke Konflikte, Kontaktabbruch des Elternteils**

➤ Die Gesprächsinitiative eines Kindes und dessen eigene Stellungnahme kann heftige emotionale Reaktionen auf Elternseite auslösen und zu einem von dort eingeleiteten Kontaktabbruch führen.

*Es gibt Themen (mein Vater, das Haus), die man besser nicht mit ihr bespricht. Diese Problematik ist bis heute präsent und hat zu einem Abbruch des Kontakts (seitens der Mutter) geführt. ... Streit und Unverständnis ihrerseits. Und immer wieder gebetsmühlenartig die alten Argumente. Nachdem meine Ehefrau unsere Meinung unmissverständlich, jedoch begründet gesagt hat, hat meine Mutter den Kontakt abgebrochen. (I01)*

### **Ich bin selbst ambivalent**

➤ Der Teilnehmer (I09) zeigt sich ambivalent in seinem Gesprächsanliegen. Einerseits hat er sein Informationsbedürfnis verfolgt, andererseits besteht auch ein Wunsch nach vergessen und verdrängen.

*Nur kurz angeschnitten und sie hat mir auf die Fragen Rede und Antwort gegeben, aber ich nicht oft nach gefragt. Es ist eben passiert und verdrängen ist manchmal die bessere Lösung. (I09)*

### **Ich sehe selbst keinen Sinn darin; Vermeidung**

➤ Ca. 15% der Teilnehmer vermeiden einen derartigen Austausch mit ihren Eltern bzw. sehen darin keinen Sinn, einerseits weil ihnen selbst das Bedürfnis oder der Mut hierzu fehlt oder sie sich davon keine positiven Ergebnisse versprechen.

*Nein, das würde ihn belasten. Bringt heute nichts mehr. (I00)*

*Nein, und ich habe auch kein Bedürfnis. (I02)*

*Das würde nichts bringen und er würde mir nicht zuhören und es auch nicht verstehen, was damals und heute ein Problem für mich war. Es wäre ihm auch glaub ich egal, Hauptsache, er kommt gut bei den Sachen weg. (I09)*

*Ich habe es bisher meistens vermieden. Fakt ist, dass meine Mutter während der Ehe permanent fremd gegangen ist. Selbst wenn sie dazu Stellung beziehen würde, würde es das nicht besser machen. Im Gegenteil, meine Wut würde wieder hochkommen. Sie hatte eine Affäre mit meinem Grundschulleiter, mit einem Nachbarn, mit meinem Onkel ... da möchte man einfach nicht mehr drüber wissen. (I22)*

*Ich habe sie nie auf die Vergangenheit angesprochen. Unsere Beziehung heute ist nicht tief. ... Wenn sie hier ist, habe ich sie gern um mich, auch wenn sie oft Dinge von früher erzählt, die nicht stimmen, Versprechungen nicht einhält usw. Ich lasse ihr die Rolle, die sie spielt. (I27)*

*Leider nein, mir fehlte der Mut. (I30)*

*Gelegentlich im Laufe der Jahre klang so was an. Manchmal, meist im Rausch, hat sie gesagt, sie bereut, mich so früh als Erwachsenen behandelt zu haben und mir auf Grund ihrer psychischen Unfähigkeit große Lasten aufgebürdet zu haben. Mir ist das egal, ändern kann man es nicht, damals empfand ich es nicht so, ich möchte heute eigentlich nicht diskutieren, sondern Ruhe. (I34)*

## 8.6 Biografische Spuren elterlicher Trennung im Erwachsenenleben

Natürlich wurde von den TeilnehmerInnen in der persönlichen Gesprächen wiederholt erwähnt, dass sie bis in die Gegenwart Auswirkungen der damaligen familiären Ereignisse im Zusammenhang mit der elterlichen Trennung erleben. In der Fragebogenerhebung wurde (je nach Version) gezielt danach gefragt. Aus methodischer Sicht muss stets in der rückschauenden Bewertung ein „ex-post-facto-Fehler“, also eine kognitive oder emotionale Verzerrung der Kausalattribution früherer Ereignisse auf später eintretende angenommen werden (s. a. yyyy). Dieses wird von zwei TeilnehmerInnen wie folgt umschrieben:

### **Mein So-Geworden-Sein hat viele Wurzeln, nicht nur die Elterntrennung**

*Ja, mir ging es in der letzten Zeit nicht so besonders gut und das hing aber eher jetzt nicht mit meinen Eltern, sondern mit mir zusammen. (Yasmin)*

*Ich meine, man kann nicht immer in der Vergangenheit leben. Ich bin heute das Ergebnis vieler Erlebnisse, nicht nur der Trennung und der Zeit davor und meiner Eltern. (I24)*

### 8.6.1 Belastende oder beeinträchtigende Auswirkungen

Etwa jeder dritte Teilnehmer (24 von 66) berichtet von auch noch gegenwärtig bedeutsamen belastenden Auswirkungen der Elterntrennung auf die weitere eigene Entwicklung

#### **Ich kann nur schwer über bestimmte Kindheitserfahrungen zu sprechen**

➤ Manchen erwachsenen Trennungskinder fällt es schwer, über Erfahrungen im Zusammenhang mit der Elterntrennung und diesbezügliche Gefühle zu sprechen, obwohl sie den Eindruck haben, dass es sich dabei um bedeutsame Erlebnisanteile handelt.

*Ich glaube, das ist bis heute immer noch ziemlich schwer, da ran zu kommen, also so an so einzelne Sachen oder an Gefühle, die sich jetzt an konkrete Sätze oder so binden. ... Und jetzt bin ich aber bei einer anderen Frau (Psychotherapeutin) und die sagt halt: Ja, das ist eindeutig Schock-*



*zustand und dass es halt einfach eine Weile braucht, bis man da wieder raus kommt. (Und ist dieser Schockzustand damals entstanden?) Ja, bestimmt. ... Ja, wobei ich kann nie, also im Moment auch nicht, davon sprechen, wie ich mich damals gefühlt habe, sondern es ist immer erst jetzt so im Laufe der Therapie, dass ich merke: Ach so, das gibt's auch, also so was wie Sehnsucht nach der Mutter oder tierische Wut irgendwie oder so. Also das gab's damals überhaupt nicht. (Maria)*

*Die Trennung der Eltern hat mich in einiger Hinsicht kalt in manchen Gefühlsdingen werden lassen. Von Mutters Seite her wurde immer betont, dass es uns ja an nichts gemangelt habe ... Sicherlich nicht in materieller Hinsicht, aber rein emotional bin ich einfach nicht fähig, über einige Dinge in der Vergangenheit zu sprechen. Und ich glaube auch nicht, dass ich diese ganzen Dinge verbalisieren könnte. Niederschreiben ist etwas ganz anderes. (k06)*

*Dinge damals nicht aufgearbeitet zu haben macht es heute, auch wenn man denkt, es sei nichts gewesen, um so schwerer. (l06)*

### **Flashbacks schmerzlicher Gefühle oder Verhaltensmuster „von damals“**

➤ Jede zehnte TeilnehmerIn berichtet, dass bis in die Gegenwart spontan schmerzhaft Gefühle aufsteigen können, die sie mit der früheren Eltern-trennung bzw. der Lebensphase danach in Zusammenhang bringen. Erwähnt werden Antriebslosigkeit, Hilflosigkeitserleben, spontane Traurigkeit beim Ansprechen auf die Eltern, Anhalten von Sehnsucht und Trennungsschmerz und schließlich das „Déjà vu-Erleben“, wie alles um mich herum weg bricht.

*Also was ich mir leider immer noch angewöhnt habe, dass ich halt, wenn ich keine Kontrolle habe oder keine Aufsicht, dass ich dann ganz oft in diese faule Masche wieder zurückfalle. ... Dass ich dann halt mich teilweise schwer aufraffen kann, irgendwas zu machen. ... Und wenn es dann zu dem Druck kommt, dann funktioniert das wunderbar. Und das ist, denke ich mal, halt so eine negative Eigenschaft, die auf der Zeit nach der Trennung noch immer beruht. (Stefan)*

*Also ich glaube, das ist so eine Verhaltensweise, die habe ich bis jetzt noch, ... weil ich das Gefühl habe, ich kann ja sowieso nichts tun, also ich bin doch sowieso, na ja, ausgeliefert ist schon wieder so was Bewertendes ... Aber dass ich jetzt erst merke, ich kann doch tatsächlich was tun. Und damals hatte ich nicht das Gefühl, dass ich irgendwie einen Spielraum habe. (Maria)*

*Ich habe heute noch oft das Gefühl wie früher und immer dieses Bild vor Augen, wie alles um mich herum weg bricht (im zeitlichen Umfeld der elterlichen Trennung). Es gab eine Zeit, da habe ich behauptet, es sei sehr gut für mich gewesen, dass sich meine Eltern getrennt haben, weil es positiv, ohne viel Streitigkeiten auseinander gegangen ist. Jedoch empfinde ich heute noch diesen Schmerz wie damals. (k05)*

*Vor kurzem war ich zur Krankengymnastik, und die Physiotherapeutin sprach mich auf mein Verhältnis zu meinem Vater/Mutter an; und schon liefen die Tränen, dabei war gar nichts Tiefgehendes passiert. Immer wieder frage ich mich bei dem Anschneiden dieser Themen, ob ich nicht doch*

*mal eine ( Gesprächs-) Therapie in dieser Hinsicht machen sollte. ... Es gibt zunehmend Situationen, wo ich solche Emotionen nicht mehr in mein „Hinterstübchen“ stecken kann. Und ich merke, dass ich über einige Themen ja gar nicht mehr sprechen kann... Teils ja , im oberflächlichen Geplänkel mit Mitmenschen klappt es prima, aber sobald mir jemand die richtige Frage mit dem richtigen Blick stellt, kullern schon die Tränen. Aber es ist soooo wahnsinnig schmerzhaft, dies alles vielleicht mal aufzuarbeiten. (k06)*

*Und das ist bis heute geblieben. Der Trennungsschmerz. Ich studiere mittlerweile in einer anderen Stadt, mein Vater ist aufs Land gezogen und ich sehe meine Eltern alle paar Wochen. Aber meine Sehnsucht nach ihnen ist konstant, ich hab manchmal das Gefühl, mit ihnen immer noch was nachholen zu müssen und wenn ich nach einem Wochenende mit ihnen wieder gehe, tut es jedes Mal noch irgendwo weh. (I28)*

*Eine gewisse Traurigkeit in Bezug auf meine Eltern ist tief drinnen vorhanden. (I28)*

### **Zu frühe Autonomie, Überforderung an Selbstständigkeit**

➤ Wie schon in yyyy beschrieben, wird in der (zu) frühen und teils überfordernden Selbstständigkeit eine durch die Elterntrennung beförderte Entwicklung gesehen. Sie kann aber auch als Ressource in der Rückschau betrachtet werden (s. 8.6.3).

*Ich glaube, dass ich relativ schnell selbstständig geworden bin. ... Es war ja auch so viel irgendwie, erst die Trennung meiner Eltern, dann kam mein Onkel dazu, dann die ganzen Streitigkeiten, dann das mit meiner Schwester, die dann auszog. Es war einfach immer irgendwas los, irgendwas Emotionales. Und das ist schon für so ein pubertierendes Kind, glaube ich schon, zu viel gewesen manchmal. (Gisela)*

### **Zu starke Bindung an einen Elternteil, behinderte Verselbstständigung**

➤ Schon oben (8.5.1 und 8.5.2) wurde über Ablösungs- und auch Abgrenzungsprobleme des Kindes vom vormals hauptbetreuenden Elternteil berichtet. Im Zusammenhang mit dem hier vorliegenden Thema der biografischen Prägungen soll dieser Aspekt noch einmal beschrieben werden.

*Und das Gute war eben, dass er dann auch gerade eine Freundin hatte, als ich ihm das sagte, und als ich gerade zurück kam, da war es dann ja ganz dramatisch, weil da hatte er sie gerade wieder verloren und dann war es wirklich noch mal kurzfristig, dass ich wirklich Angst hatte, ob das wirklich klappt mit dem Umziehen. Weil das war so ein Druck, dass er nicht alleine leben kann. (Maria)*

*Natürlich fand ich mal einen Freund oder einen Mann gut. Aber ich habe richtig gefühlt, so lange ich hier mit meiner Mutter wohne, ist das nicht möglich. ... weil das war wohl nicht gewünscht, ich hätte das gar nicht gegenüber meiner Mutter durchsetzen können. ... Weil ich hab das so als Schicksal angenommen, dass eben meine Rolle damals so war. Aber natürlich habe ich mich dann damit auseinandergesetzt, dass ich eben Krankenschwester, Haushälterin und Freundin und alles mögliche war, nur e-*

*ben nicht mich selbst entwickeln konnte. Und da habe ich lange gestritten mit ihr. Und auch lange versucht, ihr das klar zu machen. Aber mittlerweile versteht sie das. (Karen)*

### **Wunsch nach (heiler) Familie bis heute**

➤ Einige Trennungskinder glauben, dass ihre Sehnsucht nach einer heilen, funktionierenden Familie, der bis in das Erwachsenenleben fortbesteht, seine Wurzeln in den Erfahrungen der Elterntrennung hat.

*Also dass ich danach immer wollte, dass die Familie zusammen gehört und dass ich jetzt auch eher so der Familienmensch bin, Also das wär halt auch das größte für mich, eine vernünftige funktionierende Familie zu haben. ... Grundsätzlich einmal diese Geschichte, dass ich mir tief im Inneren halt noch meine eigene Familie wünsche, meine eigene heile Familie. (Bernd)*

*Sicherlich wünschte ich mir eine Familie - dieser Wunsch ist heute noch unerfüllterweise in mir. (I05)*

### **Unsicherheit, Distanz zu eigenen Gefühlen und Bedürfnissen**

➤ Die mangelnde Fähigkeit, eigenen Gefühlen oder Bedürfnissen zu trauen oder diese überhaupt wahrzunehmen, wird von einigen Trennungskindern als Folge der durch die Elterntrennung gekennzeichneten eigenen Biografie angesehen.

*Also, das ist ja im Moment auch mein Thema, dass ich nie weiß, ob das nun der richtige Partner ist, oder mich nicht traue und ja eigentlich nicht weiß, was ich will. Und das beziehe ich schon darauf, dass ich eben gar nicht gelernt habe, überhaupt mal zu hören, was ich will oder was ich darf. Was darf ich denn überhaupt? Oder was ist möglich, was ist gut für mich, was darf ich und da bin ich schon sehr verunsichert. (Karen)*

*Die Trennung der Eltern hat mich in einiger Hinsicht kalt in manchen Gefühlsdingen werden lassen. Von Mutters Seite her wurde immer betont, dass es uns ja an nichts gemangelt habe. (k06)*

*Vermeidung von Gefühlen. (I05)*

### **Sich schuldig fühlen**

➤ Es ist möglich, dass ein Trennungskind auch noch als Erwachsene(r) Schuldgefühle hat, den Eltern das Leben erschwert zu haben, und dieses auf sein Erleben nach der elterlichen Trennung zurück führt.

*Ich habe oft immer noch das Gefühl, für beide Elternteile ein Dorn im Auge zu sein, ich fühle mich oft schuldig, beiden das Leben erschwert zu haben. Ich war kein geplantes Kind und die Hochzeit war eher ungewollt und erzwungen. Von beiden Elternteilen bekam ich nach der Trennung plötzlich keinerlei große Aufmerksamkeit oder Zuspruch, nur wenn ich etwas angestellt oder falsch gemacht habe. (k05)*

### **Hadern mit dem eigenen Schicksal; ich hatte eine beeinträchtigende Kindheit**

➤ Manche erwachsene Trennungskinder blicken auf ihre Biografie zurück mit dem Gefühl, ein schweres Schicksal oder entwicklungsbeeinträchtigende Umfeldbedingungen im Zusammenhang mit dem Auseinanderbrechen der Familie gehabt zu haben.

*Ja, das ist so, eine schlechte Beziehung seiner Eltern, die da einem vorgelegt wird oder die man mitbekommt, das beeinflusst einen sehr. ... Also wenn ich darüber nachdenke, dann werde ich traurig. Also, ... das ist nicht schön. (Karen)*

*Ich glaube, wenn wir jetzt eine glückliche Familie bis jetzt immer noch gewesen wären, dann wäre ich irgendwo auch fröhlich und hätte nicht das Bedürfnis gehabt, mich in eine Personengruppe rein zu bringen, in der ich mich geborgen fühle, in der ich das kriege, was ich von den beiden ja nie bekommen habe. (Yasmin)*

*Also ich denke mal, wenn meine Eltern sich nicht getrennt hätten, hätte ich mein Abitur ganz normal geschafft, dann wäre ich entweder zur Bundeswehr als Offizier gegangen und wäre da jetzt im Studium gewesen und wäre wahrscheinlich auch in der Firma von meinem Vater, da hätte ich dann auch angefangen, denke ich mal. Und das hätte jetzt alles einen ganz anderen Rahmen gegeben, dann hätten wir wahrscheinlich finanziell nicht solche Sorgen gehabt wie jetzt. (Das klingt so, dass das geradliniger und ein bisschen leichter für Sie gewesen wäre?) Ja, auf jeden Fall. (Stefan)*

*Dass überhaupt ein bisschen Friede ist, das war zu selten. Es gab nie richtig Frieden. ... Es kam ja wirklich immer noch was drauf. Ich hab ja echt immer gedacht, so jetzt mal, angefangen bei diesem Punkt mit dieser Handgreiflichkeit, das war für mich eigentlich so der Endpunkt (mit 12 Jahren). Aber es ging immer weiter, immer noch einen drauf. ... Und dann dachte ich ja eigentlich mit dem Auszug, dass es halt dann besser würde, aber das war ja auch erstmal nicht so. ... Heute ist es tatsächlich ruhiger. ... Jetzt wird da erst mal mehr drüber geredet. (Julia)*

*Das ist es eigentlich, was mich manchmal bekümmert, dass ich das Gefühl habe, ich hatte so viele Probleme abzarbeiten, die eigentlich die Probleme meiner Eltern waren. Dass es mich soviel Zeit in meinem Leben gekostet hat, meinen Weg zu finden und die Ausdauer, auch beruflich selbständig zu sein. Das war mir immer so wichtig für mich, aber ich war oft abgelenkt durch alle diese zwischenmenschlichen Konflikte. (I15)*

*Wie oft hadere ich noch als Erwachsene und mittlerweile selbst Mutter von 2 Söhnen mit mir, meinem Schicksal und vor allem mit meiner Kindheit. (k06)*

*Mich hat meine Kindheit und Jugend zerbrochen. Positiv ist, dass ich immer noch lebe. (I35)*

### **Ungeklärte Fragen an Identität und Wurzeln**

➤ Mit zunehmendem Alter können in einem Trennungskind Fragen zu den eigenen Wurzeln und ein Gefühl der Unvollständigkeit entstehen.

*Ich habe gerade in der Kindheit und in der Jugendzeit das Gefühl der Unvollständigkeit gehabt und den Wunsch, zu erfahren, wer ich bin, woher ich stamme. (k01)*

### **Pessimismus, Misstrauen, mangelndes Vertrauen, kein innerer Halt**

➤ Etwa jedes zehnte der teilnehmenden Trennungskinder berichtet von einem Lebensgefühl, welches eher von Pessimismus, Misstrauen, plötzlich auftauchendem Einsamkeitserleben und dem Gefühl von mangelndem inneren Halt geprägt ist.

*Weil (meine Kollegin) so ein Elternhaus hat, solch eine Ruhe, dass die Eltern zufrieden sind mit dem, mit ihrem eigenen Leben, dass sie ihr Leben leben, dass diese Kollegin so stabil ist – ja, sie kann sagen: Das sind meine Eltern und hier gehe ich weiter. Sie hat auch klare Ziele, ihre Partnerschaft, das Kind, der Beruf. Gut, auf diese klaren Ziele bin ich jetzt nicht eifersüchtig, aber auf diese Ruhe, die sie hinter sich hat. Diese Stärkung, diese Basis, die Eltern. (Gabi)*

*Pessimismus. (I02)*

*Außerdem bin ich sehr misstrauisch. (I22)*

*Ja, mir fehlte der Halt, der Sinn, das Vertrauen. Habe mein Leben lange nicht auf die Reihe bekommen. Zwei meiner Brüder bis heute nicht, der jüngste (der damals erst 8 war) packt es. (I29)*

*Ich denke schon, dass es mit der Trennung irgendwie zusammenhängt. Aber auch mit meinem Leben insgesamt, auch schon als Baby, wo ich wegen Krankheit mehrmals im ersten Lebensjahr im Krankenhaus war, zum Teil unter Quarantäne (Salmonellose) und immer irgendwie allein durch alles durch musste. Wir zogen oft um oder meine Freunde waren weggezogen. So konnte ich nie Halt auf Dauer finden. Das sich meine Eltern trennten, die ich als meinen Halt über mehrer Umzüge hinweg betrachtet hatte, kam dann noch oben drauf. ... Mein Selbstvertrauen ist aber nach wie vor sehr fragil und der Rückzug ins Familienleben statt Arbeit hat vielleicht auch seine Gründe darin. (I32)*

*In den Phasen, in denen das Gefühl der Einsamkeit in den Vordergrund tritt, fühle ich mich von meinen Freunden und überhaupt vom ganzen Leben getrennt. Ich bedaure dann sehr, dass ich keinen Partner gefunden und keine Familie gegründet habe. ... In diesen Zeiten habe ich das Gefühl, in diesem Leben noch absolut nichts gelernt, nichts begriffen zu haben und auf der ganzen Linie eine Versagerin zu sein. (I36)*

### **Verunsicherbarkeit, mangelndes Selbstwertgefühl**

➤ Etwa jedes sechste teilnehmende Kind berichtet als Erwachsene(r) über Gefühle von leichter Verunsicherbarkeit, mangelndem Selbstwertgefühl und Schwierigkeiten in der Ich-Durchsetzung.

*Ja und dann habe ich auch durchaus Ängste, dass andere Leute mich nicht annehmen können. ... Und ja, dass ich einfach dann nicht dem entspreche, was von mir erwartet wird. ... Weil ich ja eigentlich weiß, wie ich bin, und dass ich eigentlich auch viele gute Sachen mache und dass ich auch selbstbewusst genug sein könnte. ... Und dass ich keine Angst ha-*

*ben muss, dass sich alle umdrehen und sagen, nein, die ist ja total doof. Aber das Wissen kann ich nicht mit meinen Gefühlen in Einklang bringen. ... Ich bin häufig ganz unsicher. (Sonja)*

*Und das ist auch nicht nur beim Streit, es ist auch oft im Alltag. Ich muss schon sehr sehr bei der Sache sein, wenn ich z. B. einem der Chefs was erklären muss, zu einer fachlichen Sache, oder wenn der Chef sagt: Ja, aber das ist doch eigentlich so und so. Erst mal nehme ich immer an, was der andere sagt. Ich nehme es immer erst mal für bare Münze. Auch wenn ich das Gefühl habe: Mhm, das kann doch nicht so stimmen. ... Ja, also so ist das, das ist auch nicht gut, was da geblieben ist. (Gabi)*

*Ablehnung erzeugt bei mir regelmäßig große Enttäuschung. Ich kann mit Lob nicht umgehen. Ich schätze schwer meinen „Wert“ ein. (105)*

*Der Umgang mit anderen ist ein schwieriges Thema. Ich habe heute noch einige Schwierigkeiten in sozialen Umfeldern (Schüchternheit, Verunsicherung, mangelndes Selbstbewusstsein). All dies hat sich in der Zeit danach entwickelt. (106)*

*Ich konnte gar nicht erkennen, was ich eigentlich kann und von meinem Leben erwarte. Ich war zu beschäftigt mit Gefühlen und traurigen Dingen. Selbstbewusstsein ist ein großes Thema. Immer wieder kommen Tage, Wochen, an denen ich mich schlecht fühle, nicht gut genug für diese Welt. All das führe ich auf unsere Kindheit zurück. (122)*

*Ja, natürlich. Ich wäre gerne offener und selbstbewusster, wenn es um Gruppenverhalten geht. Im eins-zu-eins Kontakt bin ich manchmal auch unsicher. (124)*

*Kein Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein. Denn als Kinder wurden wir weder gehört noch wahrgenommen. (130)*

## 8.6.2 Freund- und Partnerschaften

42 TeilnehmerInnen und damit fast zwei Drittel berichten von Auswirkungen der früheren Elterntrennung bzw. den nachfolgenden Erfahrungen auf das gegenwärtige Erleben und Verhalten und Freund- und Partnerschaften. Diese sollen im Folgenden beschrieben werden.

### **Zuversicht: Eine Trennung ist für mich bzw. mein Kind zu bewältigen**

➤ Alena erklärt, sie habe in Bezug auf die eigene Partner- bzw. Elternschaft die Überzeugung entwickelt, dass ein Kind auch positiv in einer getrennten Familie aufwachsen und dass man auch als Partner eine Trennung bewältigen könne.

*Es ist ja eigentlich so, dass wenn das Kind da ist, möchte man ihm natürlich ein schönes Leben bieten und auch eine intakte Familie, aber selbst wenn das mit der Partnerschaft nicht mehr klappen sollte, dann weiß ich ja, es funktioniert auch, wenn man getrennt ist, dass das Kind trotzdem irgendwie aufwächst. Und was ich schon sagte, also wenn es von beiden gewollt und geliebt und behütet ist, dann wird es ihm auch nicht schlecht ergehen, denke ich, wenn man das auch gut macht. ... Das kann man al-*

*les irgendwie schaffen. Das macht mir dann eigentliche keine Angst oder Sorgen. (Alena)*

### **Ablehnung von Ehe und eigener Elternschaft**

➤ Einige erwachsene Trennungskinder leiten dezidiert die Ablehnung von eigener Ehe oder Elternschaft aus den früheren biografischen Erfahrungen ab.

*Ich hege keinen Wunsch zu heiraten. Ganz, ganz explizit. Also ich sehe darin keinen Sinn. Für mich ist das eher bedrohlich. ... Ich denk mal einfach die Erfahrungen, die ich gemacht habe als Kind, die waren jetzt nicht so, dass es unbedingt erstrebenswert ist, verheiratet zu sein. Es kann ja sein, dass man sich trennt, das kann sein, aber diese anderen Ehen sind nun ja auch nicht so, wie man sich vielleicht eine harmonische Ehe vorstellt. Also das waren eben keine Vorbilder, wo man sagt: Mensch, das ist toll, das kann ich mir auch gut vorstellen, oder da will ich auch mal hin. Das gab es nicht. (Alena)*

*Es kommt auch nicht von ungefähr, dass ich absolut gegen eine Ehe war. ... Und auch Kinder kamen für mich eigentlich überhaupt nicht in Frage; beide Kinder habe ich sprichwörtlich meinem Mann „geschenkt“, es war ein heiß ersehnter Wunsch von ihm. Sie sind eigentlich ihm zu Liebe geboren worden, obwohl er auch immer betont hat, dass diese Entscheidung ja von uns beiden kommen müsste. Und trotzdem... aus mir heraus kam der Kinderwunsch nicht. (k06)*

*Ganz sicher resultiert mein Wunsch nach Kinderlosigkeit aus meinen eigenen Erfahrungen. Ich empfinde Kinder auch als eine Belastung. Sie nerven mich. Genauso wie ich meine Eltern genervt habe. (I23)*

*Positiv ist an der Sache sicherlich auch, dass ich keine Kinder möchte. Ich möchte mein Leben gestalten können, wie ich das möchte, und ich möchte meine Erlebnisse nicht weiter tragen. Ich kann ruhigen Gewissens sagen, mein Kind wird nicht unter mir leiden. (I23)*

### **Das Elternschicksal wiederholt sich? Kein konstruktives Modell**

➤ Jedes achte teilnehmende erwachsene Trennungskind äußert die Sorge, dass sich früher von ihm wahrgenommene Muster des elterlichen Verhaltens in der eigenen Partnerschaft wiederholen könnten. Hier wird also letztlich die Frage „Wird mir mal dasselbe passieren?“ geäußert, verbunden mit der „Angst, ebenfalls zu scheitern“.

*Oder dieser Schmerz, weil ich das so gewohnt war, dass ich das irgendwie brauche, weil das andere ja nicht mehr da war. Weiß ich nicht, das kann auch sein. ... Dass daraus nie irgendwas wurde, dass ich immer zurückgestoßen wurde. ... Und dass das dann schwer ist, irgendwas anderes zu akzeptieren, wenn mal was anderes kommt, weil man das gar nicht so realisiert, so wahrnimmt. Oder denkt, das ist jetzt wirklich. (Yasmin)*

*Was auf jeden Fall Spuren hinterlassen hat, das kann man nur kurz sagen: Es gibt Liebe, es gibt also große Liebe, man küsst sich, man ist verliebt, es ist schön, aber was ist danach, ich weiß das Ende nicht. Ich kenn das Ende nicht als gut, bzw. nur ein bisschen von meinen Großeltern vtl.*

... (Dass Sie keine Vorbilder haben?) Richtig. Selbst wenn man so viele Bücher gelesen hat, ich sag mal in der Kindheit usw., es ist immer egal welches Märchen – ich war ein großer Fan von Märchen – und das endet ja immer mit dem, dass man einander findet, dass alles gut ist. Es ist steht aber nirgendwo oder wird gezeigt, wie es dann weitergeht. (Gabi)

Ich fühlte mich einfach sicher, das war schon irgendwie ganz schön, aber irgendwie war da plötzlich Studium und neue Leute und irgendwie aufregend und dann die Wünsche, die man vielleicht bei dem Partner, den man da hat, nicht so erfüllt sieht und denkt, es gibt noch was besseres. ... Und man auch selber eigentlich noch zurück will, aber auch nicht kann und irgendwie das Neue doch versuchen will und ich da manchmal dachte, ich bin genauso wie meine Mutter jetzt. ... Aber ich glaube, für meine Mutter war es so: Jetzt noch mal wieder alleine ziehen und dann mit zwei Kindern, das schaffe ich nicht. ... (Was nehmen Sie daraus für sich?) Ja, dass ich aufpassen muss, dass es mir nicht auch passiert. (Alena)

Wird mir mal dasselbe passieren? (k13)

Ich habe manchmal Ängste, die meine Mutter damals gehabt haben muss (Existenzangst, Bindungsangst, vermindertes Selbstwertgefühl etc.). (I07)

Sicherlich die Angst, ebenfalls zu scheitern. (I20)

Die Bilder in meinem Kopf, die sich während der Streits meiner Eltern einbrannten, sind da und bleiben wohl für immer. Sie haben mich schon geprägt und beeinflussen mich in meinen Beziehungsmustern. Aber die Tatsache, dass ich mir dessen bewusst bin, befähigt mich, gezielt entgegenzusteuern, wenn ich mal wieder merke, dass ich alles zu ernst nehme und mir den Kopf „zergrübel“. (I28)

Ja. Ich stelle fest, dass meine Art, Beziehungen zu Partnern einzugehen, der meiner Mutter sehr ähnlich ist. Da ich diese ablehne, finde ich mich ziemlich beziehungsunfähig. ... Es gibt immer eine sehr euphorische und kritiklose Anfangsphase, die dann in extremer Kritik mündet und bald zu Distanz führt. (I37)

### **Beziehung ist anstrengend**

➤ Das Grunderleben, dass eine Beziehung im Grund anstrengend ist („alleine ist schöner“), kann ebenfalls als eine gewisse Prägung durch frühere Erfahrungen empfunden werden.

*Die (Insel des inneren Friedens) sehe ich eben nur eigentlich, wenn ich alleine bin. Weil Beziehung ist immer anstrengend, jedenfalls empfinde ich das im Moment so. Was heißt anstrengend, aber es ist halt immer mit Auseinandersetzungen verbunden, sind halt zwei, das bin ich nicht alleine. Und alleine ist schöner. (Karen)*

### **Den Erwartungen/Meinungen anderer gerecht werden**

➤ In Anlehnung an obige Berichte zu einem mangelnden Selbstwertgefühl kann es in Partner- und Freundschaften aufgrund von Selbstunsicherheit zu einer starken Orientierung an den Erwartungen und Vorstellungen des Partners kommen, verbunden mit Helferdruck und Schuldgefühlen (hiervon berichtet jeder sechste Teilnehmer).



*Na ja, das ist bis heute noch Thema, wenn ich was fühle und eigentlich sicher bin, dass ich das fühle, und wenn denn jemand anderes sagt, z. B. mein Partner sagt, das ist doch Blödsinn, das ist doch Quatsch oder das kann doch gar nicht sein, dass ich also sofort verunsichert bis dahin, dass ich dazu neige, erst mal ihm Recht zu geben und dann quasi eine Stunde später merke: äh nein, aber das ist doch mein Gefühl und das dann noch mal versuche zu thematisieren. (Sonja)*

*Also das kommt mir erst wirklich dann ein bisschen später, dass man sich ja nun nicht bei allen Sachen anpassen muss, aber der Reflex ist immer erst mal da. (Maria)*

*Und im Rahmen dessen hatte ich immer mehr mit meinem eigenen (Thema zu tun), warum ich überhaupt in so eine Beziehung geraten bin, warum habe ich mir jemanden gesucht, der so viel Hilfe brauchte, dass ich all meine Wünsche zurückstellen musste vom Studieren bis allem. (Gabi)*

*Aber ich habe mich immer verpflichtet gefühlt und ich habe mich auch immer schuldig gefühlt und das ist es halt auch, dieses Schuldgefühl. Also ich musste immer irgendwie das machen, was dem anderen recht ist. Das habe ich nicht mehr. (Hella).*

*Ich ... lasse mich durch ihre (Mutter) Meinung sehr beeinflussen. Dieses Verhältnis ist aber bei allen anderen Beziehungen fast gleich. Ich stehe stets unter Druck, anderen gerecht zu werden, bin immer im Konflikt mit mir selbst, so zu sein, wie es andere für richtig halten. (k05)*

*Es ist heute noch so: Ich bin für alle Menschen da, aber ich mache meine Probleme immer mit mir selber aus, um nicht das Gesicht zu verlieren und alles unter Kontrolle zu haben. (I09)*

*Dass ich Verlassenheitsängste habe und immer das Gefühl, nicht geliebt zu werden oder nur, wenn ich es dem anderen Recht mache. (I17)*

*Es ist für mich recht wichtig, was andere von mir denken. Da sehe ich einen Zusammenhang zu der Zeit, als wir mit meiner Mutter und ihrem Freund zusammenlebten, wo ich mich auf nichts verlassen konnte und andere im Dorf über uns tratschten. Für mich als Kind war das schrecklich, ich war ein Konformist, wie die meisten Kinder. Ich wollte nur sein, wie alle anderen! (I27)*

*Im Zusammenleben mit meinem Vater habe ich die Erfahrung gemacht, als unterstützende Kraft unglaublich wichtig zu sein. Ich glaubte, dafür geliebt zu werden, dass ich meine eigenen Bedürfnisse immer nach hinten stelle, dass ich immer zuhöre und für alles Verständnis habe. Dieses habe ich dann natürlich auch auf meine anderen Beziehungen übertragen. Der Liebeskummer in Bezug auf Männer, in die ich mich verliebt hatte, sowie die Enttäuschung in Bezug auf manche Freundschaften (es gab zum Glück auch andere!), die unweigerlich eintrat, sobald ich selbst diejenige war, die Hilfe gebraucht hätte, waren da natürlich vorprogrammiert. (I36)*

### **Konfliktvermeidung; mangelnde Konfliktfähigkeit**

➤ Acht von 64 Teilnehmern beobachten bei sich die Tendenz, in Freund- und Partnerschaften eine Konfliktaustragung zu vermeiden bzw. vermissen eine konstruktive Konfliktfähigkeit. Wiederholt wird die Angst be-

schrieben, bei einem Konfliktgeschehen sei die Beziehung insgesamt gefährdet.

*Ja, also dass mich das schon immer sehr beeindruckt, eben auch in Therapiegruppen, wenn die Leute sich dann mal gegenseitig die Meinung sagen, da habe ich schon öfter mal das Gefühl, dass ich da schon ziemlich Angst kriege und denke: Wenn man sich einmal die Meinung gesagt hat, danach ist dann die Beziehung beendet. ... Obwohl meine Eltern sich ja nicht gestritten haben. ... Aber weil sie's halt nicht offen ausgetragen haben. (Maria)*

*Und das ist natürlich was, was einen prägt. Was auch heute noch nachwirkt. Also deswegen Streit, also schon ein lautes Wort ist für mich schlimm. Also, da merke ich, wie meine Muster da geformt wurden. ... Dann werde ich traurig und dann werde ich wie paralysiert. ... Ja, genau, wie so eine Erstarrung und dann einen Tag später, dann habe ich das verdaut, dann weiß ich Bescheid, dann haben ich meine Gefühle irgendwo versteckt oder halt gelegt oder so, und dann am nächsten Tag kann ich mal ein bisschen klarer darüber nachdenken, aber nicht im Moment. ... Genau, da mache ich die Hände hoch und sag: lass alles über mich ergehen, das soll dann so sein, genau, ich lass es über mich ergehen, das soll dann so sein. ... Dass ich natürlich vor Streit in Beziehungen einfach Angst habe, weil ich dann glaube, dass irgendwie alles, ja dass ich selbst in Frage gestellt bin, oder dass der andere geht, oder so. (Karen)*

*Ich hatte immer das Gefühl, wenn ich jemandem sage: nein, ich sehe das so - dann geht er. Ganz deutlich. (Kathrin)*

*Es ist jetzt noch so, wenn die Türen zu knallen oder ich laute Stimmen höre, da kriege ich leicht Tränen in die Augen, das ist für mich ... Wenn ich jetzt drüber spreche, dann kommen mir bestimmte (Bilder). Entweder die Wohnungstüren oder die Lichter dahinter oder die lauten Stimmen oder sogar, wenn man denn hört, wie so jemand durch die Wohnung rennt, das kommt in der Erinnerung. Da habe ich lange Zeit dafür gebraucht zu verstehen, warum ich überhaupt nicht streiten kann. Inzwischen gut, geht es. Aber ich kann es immer noch sehr schlecht. Also wenn ein Konfliktsituation aufkommt, gehe ich eher raus. Ich bin dann still. (Gabi)*

*Negativ: Ich gehe gerne Auseinandersetzungen aus dem Weg und will nur meine Ruhe haben, was die Sache dann nicht voranbringt. (I01)*

*Harmoniebedürftigkeit, Konfliktvermeidung(I05)*

*Ich übernahm die Rolle meiner Mutter, in dem ich mich sehr lange wertlos gefühlt habe, ständig beweisen zu müssen, dass ich liebenswert bin; dem Streit aus dem Weg gehen; sich verstecken, verkriechen. (I12)*

*Ich denke in Konfliktsituationen sowohl mit Männern als auch mit Freunden schnell an das Schlimmste, so von wegen, jetzt trennen wir uns sicher für immer. (I28)*

*Aber wenn ich nicht weiß, was los ist, sondern nur „irgendwie“ spüre, dass sich etwas „irgendwie ungut“ anfühlt, bin ich außerstande, dies dem anderen zu signalisieren. Dann entsteht ein Gefühl der Verletzung ..., und ich ziehe mich zurück. Und dann beginnt ein innerer Konflikt. Auf der einen Seite die Suche nach der Ursache, auf der anderen Seite irrationale*

*Streitgespräche mit der jeweiligen Person, in denen ich versuche, ihr meine Verletzung deutlich zu machen, während sie aber zu dem verständnislosen „Monster Vater“ mutiert. Das sind sehr unangenehme kleine Krisen voller Wut und Aggressivität, in die ich mich da hineinbegebe. (I36)*

### **Verlust- und Verlassensängste; Misstrauen, Eifersucht**

➤ 16 der 66 Teilnehmer (knapp jeder vierte) beobachtet bei sich selbst in Freund- und Partnerschaften Verlust- und Verlassensängste, Misstrauen oder heftige Eifersucht. Wiederholt wird von Schwierigkeiten berichtet, den Partner „loszulassen“, ihm einen Freiraum zu geben. Recht viele der Trennungskinder sehen einen direkten Zusammenhang mit ihren Erfahrungen um Umfeld der elterlichen Trennung.

*Im Laufe der Jahre habe ich schon gemerkt, ich habe massive Angst vor dem Verlassen werden. ... Ich bin auch durchaus misstrauisch, dass ich denke, also ich könnte mir immer durchaus vorstellen, dass mein Partner mich irgendwo hintergeht. Da versuche ich immer zu mir zu sagen, na ja das ist wahrscheinlich, weil ich es nicht anders erlebt habe als Kind, weil wie gesagt, das war ja auch immer Thema zwischen meinen Eltern. Mein Vater hat meine Mutter auch hintergangen. (Sonja)*

*Es war für mich anscheinend plötzlich so normal gewesen, dass die beste Freundin mit dem eigenen Mann irgendwie durchbrennt, dass ich plötzlich diese Angst hatte, dass das auch passiert. ... Mit einer unheimlichen Gewalt und auch so schlagartig und vor allem genau den beiden Menschen, die mir in der Lebensphase am nächsten standen, denen ich blind vertraut habe, denen unterstelle ich so was. ... Dass ich deswegen kralle, weil ich das ja festhalten will. Wenn ich drüber nachdenke, weiß ich, das darf man jetzt gerade nicht machen. Aber obwohl ich es weiß, konnte ich nicht gegen an. ... Ich habe immer noch so starke Verlustängste, die er am meisten zu spüren bekommt, so dass es unserer Beziehung nicht gut tut. (Kathrin)*

*Aber ich habe nicht so diese 100 %-ige Gewissheit, dass immer alles gut wird. Ich habe immer ein kleines bisschen Zweifel. ... Dass ich nicht 100 %-ig darauf vertraue, dass alles gut ist, obwohl wir jetzt streiten. ... Ich glaube, dass ich aus der Trennung meiner Eltern und auch der Entwicklung meiner Mutter diese Zweifel habe. (Gisela)*

*Also jederzeit könnte Schluss sein: Dass ich diese Angst hatte, alles zu verlieren, kam mit Sicherheit aus dieser Situation, dass ich ja wirklich alles verloren habe. Und das fing an eben, dass mein Vater ausgezogen ist ...auf einmal waren alle weg und ich stand ganz alleine da. ... Also ich habe mich immer so hilflos gefühlt wie ein kleines Kind, das irgendwie darauf wartet, dass irgendetwas Schlimmes passiert. (Hella)*

*Leider stelle ich dann immer sehr spät erst fest, dass es nicht immer nur an mir liegt, wenn Beziehungen nicht funktionieren, dass ich auch mal los lassen muss, um dem Partner eine Chance zu geben. Das fällt mir sehr schwer und macht mich immer sehr traurig, da ich dann immer Verlustängste habe und oft nicht weiß, wie es dann weiter gehen könnte. (I13)*

*Ich habe heute noch Schwierigkeiten damit, wenn Partner sich zurückziehen, sich nicht äußern, Freiraum für sich brauchen. Ich kann schlecht zu-*

warten, gerate rasch in (Verlust-)Angst, fühle mich gekränkt, zurückgewiesen und werde dann fordernd-aggressiv oder ziehe mich meinerseits zurück. (I16)

Habe Schwierigkeiten, meinen Partner auch mal loszulassen. Habe Ängste, verlassen zu werden, habe Schwierigkeiten, ihn zu teilen. (I17)

Ich habe große Verlust- und Trennungsängste, die natürlich nicht von ungefähr kommen. In dunklen Phasen überkommt mich ein Gefühl von Einsamkeit, obwohl ich eine wundervolle Familie und tolle Freunde habe. Aber die Psyche tickt eben anders. All das sind Teile meiner Therapie! (I22)

### Schneller Trennungsimpuls

➤ Manche erwachsene Trennungskinder sehen bei sich selbst eine Tendenz, sich auch bei kleineren Konflikten von einem Partner zu trennen. Sie bringen dies mit ihrer eigenen Angst vor dem Verlassenwerden in Verbindung und ihrem Versuch, durch eine gleichsam „vorausseilende“ Trennung hier einen Rest von Kontrolle und Selbstwirksamkeitserleben aufrecht zu erhalten („Ich habe mich oft von Menschen getrennt, bevor diese es konnten.“).

*Und wenn ich merke, dass irgendwas nicht stimmt, also wenn das nicht so läuft, dass es sich gut anfühlt, dann trenn ich mich auf jeden Fall. ... Ich habe ja eben Angst, dass der Partner weg sein kann, und dann trenne ich mich schnell. Dann sage ich: Du kannst mich mal. Und das ist sowieso alles Scheiße, das wird nie wieder was. ... Dann werde ich richtig fies und dann packe ich meine Sachen. ... Ja, dann lieber allein. ... Ich denke, das hat damit zu tun, da bin ich mir eigentlich fast ganz sicher mittlerweile, dass ich Angst habe, verlassen zu werden. Also Angst habe, da keinen Einfluss drauf nehmen zu können. Weil ich konnte keinen Einfluss drauf nehmen, dass mein Vater geht, und ich konnte keinen Einfluss drauf nehmen, dass im Prinzip mein Ersatzvater ja auch geht, ... die haben sich ja auch noch mal getrennt, weil er Alkoholiker war. ... (Aber eigentlich bist du das immer, die die Initiative ergreift?) Ja. (Willst du dem zuvor kommen? Bevor du verlassen wirst ...) ... mach ich das. Auf jeden Fall. (Manuela)*

*Von mir selber überrascht bin ich aber z. B. in Bezug auf Männer ... Dass ich dann immer sag: Nein, das wird mir jetzt zu eng, ich geh lieber gleich ganz, obwohl eigentlich nicht ansteht, dass ich mich jetzt direkt total zurückziehen müsste. Dass ich die meist unverständlichen Reaktionen mache aus Angst, dass ich mich da auf etwas einlasse, und denn wird mir wieder etwas genommen. Ich vertraue da einfach ganz schlecht. ... Das ist mir nicht so richtig bewusst, aber also irgendwo vor habe ich auf jeden Fall immer Angst. Ich weiß nicht so richtig, wovor. (Julia)*

*Und auf einmal entstehen natürlich kleine Konflikte, egal wie man sich mag oder liebt. Und solche Konflikte, da bin ich also den ganzen Tag traurig, verheult und für mich ist das denn schon so: Oh Gott, ich suche mir eine eigene Wohnung. Für mich kann das schon fast einen Bruch bedeuten. ... Ich habe eigentlich den ganzen Tag mit Weinen verbracht und für mich ist es dann so: Oh Gott, so wird das nichts mit uns, wenn das so weitergeht. (Gabi)*

*Definitiv negativ. Ich habe große Verlustängste und mich oft von Menschen, die mir zu nahe kamen, getrennt, bevor diese es konnten. (I26)*

### **Sich niemals ganz emotional einlassen; mangelndes Bindungsvertrauen**

➤ Was wiederholt in den Äußerungen anklang, soll hier nochmals gesondert betrachtet werden: Die Angst des Trennungskindes vor einem emotionalen Einlassen in einer Beziehung aus mangelndem Bindungsvertrauen und der Angst, es könne jederzeit zu Ende sein. Die Gefühle werden „in Grenzen gehalten“, denn „man muss ja jederzeit damit rechnen, dass jemand geht“. Dies betrifft fast jedes fünfte teilnehmende Trennungskind.

*Also ich kann ganz, ganz schwer Menschen vertrauen. Ganz schwer, weil ich immer irgendeinen Hintergedanken habe, ob die mich veralbern, das kann gar nicht so sein, und es fällt mir sehr schwer. (Yasmin)*

*Ja, also dass ich auf jeden Fall sehr schwer Vertrauen fasse zu anderen. Dass ich vielleicht auch Angst habe, verlassen zu werden. ... So, dass ich jemanden gar nicht erst zu nahe an mich heranlasse, um dann nicht zu leiden. Ja, so Gefühle in Grenzen halten, dann ist es auch nicht so schlimm. Man muss ja jederzeit damit rechnen, dass jemand geht. (Hella)*

*Und ich denke mir dann: lieber für mich alleine, sich nicht auf jemanden einlassen. ... Ich denke, ich darf mich irgendwie nicht zu sehr jemandem öffnen oder jemandem so voll und ganz hingeben. Ich muss irgendwie so eine Sicherheit für mich haben, dass, wenn irgendwas ist, ich dann auch alleine zurechtkomme. Das ist ganz stark ausgeprägt. ... Ja, ich hab Schwierigkeiten, dem zu vertrauen, dass man lange miteinander irgendwie jetzt auskommt. (Alena)*

*Sich niemals total emotional binden. (I00)*

*Die Art und Weise der Trennung hatte dazu geführt, dass ich mich in Beziehungen nicht öffnen konnte, mich als wert- und lieblos empfand. ... Verlustängste bzw. schwer Vertrauen zu lassen, unbewusste Manipulationsversuche. ... Mit Mitte 20 begab ich mich in psychotherapeutische Behandlung, da ich jede neue Beziehung zerstörte, sobald sie ernst wurde. (I10)*

*Ich sehe die Not vieler Freunde und habe auch viel Verständnis für deren Lebenssituation, allerdings fällt es mir schwer, „echte“ Freundschaften eingehen und wirkliche Nähe zu anderen Menschen aufzubauen, da ich ungern das „Risiko“ eingehe, weitere Verletzungen oder Enttäuschungen ertragen zu müssen. Dadurch fühle ich mich oft einsam oder unverstanden. (I13)*

*Ich glaube, dass sich die Erfahrungen mit dem Verschweigen der Situation und dem Verlassenwerden massiv ausgewirkt haben auf mein Vertrauen zu Bezugspersonen, insbesondere in Liebesbeziehungen. Ich bin extrem misstrauisch und prüfe meine jeweiligen Partner immer wieder. Außerdem hat keine Beziehung die 8-Jahre-Grenze überschritten. ... Das tief empfundene Gefühl, nicht geliebt zu sein und mich auf Menschen nicht verlassen zu können. (I14)*

*Es fällt mir schwer, mich jemandem anzuvertrauen, habe irgendwie gelernt, dass man nur sich selbst vertrauen kann und sich am Besten auf sich selbst verlässt. (I17)*

*Als negativ empfand ich meine jahrelange Bindungscheu. ... Ja, wenn Freunde sich Zeit lassen bei der Antwort von Telefonaten oder Emails, zweifele ich an meiner Liebenswürdigkeit. Ebenso brauche ich ab und zu die Bestätigung meines Mannes, dass unsere Welt in Ordnung ist, dass nicht ich „Schuld“ bin an seiner schlechten Laune. (I30)*

*Ja, definitiv. Ich brauche sehr lange, bis ich Vertrauen zu jemanden aufbaue. Viele geben vorher auf, aber dann pflege ich diese Freundschaft mit viel Gefühl. Außer zu meinem Mann hatte ich vorher keine echte, längere Beziehung. Die anderen haben mir nicht weh tun wollen oder einfach nicht die Energie gehabt, mein Misstrauen abzubauen. (I32)*

### **Ich bin es nicht wert, geliebt zu werden; ich muss etwas dafür leisten**

➤ Das Gefühl, nicht wert zu sein, geliebt zu werden bzw. dafür etwas tun zu müssen (besonders lieb sein, Geschenke), klang in einigen Äußerungen schon an und wird von Hella nochmals auf den Punkt gebracht:

*Dass ich mich einfach als total wertlose Person gefühlt habe. Also äußerlich halt fand ich mich total scheiße, dann dass ich total uninteressant bin und ich dachte nur: Was findet der denn an mir. Und ich habe dauernd auch irgendwie andere gesehen und ich dachte, warum kommt der nicht mit denen zusammen. Ich habe ihm das teilweise auch noch gesagt dann, was er nicht verstehen konnte. ... Ich habe dann immer versucht, ganz viel für ihn zu machen, weil ich immer das Gefühl hatte, nur dann, wenn ich etwas für ihn mache, das Gefühl hatte, dass ich auch die Berechtigung habe, mit ihm zusammen zu sein. Ich muss besonders lieb sein! Ich habe dann immer für ihn gekocht und ich habe ihm Geschenke gemacht. Also ich habe ihn wirklich überhäuft mit irgendwelchen Sachen. ... Ich muss etwas dafür tun. Und das war halt auch in meiner Kindheit immer so, dass ich immer für alles etwas tun musste. (Hella)*

### **Angst vor Veränderung, Risiken, Alleinsein**

Einige Trennungskinder erleben als Erwachsene eine plötzlich einbrechende Angst vor dem Alleinsein sowie Scheu vor Veränderungen und Risiken. Hella spricht von einem Gefühl, welches sie aus ihrer Kindheit kennt, „eben diese Existenzangst, die Grundspannung“.

*Ich habe schon eine gewisse Angst auch vor dem Alleinsein, das stimmt auch. Z. B. wenn ich abends alleine bin oder auch am Wochenende für mich und ich bin ganz alleine. Dann ist es eigentlich ja schön, man kann es sich ja sehr schön machen. Aber wenn ich dann irgendwann denke, ach jetzt könnte ich ja mal jemanden anrufen, und dann passiert es mir, dass ich mein Telefonbuch durch telefoniere und wirklich niemand zu erreichen ist und keiner da ist, dass ich dann anfange, so totale Angst zu bekommen und denke: So, ich will jetzt aber jemanden treffen, ich will nicht alleine sein. Auch durch die Ausbildung und das Studium und da bearbeitet man ja auch solche Themen und da weiß ich natürlich auch, wie das zusammen hängt (mit der Biografie und der kindlichen Erfahrung des*

*Verlassenwerdens durch den Vater) und denn denke ich so, ach so ja, klar. Logisch. (U: Aber es nützt nicht viel.) Es nützt nichts, nein. (Sonja)*

*Also nach 5 Jahren der ersten Beziehung habe ich denn auch festgestellt, als ich die Analyse auch anfang: Dass es genau das Gefühl ist Tag für Tag, das ich in der Kindheit hatte. Eben dieses Helfen wollen, eben diese Existenzangst, die Grundspannung, dass es genau das gleiche ist. (Und nicht wissen, was als nächstes passiert.) Dass ich mir das genau so eingefangen habe. Genau so. (Gabi)*

*Ich habe oft Angst vor Veränderungen und verharre lange Zeit in Situationen ..., die mir im Grunde genommen nicht gut tun, weil ich denke, wenn ich mich nur genug anstrenge, dann wird es sicher besser. (I13)*

*Ich bin sehr auf Sicherheit bedacht und scheue Risiken. (I27)*

### **Panik, Depression bei Trennung**

➤ Das Verlassenwerden von einem Partner kann ähnliche Reaktionen von Panik oder schuldbeladenem Grübeln auslösen, wie diese aus der Kindheit bekannt sind.

*Also das war wirklich in der Woche vorher eigentlich alles in Ordnung, dachte ich, ... und danach hat sie gesagt, es geht nicht mehr. Und das war halt auch so eine Schocktrennung, die mich auch sofort wieder in dieses gleiche Muster zurückgeworfen hat. ... Warum? Wieder die typischen Fragen. Warum ist das so gekommen? Was hätte ich anders machen können? Lag es nur an mir? Lag es an ihr? Und das waren halt ähnliche Fragen wie bei der Trennung von meinen Eltern auch, die da aufgetreten sind. ... Also das war auch wieder: Gott, warum jetzt? Das war irgendwie so Scheiße, jetzt ist alles vorbei. Natürlich die ersten ein, zwei Tage, sage ich mal, kurzzeitig war es wirklich in einem panikähnlichen Zustand. (Stefan)*

*Und dieses Verlassenwerden, das ist für mich der absolute Horror. Da zu stehen und nicht zu wissen, warum. ... Also dann bin ich im Abgrund. ... Und gerade auch letztes Jahr, wo ich meinen Disput hatte mit J., da habe ich das erste Mal im Leben eine Panikattacke gehabt. Weil wir so weit waren, dass wir schon auseinander waren und er ist aus der gemeinsamen Wohnung raus gezogen, hat mich mit meinen Sachen da gelassen und da bin ich nachts aufgewacht und dachte; So, ich muss sterben! Und seit dem sind so diese Wellen, die unten waren, die sind jetzt so richtig weit oben, also so richtig da, wo ich sage: Hallo Problem, jetzt habe ich deinen Namen erkannt, jetzt weiß ich, worum es geht. (Manuela)*

### **Beziehungsprobleme; zu wenig Bindungsstabilität; Unsicherheit über eigene Gefühle**

➤ Jedes fünfte teilnehmende Trennungskind meint über sich selbst, allgemeine Beziehungsprobleme, zu wenig Bindungsstabilität oder Unsicherheit in den eigenen Gefühlen zu haben.

*Ich weiß eben nicht, was ich machen soll. Ich bin da mit jemandem zusammen. Natürlich, weil ich den liebe, weil ich den toll finde, weil ich den gut finde. Aber richtig zu spüren, ob das passt oder ob das richtig ist und*

dann vor allen Dingen auch immer, was andere Leute noch sagen. Also da kann ich nicht zu mir stehen. ... Ich meine, ich spüre es ja nicht. (Karen)

Deshalb kann ich auch immer ganz gut von etwas sprechen, wenn ich das auch fühle, dann weiß ich auch, dass es richtig ist. (Dass du dich drauf verlassen kannst.) Genau, das sind meine Gefühle. Und wenn ich das nicht kann, das passiert ja nicht so oft. ... Das habe ich halt nicht in so vielen Punkten, und das habe ich dann halt ... (... in der Nähe?) Ja, dass ich dann so Sachen mache. (Da verlierst du deinen inneren Kompass sozusagen.) Natürlich, und ich will ihn dann so dringend, ich bemühe mich richtig. Sonst muss ich mich ja auch gar nicht so bemühen. ... Und dann fühle ich gar nichts, auch wenn ich mich denn sogar darum bemühe, dass ich es spüren will. (Julia)

Das Gravierendste an allem ist, und da gehe ich absolut konform mit meiner Schwester, dass wir beide Töchter ein ewig in uns eingepflanztes Misstrauen gegenüber allem Männlichen entwickelt haben. Ich behaupte, ich habe noch Glück gehabt; mein Mann und ich sind seit 21 Jahren zusammen, seit 13 Jahren verheiratet. Ich sage immer scherzhaft (ist aber durchaus ernst gemeint), dass ich nur deshalb noch verheiratet bin, weil er es ist, mit dem ich es bin. Jeder andere hätte schon längst die Flucht ergriffen. Scheidungskinder bekommen halt eine Macke fürs Leben mit, habe ich das Gefühl. Und wenn ich nicht so ein Ausbund an Geduld als Ehemann bekommen hätte / gesucht hätte / mir über den Weg gelaufen wäre, dann ... Mein Mann hat ein komplett intaktes Familienleben genießen dürfen und ruht derart in sich selbst, dass es für uns beide reicht. (k06)

Unakzeptable Probleme mit Sexualität und Frauen bzw. emotionalen Bindungen. Hatte bisher keine Partnerin. Versuche in Freundeskreisen unersetzbar zu sein, werde als nervig und zu stolz empfunden. (I02)

Ja, lebenslange Bindungsstörung, Aggression gegen Autoritäten (narzisstische Verhaltensweisen), Vertrauensverlust. Weitergabe der Bindungsstörung momentan an eigenes Kind, zu dem seit vier Jahren kein Kontakt besteht. (I03)

Ich bin kaum in der Lage, über einen längeren Zeitraum von mir aus aktiv eine Freundschaft aufrecht zu erhalten. ... Meine 1. Beziehung (mit der Mutter meines 1. Kindes) ging aus mangelnder Erfahrung in partnerschaftlichen Konflikten zu Grunde. Mein 2. Kind entstand, da ich mit Lob und offensichtlich zur Schau gestellter Zuneigung nicht umgehen konnte und in die mir gestellte „Falle“ tappte. In meiner einzigen Ehe, aus der mein 3. Kind hervorging, fand ich mich der häuslichen Situation ausgeliefert, als meine Frau die eheliche Zusammenarbeit aufkündigte und sich nicht mehr um mich kümmerte. Mein Sohn, der mit im Haushalt lebte, da seine Mutter in seinem 6. Lebensjahr verstarb, wurde ebenfalls ausgeklammert. Ich hatte keinen Lösungsansatz für diesen Konflikt. ... Selbst in meinem 45. Lebensjahr bin ich nicht frei von diesen traumatischen Erlebnissen. Ich empfinde mein Lebensmodell immer noch in der Testphase. Scheiternde Beziehungen sind vorprogrammiert. Meine Beziehungsfähigkeit wird von mir als fast nicht vorhanden beurteilt. Es kann nur besser werden. (I05)

Negativ ausgewirkt hat sich, dass ich Verlustängste habe und keine richtige Beziehung führen kann und mir immer, wie meine Mutter sagt, optisch



*und charakterlich meinen Vater als Mann aussuche. Wenn die Beziehungen dann auseinander gehen, sehe ich dann, was sie meint. (109)*

*Ich bin bis heute wenig bindungsfähig und schnell verletzt. Ich zeige es nicht, ziehe mich dann aber zurück. Andererseits bin ich sehr belastbar, autonom und selbständig. Mir tut so schnell nichts mehr weh (gelogen; der Verlust geliebter Menschen bringt mich fast um). ... Ja, ich habe mich häufig nur mit beziehungsunfähigen Männern (Scheidungskindern) zusammengetan, die sich dann ebenfalls zurückzogen, wenn die Beziehung zu eng wurde. Erst mein jetziger Mann, der seinen Vater nicht kennt, aber in stabilem Umfeld aufgewachsen ist, nimmt mich so, wie ich bin und steht immer zu mir. Manchmal versuche ich ihn zu vertreiben, aber er bleibt. (126)*

*Die Tatsache, dass die Männer, mit denen ich zusammenkam, relativ schnell wieder Schluss mit mir machten, hat mein negatives Selbstbild bestätigt und obendrein auch einen riesigen Frust bewirkt, weil ich doch „alles für sie getan habe“. Ich fühlte mich ausgenutzt. ... Meine Beziehung zu Männern ist schwierig. Eigentlich habe ich in diesem Leben noch keine richtige Beziehung mit einem Mann geführt. Meine diesbezüglichen Erfahrungen waren stets von zu kurzer Dauer, als dass ich von einer Beziehung sprechen könnte. Richtig von ganzem Herzen verliebt war ich immerhin zweimal. Da ich aber zu jener Zeit die neurotische Angewohnheit hatte, mich in meinem Geliebten zu verlieren, die Männer aber wohl eher auf der Suche nach einem echten Gegenüber waren, haben sie recht schnell das Weite gesucht. (136)*

### **Ich gebe mehr ein als ich zurück bekomme**

➤ Es ist möglich, dass ein erwachsenes Trennungskind den Eindruck hat, große Verantwortung für das Wohlbefinden ihrer Partner zu übernehmen, dieses Bemühen jedoch nicht in gleicher Form erwidert sieht.

*Ich hatte zwei langjährige Liebesbeziehungen mit jungen Männern, die von großer Sehnsucht nach Aufmerksamkeit und Zuneigung geprägt waren. Leider habe ich weder das eine noch das andere in diesen Beziehungen gefunden. Im Gegenteil, ich habe in all meine Beziehungen sehr große Verantwortung für das Wohlbefinden meiner Partner übernommen, ohne Vergleichbares wiederzubekommen. (k09)*

### **Schwierigkeiten mache ich mit mir selber aus**

➤ Einige Kinder berichten von ihrer Neigung, Sorgen und Schwierigkeiten alleine zu bewältigen, auch wenn eigentlich vertraute Personen zur Verfügung stehen würden. Maria bringt dies mit der früheren Erfahrung als Kind in Verbindung, auf sich selbst angewiesen gewesen zu sein, „weil einfach keiner da war“.

*Ja, das ist auch heute immer noch so, dass ich denke, ich muss alles alleine machen. Weil ich das gar nicht merke teils, wenn jemand sagt: Hey, ich würde dir auch glatt helfen und so. ... (Wie bringen Sie das in Verbindung mit dem, was Sie früher erlebt haben?) Na ja, weil einfach keiner da war. (Maria)*

*Ich bin auch ein Einzelgänger in mancher Hinsicht geworden, gerade wenn es um Gefühlsaustausch geht, das mache ich lieber mit mir alleine aus, wenn ich Sorgen habe, aber bin stets für jeden meiner Freunde da. (109)*

*Außerdem versuche ich nach wie vor, meine Probleme weitestgehend allein zu lösen. Ich will wohl niemandem zur Last fallen, und vielleicht steckt auch die Angst dahinter, jemand könnte sagen: „Sei doch nicht so eine Mimose“ oder „Das hätte ich dir gleich sagen können“ ... Na ja, das Ende vom Lied ist, dass ich doch relativ häufig in meinem eigenen Saft schmore, obwohl das eigentlich nicht nötig wäre, weil ich feine Freunde habe. ... Dann kommt das Gefühl von Einsamkeit auf. ... Zum Glück weiß ich, was ich zu tun habe, um mich da wieder herauszuholen. Aber manchmal brauche ich doch ein paar Tage, bis ich es schaffe. (136)*

### **Zu langes Festhalten an unbefriedigenden Beziehungen**

➤ Es kann sein, dass ein erwachsenes Trennungskind aus seiner Sicht zu lange an unbefriedigenden oder gar schädigenden Beziehungen festhält, aus dem Bemühen heraus, den eigenen Kindern die Erfahrung einer Elterntrennung zu ersparen, aus Angst vor Veränderung oder der Hoffnung auf Besserung.

*Ich habe trotz großer Unglücklichkeit immer sehr lange gebraucht, um mich aus diesen Beziehungen zu befreien. Das lag auch daran, dass ich damals sehr unsicher war. ... Das, was ich erlebt habe, wollte ich meinen Kindern auf jeden Fall ersparen und habe dadurch viel zu lange an einer schon lange gescheiterten Ehe festgehalten. (k09)*

*Ich habe oft Angst vor Veränderungen und verharre lange Zeit in Situationen oder hänge an Beziehungen, die mir im Grunde genommen nicht gut tun, weil ich denke, wenn ich mich nur genug anstrenge, dann wird es sicher besser. (113)*

*Aber natürlich! Ich habe in einer lieblosen Ehe 16 Jahre ausgehalten und mich prügeln lassen. (135)*

### **Partnerwahl bedingt durch Sehnsucht nach Elternteil**

➤ Einige Teilnehmerinnen berichten, dass sie sich tendenziell Partner suchen, die ihrem Vater in irgendeiner Weise ähneln. Sie bringen dies mit der Vaterentbehmung als Kind nach der elterlichen Trennung in Verbindung.

*Also wo ich eben einerseits eine Beziehung hatte, die also auch sehr innig war mit einem Freund, aber ich wahrscheinlich im Stillen auch mehr einen Vaterersatz gesucht habe, so im Nachhinein denke ich das manchmal. ... Weil das war wie so ein Bruder, also das war einfach eine Vertrauensperson, wir waren irgendwie ein Herz und eine Seele ... also wir waren so mit uns eins. ... Ich fühlte mich dann ganz behütet und ganz beschützt und ganz wohl und hab dann so meine Fühler von da aus ausgestreckt.... Ja, ich glaub schon, einfach weil mir dieses Sichere oder Umhüllen oder diese Basis als Vater, also diese Basisfigur Vater fehlte. Ich hatte die Basis Mutter, aber ich denke, jeder braucht auch die andere, also es braucht zwei. (Alena)*

*Negativ ausgewirkt hat sich, dass ich Verlustängste habe und keine richtige Beziehung führen kann und mir immer, wie meine Mutter sagt, optisch und charakterlich meinen Vater als Mann aussuche. Wenn die Beziehungen dann auseinander gehen, sehe ich dann, was sie meint. (109)*

*Ich hatte immer Sehnsucht nach meinem Vater und habe mir in der Pubertät Ersatzväter/-mentoren gesucht. In Beziehungen hatte ich meist 10 Jahre Ältere. (110)*

### **Übertragung der Beziehungsstruktur zu einem Elternteil auf Partner**

➤ Es ist möglich, dass ein erwachsenes Trennungskind bei sich selbst beobachtet, dass es in der Beziehung zu seinem Partner Verhaltensmuster wie früher in der Kindheit gegenüber einem Elternteil entwickelt. Zwei Teilnehmerinnen verwenden dafür selbst den analytischen Fachbegriff der Übertragung und machen hierdurch deutlich, sich damit schon vertiefend, ggf. therapeutisch auseinander gesetzt zu haben.

*Beim Beantworten der Fragen ist mir klar geworden, dass die Vorwürfe und Gefühle, die ich meinem letzten Ex-Freund zum Zeitpunkt der Trennung gegenüber geäußert habe, sehr ähnlich sind mit denen Vorwürfen und Gefühlen, die ich meiner Mutter gegenüber habe (das nennt man wohl Übertragung). (116)*

*Oh ja, leider. Ich verhalte mich oft immer noch so meinen Freunden (meinem Mann) gegenüber, wie ich es als Kind meinen Eltern gegenüber getan habe. Und häufig reagieren die genauso wie meine Eltern. ... Ich kann nur sagen, das mit den gewohnten Mustern stimmt. Man sucht sich immer dieselben Leute aus. (123)*

*Inzwischen habe ich sehr viel an Entwicklung nachgeholt. Ich bin (meistens) bei mir, kann klar kommunizieren, habe keine Angst mehr, „nein“ zu sagen und habe noch einige andere Dinge gelernt. Entsprechend ist meine Anziehungskraft auf Männer in den vergangenen zehn Jahren erheblich gestiegen. Die Sache hat nur einen Haken: Ich will sie alle nicht. Dabei sind mir ganz wunderbare Männer begegnet. Aber in dem Moment, in dem sie sich in mich verlieben, verlieren sie schlagartig ihre Attraktivität. Wer verliebt ist, stellt nämlich die Person seines Herzens auf ein Podest und ist voller Bewunderung. Und sobald ich das spüre, geht in mir wohl ein alter Film ab, der vielleicht folgenden Wortlaut haben könnte, wenn er sich als bewusster Gedanke formulieren würde: „Mein Vater hat das mit mir ja auch gemacht, und wohin das geführt hat, weiß ich ja. Nein, danke!“ ... Und auch jetzt fühle ich es noch so: Mit keinem dieser Männer würde ich eine Beziehung führen wollen. Allerdings habe ich das Gefühl, dass noch viel mehr dahinter steckt als eine simple Übertragung. Aber ich tappe da einfach noch im Dunkeln. (136)*

### **Suche nach Sicherheit**

➤ Möglicherweise aufgrund stark verunsichernder Erfahrungen mit Bindungen in der Kindheit kann für ein Trennungskind bei der Partnerwahl eine starke Suche nach Sicherheit und Beständigkeit eine Rolle spielen.

*Bezeichnenderweise war mein erster Mann in der U.S. Army. Die repräsentiert Zusammengehörigkeit, füreinander eintreten, finanzielle Sicher-*

*heit. Es wird auf mich aufgepasst. Mein jetziger Mann ist Polizist. Ein Beamter! Ich muss lachen, während ich das schreibe. Repräsentiert ja eigentlich dasselbe. Ja, ich sehe da einen Zusammenhang. (I27)*

### **Sexuelle Probleme**

➤ Einige Trennungskinder nennen auf die Frage nach möglichen Auswirkungen der früheren Elterntrennung auf gegenwärtige Freund- und Partnerschaften von sich aus (zeitweilige) sexuelle Beeinträchtigungen.

*Unakzeptable Probleme mit Sexualität und Frauen bzw. emotionalen Bindungen. (I02)*

*Durch die räumliche, aber auch emotionale Entfernung zu meiner Mutter und das mangelnde Vertrauen zu ihr hatte das (ablehnende) Verhalten meines Vaters einen sehr schlechten Einfluss auf meine Beziehung zu meinem eigenen Körper und zu meiner Weiblichkeit. In Konsequenz nahm auch meine sexuelle Entwicklung zunächst keinen guten Lauf. Ich fand meinen Körper hässlich und versteckte ihn in großer, weiter Kleidung. Meinen ersten sexuellen Kontakt hatte ich erst mit Anfang zwanzig, als ich endlich nicht mehr im Hause meines Vaters lebte. Ich war beim Sex sehr unsicher und hatte Angst, dass der Mann mich nicht mehr attraktiv finden würde, wenn die Körpersäfte ins Fließen kamen. (I36)*

### **Schritte der Bewältigung**

➤ Verschiedene TeilnehmerInnen erwähnten dies schon in einer der obigen Äußerungen: Eine beständige Freund- oder Partnerschaft auch in Krisenzeiten kann insofern „heilend“ wirken, als dass von früher resultierende Bindungsängste und tiefes Misstrauen langsam abgebaut und durch wachsendes Vertrauen in die eigene Liebenswürdigkeit bzw. in die Zuverlässigkeit des Partners ersetzt werden können. Dies erklärt Hella nochmals in folgenden Worten:

*Ja, dadurch, dass ich einfach wieder Vertrauen in mich habe. Und dass ich mir selber auch etwas wert bin. Und dass ich auch nicht immer die Bedürfnisse der anderen über meine stelle. Dass ich weiß, dass ich alleine auch klarkommen kann. Es ist so, dass ich am Anfang des Studiums danach jemanden kennen gelernt habe und wir waren zwar in dem Sinne kein Paar, aber wir waren ganz eng befreundet. Ja, er hat mir sehr viel Vertrauen gegeben, also Vertrauen einfach auch in Männer, was ich irgendwie nicht hatte. Ich habe mehr Vertrauen zu Frauen als zu Männern. Also das hat mir sehr, sehr viel geholfen. Dass er einfach mich immer mochte, egal in welcher Situation. ... Und er war auch der Erste, den ich wirklich an mich heran gelassen habe, auch wenn es mir schlecht ging. Also vorher hatte ich immer das Gefühl, dass ich alles kontrollieren will und ich hätte jetzt nie einen Freund spüren lassen, dass es mir gerade nicht gut geht oder so. Der hat so viel von mir mitbekommen und er war trotzdem immer da. Er hat nie gesagt, das passt mir jetzt nicht, jetzt gehe ich irgendwie oder so. Und das hat mir ganz viel Vertrauen gegeben. (Hella)*

### 8.6.3 Wachstumsfördernde Auswirkungen

Die früheren Erfahrungen als Trennungskind werden durchaus nicht durchgängig als belastend oder entwicklungsbeeinträchtigend empfunden, sondern sie können auch als Impuls für gelungene Entwicklungs-herausforderungen in der Rückschau verstanden werden. Darüber gibt der folgende Ausschnitt des Entwicklungs-panoramas Auskunft.

#### (Frühe) Autonomie

➤ Einige TeilnehmerInnen verweisen auf die damalige Notwendigkeit einer frühen Selbstständigkeit, die letztlich als positiv bewertet wird.

*Und da habe ich eine gewisse Selbstständigkeit (bekommen) und die kann positiv und negativ sein. (Julia)*

*Ich denke, dass die Erfahrungen im Zusammenhang mit der Trennung meiner Eltern in mir ein gewisses Lebensgefühl geprägt haben und zwar in der Form, dass ich sehr früh selbst für mein Leben gestalten musste. Ich habe als Kind nur selten eine „beschützte“ Umgebung erlebt, sondern hatte immer Angst, meine Eltern zu verlieren. Dennoch habe ich es geschafft, zurecht zu kommen und meinen eigenen Weg zu gehen, was ich rückwirkend als positive Chance betrachte. (I13)*

*Positiv, dass ich sehr selbständig geworden bin. (I17)*

*Man wird früh selbständig, lernt fürs Leben und kann wachsen. (I18)*

*Andererseits bin ich sehr belastbar, autonom und selbständig. Mir tut so schnell nichts mehr weh (gelogen; der Verlust geliebter Menschen bringt mich fast um).*

*Positiv ist eine enorme Selbstständigkeit ... (I34)*

*Als positiv erlebe ich die früh gelebte Selbstständigkeit und Unabhängigkeit, die ich mir bis heute bewahren konnte. (I37)*

#### Innere Stärke

➤ Ein benachbarter Aspekt besteht in dem Erleben von eigener Stärke nach innen (willensstark) und nach außen (handlungsstark, wenig beeinflussbar).

*Also als Positives denke ich mal, dass ich dadurch relativ mental stark geworden bin, muss ich ganz ehrlich sagen. Weil das ist wirklich so ein einschneidendes Erlebnis, wo ich mich halt selber quasi rausgekämpft habe und das hat mich ... vor allen Dingen auch jetzt mit den positiven Erlebnissen aus den letzten Jahren, hat es mich natürlich sehr selbstsicher gemacht. (Stefan)*

*Ich bin ganz zufrieden, weine kaum und finde meist einen Grund zu lachen. Vieles hat mich stark gemacht, aber auf einiges hätte ich gerne verzichtet und manchmal hätte ich es gerne leichter und „normaler“ gehabt. (I15)*

*Ich packe mein Leben an, bin handlungsstark. (I16)*

*Mein Wille ist stark und ich bin weder wankelmütig noch stark beeinflussbar, weil ich sehr schnell alleine da stand. (I30)*

### **Empathiefähigkeit**

➤ Die Fähigkeit, sich in die innere Welt von anderen Menschen hineinversetzen zu können, sehen einige Trennungskinder als positive Prägung früherer Kindheitserfahrungen. Gabi verweist allerdings diesbezüglich auf eine ambivalente Bewertung: Das früh gelernte Mitgefühl gegenüber anderen habe sie in ihrer Ich-Durchsetzungsfähigkeit geschwächt.

*Ja, das Positive ist, dass ich mich ganz gut in einen hinein versetzen kann, also mich von mir lösen kann so ein bisschen ... und dann nicht nur menschliches Empfinden, sondern auch die Situation sehr gut auffassen kann. (Julia)*

*Natürlich ist es gut - ich hab Mitgefühl, sehr viel Mitgefühl für jeden anderen Menschen, auch in schlechten Situationen. Aber für mich selber ist es nicht gut. ... Das hat mich vielleicht, ich weiß nicht, schwächer, das hat mich lauer oder ruhiger oder lieblicher gemacht, also in meinen Rechten. (Gabi)*

*Offenheit, auf andere zugehen. Die Fähigkeit, sich voll und ganz in andere hineinzuversetzen. (I02)*

*Positiv und fördernd denke ich insofern, dass ich mich in Menschen in ähnlichen Konstellationen sehr gut hineinversetzen kann. (I14)*

*Als positiv empfinde ich, dass ich ein sehr, sehr wachsam bin, wenn es um Gefühle mir wichtiger Menschen geht. (I22)*

### **Lebenserfahrung und Reflektionsfähigkeit**

➤ Wiederum andere TeilnehmerInnen verweisen darauf, dass die Lebensereignisse ihrer Kindheit Lebenserfahrungen und Schulung in der Reflektionsfähigkeit angeregt haben, die sie in der Rückschau als positiv bewerten.

*Das sind halt Erfahrungen, die man, wenn man ein intaktes Familienleben hat, nicht so gut machen kann, weil man dadurch, dass man viele Sachen abgenommen bekommt, in manchen Sachen einfach noch nicht so weit ist. Das sind einfach Erfahrungen, die man später im eigenen Leben macht, wenn man ausgezogen ist und wenn man auf sich selber gestellt ist und die Erfahrungen habe ich halt glücklicherweise vorher gemacht. Wenn diese Trennung nicht passiert wäre, wäre ich noch nicht auf dem Stand, auf dem ich heute bin. Das gestehe ich mir auch ganz ehrlich ein. ... Also ich denke mal, ich bin meiner Zeit jetzt wahrscheinlich schon um zwei, drei Jahre voraus. (Stefan)*

*Weil ich ja recht früh eigentlich meine eigene Welt geschaffen hab. Also es gab ja nicht dieses direkte „Wir“. ... Und auch so diesen Einflussfaktor kennen gelernt zu haben so früh. Dass man doch selber diesen Einfluss haben kann und wie man sich verhält, was das für eine Wirkung haben kann. (Julia)*

*Andererseits hab ich einzigartige Einblicke auf das Leben usw. entwickelt, die mir dann doch etwas bedeuten. ... Das Suchen nach neuen kreativen Ausdrucksformen. Die Fähigkeit, hinter die Fassade zu blicken. (I02)*

*Positiv: Dass ich all meine schlechten Erfahrungen und daraus vielleicht ergebenden schlechten Eigenschaften als doch positiv erkannt habe. Mein Misstrauen lehrte mich eine gute Menschenkenntnis und gesunde Vorsicht. (I30)*

*Aber diese Ängste empfinde ich nicht als extrem hinderlich für mein Leben, auch wenn meine „kleinen Krisen“ zeitweise sehr schmerzhaft sind. Sie scheinen mir wichtige Wegweiser zu sein. Durch sie erkenne ich meine Grenzen und sehe, in welcher Richtung ich weitergehen bzw. -suchen muss, um meine Blockaden nach und nach aufzulösen. (I36)*

### **Positive Vorbilder der Krisenbewältigung gehabt**

➤ Eine Teilnehmerin berichtet, dass sie in der Krise ihrer Kindheit erlebt habe, dass es der für sie nächsten Bezugspersonen gelungen sei, diese zu bewältigen, sie habe daraus ein positives Vorbild gewonnen und die Zuversicht, auch eigene Einbrüche konstruktiv zu meistern.

*Positiv ist sicher, dass ich erleben konnte, dass es auch andere liebe Bezugspersonen gibt und eine insgesamt doch glückliche Kindheit. Meine Mutter war sicherlich auch ein gutes Vorbild, wieder auf eigenen Beinen zu stehen, dass es immer ein „Weiter“ gibt und sich immer ein Weg findet. (I20)*

### **Erfahrungen in der Kindheit positiv in Bezug auf eigene Elternschaft**

➤ Auch schmerzliche Erfahrungen in der Kindheit können von einem Trennungskind in Bezug auf die eigenen Kinder als hilfreicher Wegweiser empfunden werden dafür, was für ein Entwicklung und das Vertrauen des Kindes besonders wichtig oder aber verletzend erscheint.

*Aber das, glaube ich, resultiert auch daraus, dass ich den Kindern unbedingt ganz viel emotionale Stabilität geben möchte. Also das ist das Allerwichtigste und das klappt auch wunderbar also. (Ist das sozusagen eine Lehre aus Ihrer eigenen Geschichte?) Ich würde sagen ja. Viele Freundinnen von mir geben ihre Kinder jetzt auch schon in die Kita mit sechs Monaten und wollen arbeiten und sind da ganz ehrgeizig. Aber für mich ist es das Allerwichtigste, dass meine Kinder eine ganz feste Grundlage bekommen zu Hause. (Gisela)*

*Und na ja, wir haben ja auch ein Kind jetzt, seit einem Jahr ... und das ist für mich noch mal ein entscheidender Faktor, wo ich sage so, meine Tochter soll das so auf gar keinen Fall erleben. Und falls wir uns jemals hier trennen, dann also ganz anders. Dann soll sie auch Kontakt mit beiden haben. (Sonja)*

➤ Falls eine eigene partnerschaftliche Trennung eintritt und Kinder davon betroffen sind, kann ein erwachsenes Trennungskind aufgrund der damaligen eigenen Erfahrungen Maßnahmen zur Unterstützung und Entlastung der eigenen Kinder ergreifen. Besonders ausführlich und beeindruckend protokolliert die Teilnehmerin (I10) ihre diesbezüglichen Lern- und

## Bewältigungsbemühungen.

*Ich bemühe mich, die Fehler meiner Eltern nach der Trennung nicht zu wiederholen. Das ist mir nicht immer gelungen. Zum Glück sind meine Kinder aber so selbstbewusst, dass sie dies auch klar formulieren und ein anderes Verhalten einfordern. Nach nunmehr einem 3/4-Jahr wird es langsam leichter und mit etwas Abstand gelingt es mir besser, mich richtig zu verhalten. Mein Ex-Mann dagegen verhält sich wie mein Vater und hat z. Z. den Kontakt zu unserer Tochter eingestellt, weil sie klar Stellung bezogen hat und hinsichtlich eines Konfliktes zwischen uns als getrenntes Paar nicht seiner Meinung war. Meine Tochter leidet darunter, aber es gelingt mir ganz gut, sie aufgrund meiner eigenen Erfahrungen aufzufangen. (k09)*

*Bei einer eigenen Trennungssituation habe ich meinen Sohn für 1,5 Jahre zu seinen Großeltern gebracht, um ihn aus der Scheidungsschlamm-schlacht heraus zu halten. (l05)*

*Ich bin die 5. Generation, die ohne eigenen Vater aufgewachsen ist. Und mein Sohn die 6., denn vor 2 Monaten habe ich mich von meinem Mann getrennt, der sich seiner ebenfalls schlimmen Kindheit nicht stellen mag. Allerdings sieht er unseren Sohn so oft er mag und wir unternehmen viel zu dritt. Ich hoffe, ich mache alles besser als meine Eltern. ... Wenn die Liebe eines Elternteils verwehrt wird, läuft dieses Kind ein Leben lang der Liebe hinterher ... ich jedenfalls habe es getan. Meinem Sohn werde ich das ersparen. Vielleicht kann er dann die 7. Generation in unserer Familie begründen, die endlich mit eigenem Vater aufwächst. ... Mein Mann schläft derzeit bei einer Bekannten, kommt aber 3x in der Woche zum Abendbrot und zum Spielen, an den Wochenenden zum Frühstück und für gemeinsame Unternehmungen. ... Ich erzähle (dem Sohn) jeden Morgen, wie der Tag abläuft, ob mein Mann abends kommt, dass er sich darauf freut, mit ihm zu spielen usw. Bis jetzt wuppt er das ganze sehr gut, ist sogar wesentlich fröhlicher als früher, als mein Mann und ich wegen unserer Spannungen schlecht drauf waren. Nun geht es mir gut, unserem Sohn auch, und mein Mann bezieht in Kürze eine Wohnung in der Nähe, um weiterhin für ihn da zu sein. Ich werde mich niemals zwischen meinen Sohn und seinen Vater stellen. ... Wir werden im Sommer zu dritt 1 Woche in Urlaub fahren, und mein Sohn kann, wenn er es später mal möchte, auch gern zu meinem Mann ziehen. Ich hoffe, wir kriegen bis zu seinem 18. alles friedlich hin. Ich denke, Ehrlichkeit und authentisch bleiben ist für Kinder sehr wichtig. (l10)*

**Durch negatives Elternverhalten viel gelernt für eigene Partnerschaft**

➤ Jede zehnte TeilnehmerIn erklärt, durch die Wahrnehmung des früheren, als negativ empfundenen Elternverhaltens viel für die Gestaltung eigener Partnerschaften als Erwachsene(r) gelernt zu haben, z. B. das Einräumen von gegenseitigem Freiraum, dem Vermeiden von „Versuchungen“, aber auch im Falle des Scheiterns den Willen zu einer konstruktiven Partnertrennung bzw. die Überzeugung, einen Kampf um das Kind zu vermeiden.

*Dass ich mir bei vielen Sachen mehr Zeit lasse, speziell was auch beziehungs-technische Sachen angeht, da habe ich natürlich aus den negativen*



*Erfahrungen aus meiner Vergangenheit gelernt. Speziell auf Beziehungen, zwischenmenschliche Beziehungen. Ja, dass ich jetzt niemals sagen würde, ich bin in dich verliebt, ich werde dich sofort heiraten. Würde ich zum Beispiel nie machen. ... Außerdem würde ich wahrscheinlich, auch wenn mir die Partnerin dann einen Strick draus dreht, würde ich nie ohne Ehevertrag heiraten. ... Ich muss ja auch ganz ehrlich sagen, ich traue ja nicht unbedingt meiner Partnerin nicht, sondern man kann ja auch sagen, ich traue mir selber nicht. ... Und somit sehe ich das einfach nicht als Missbrauchsbeweis, wenn man einen Ehevertrag schließt, sondern eigentlich als gut gemeinten Willen in Bezug auf die Zukunft. (Stefan)*

*Sollte ich mich jemals mit meiner Frau trennen, würde ich alles in Bewegung setzen, um so einen Kleinkrieg zwischen ehemaligen Ehepartnern zu verhindern. Und nun weiß ich ja auch, wie das schlimmstenfalls ausgehen kann. ... Jetzt mach mal kurz Halt vor dem Abgrund und versuch mal, deine Meinung noch zu überdenken, so schwer es dir auch fällt. Ist das denn wirklich alles genau so schlimm und schlecht von dem anderen, wie du es siehst? Ist denn deine Meinung jetzt wirklich so absolutistisch richtig und unhinterfragbar, wie sie dir in dem Moment gerade vorkommt? (Martin)*

*Ich glaube schon, dass ich viel auch durch die Trennung meiner Eltern gelernt habe und auch Sachen besser machen möchte als die eben. Dass jeder seine eigenen Interessen wahren muss. Ich glaube schon, ich bin zufrieden mit dem, was daraus für mich geworden ist. ... Auch für meine Ehe jetzt, auch durch die wirklich schönen Beziehungen davor, dass man in einer Beziehung immer Probleme hat und dass man nicht den perfekten Partner findet und dass es immer Reize von außen gibt und andere Menschen gibt, für die man sich interessiert. Und was das Wichtige im Leben ist, wo die Werte eigentlich auch liegen, man soll auch Versuchungen widerstehen können, indem man ihnen aus dem Weg geht. (Gisela)*

*Ich möchte mich nicht dran klammern, ich möchte auch dann loslassen, wenn es nicht klappen sollte. Und auch den Gedanken zulassen, dass es nicht immer klappt, trotz großem Verständnis, Verliebtheit usw., dass es auch nicht für immer halten kann, muss. ... Ich muss mich auch wirklich ein bisschen immer ermahnen, weil es hat sehr lange gedauert, also diese 5 Jahre waren sehr anstrengend mit der ersten Beziehung. ... Ja, das ist ein Schutz für mich zu sagen: Okay, klammer dich nicht. Wenn du merkst, dass es dir selber nicht gut geht, dann musst du auch gehen. Der andere muss wirklich seinen Weg suchen. Das ist für mich so: Denk dran! (Gabi)*

*Ich gehe mit meiner Ehe offen und klar um. (100)*

*Ich bemühe mich, die Fehler meiner Eltern nach der Trennung nicht zu wiederholen. (k09)*

*Durch das Verhalten meiner Eltern habe ich sehr viel über hinderliche Verhaltensmuster gelernt. ... Meine Eltern haben mir Paradebeispiele dafür geliefert, wie man sein Leben auf keinen Fall leben sollte und zu welcher leidvoller Katastrophe es führt, wenn man es doch tut. Im Grunde wurden durch ihr Verhalten ungesunde Gewohnheiten wie durch eine Lupe vergrößert. Im Laufe der Jahre erkannte ich viele dieser Tendenzen auch in mir selbst. ... Da ich sie bereits in ihrer stark vergrößerten Form gut kannte, fiel es mir einigermäßen leicht, sie auch als kleine Tendenzen in mir*

*selbst wieder zu erkennen. ... So konnte ich beginnen, mich selbst gut kennen zu lernen und an mir zu arbeiten. (I36)*

### **Kompetenz, mir das zu suchen, was früher fehlte**

➤ Wenn sich ein Kind von der eigenen Familie „verlassen“ fühlt, kann daraus als Erwachsene auch die Kompetenz erwachsen, sich eine „neue Familie“ von vertrauten Bezugspersonen zu schaffen, in der die früheren Defiziterfahrungen kompensiert werden können.

*Da ich in meinem familiären Umfeld keine Zuflucht fand, suchte ich mir „meine eigene Familie“ zusammen, die aus Personen bestand, mit denen ich nicht verwandt war. Diese Menschen haben mir Erfahrungen ermöglicht, die zu dem Lebensmodell meiner Eltern vollkommen entgegengesetzt waren. Damit haben diese Menschen wohl mit dazu beigetragen, dass meine innere Stimme nicht vollkommen verstummt ist und ich Jahre später Möglichkeiten fand, den Kontakt zu mir selbst wieder herzustellen. Ferner habe ich die Erfahrung gemacht, dass „Familie“ nicht zwangsläufig mit genetischer Verwandtschaft einhergehen muss. Ich weiß inzwischen, dass ich, wenn ich Hilfe benötige, diese jederzeit bekommen kann. (I36)*

### **Trotz aller Belastungen leistungsstark und psychisch stabil**

➤ Vor dem Hintergrund von Belastungen in der Kindheit kann ein Trennungskind als Erwachsene(r) stolz über den eigenen beruflichen Erfolg und die fortbestehende psychische Stabilität spüren.

*Ich bin insgesamt sehr stolz auf mich und ehrlich gesagt immer wieder erstaunt darüber, dass es mir in der Situation gelungen ist, nicht nur mein Abitur ohne Probleme zu schaffen und beruflich sehr erfolgreich zu werden, sondern vor allem psychisch gesund zu bleiben. Im Gegensatz zu meinen Brüdern habe ich mich nie für die Streitigkeiten und die Trennung meiner Eltern verantwortlich gemacht und das ist mir zugute gekommen. (k09)*

## **8.6.4 Psychische Probleme, Therapie**

Viele der teilnehmenden Trennungskindern berichten, als Jugendliche bzw. Erwachsene unter psychischen Problemen gelitten bzw. eine Psychotherapie in Anspruch genommen zu haben. Dies soll in folgenden Selbstbeobachtungen näher beleuchtet werden.

### **Emotionale Chaos: Hilflosigkeit, Wut, Trauer**

*Emotionales Chaos, anhaltende Hilflosigkeit sowie enorme Wut und Trauer. (I02)*

### **Ängste; Angststörung**

Sechs TeilnehmerInnen erwähnen, teils am Rande, dass sie häufiger oder anhaltend unter Ängsten leiden. Karen führt dies auf dies auf die durch die elterliche Trennung ausgelöste tiefe Verunsicherung zurück.

*Also Angst ist jedenfalls ein großes Thema. (Und wo sehen Sie da einen Zusammenhang mit Ihrer Trennungsbiografie?) ... Ich kann nur sagen im Nachhinein, dass ich eben immer irgendwo Angst hatte. Weil bei uns immer alles unsicher war. Na ja, Sie können sich ja vorstellen, wenn meine Mutter so war, dass sie von heute auf morgen die Sachen packt und dann war halt alles unsicher. (Karen)*

### **Depressivität; Suizidalität**

➤ Sieben Trennungskinder haben in ihrer Biografie eine Phase der Depression, teils mit Suizidalität, durchlaufen. Wiederholt klingt das Erleben an, frühere Ereignisse nicht angemessen verarbeitet zu haben, obgleich man in der Zwischenzeit „gut funktioniert“ hatte, und die Depression ein Hinweis darauf ist, dass einen „die Vergangenheit einholt“.

*Ja, da habe ich wirklich versucht mich umzubringen. Da hat meine Mutter mich dann gefunden und so. ... Ich habe versucht, mir die Pulsadern aufzuschneiden und ziemlich viel Alkohol getrunken, hatte dann eine Alkoholvergiftung. (Yasmin)*

*Das war eigentlich das erste Mal seit Jahren, dass ich wirklich einmal nur mit mir beschäftigt war. Und da bin ich halt in ein ganz großes Loch gefallen. Also es war irgendwann einmal so, dass ich sagte: Nein, es geht nicht mehr. Ich wusste auch nicht, wie ich das mit dem Studium machen soll. Ich wollte es eigentlich nicht antreten, weil ich mich nicht in der Lage gefühlt habe dazu, ich konnte gar nichts mehr machen. ... Ich habe immer geschluckt, geschluckt, geschluckt und es nie verarbeitet. Und dann kam halt einfach diese Depression. ... Ich habe die ganzen Jahre über keinen Spaß gehabt und ich habe es auch nicht gemerkt. Weil ich dachte, das ist eben so, das ist eben mein Leben, das ist halt nicht so lustig. (Hella)*

*Ich sehe einen großen Zusammenhang mit der früheren Trennung, wenn ich mich heute betrachte und meinen Stand heute sehe. Ich habe das ganze nie richtig verarbeitet, auch wenn es keine grauenhaften oder schrecklichen Ereignisse waren ... Meine Eltern haben sich friedlich getrennt, nichts über mich ausgetragen, mir immer die Entscheidung selbst überlassen, wo ich hin will, eigentlich könnte man sagen, es lief alles gut. Und doch holt mich die Vergangenheit ein und ich bin vor kurzem in eine Depression verfallen, die ich nun durch Psychotherapie aufarbeiten muss. (k05)*

*Uns fragte keiner, wie es uns geht und ob wir das alles verkraften können. So ging das eigentlich, bis ich ca. 26 war und ich durch den Suizid meines Cousins (auch ein Scheidungskind) eine schwere Depression bekam. Da kam alles raus! ... In meine Therapie kam ich erst mit ca. 26, nachdem mein Cousin sich das Leben nahm. Das hat mich unheimlich belastet und auch dafür fühlte ich mich verantwortlich, da ich der Meinung war, dass wir ihm hätten helfen müssen. Seit 2001 bin ich in Behandlung und diese neigt sich im Herbst dem Ende zu. Ich wurde mit Medikamenten behandelt: Antidepressiva Trevilor und Schlaftabletten. Ich hatte Selbstmordgedanken über ca. 2 Jahre und ich bin unendlich dankbar und froh, dass ich eine so gute und professionelle Therapeutin gefunden habe. Wenn man so will, habe ich ihr mein Leben zu verdanken. Jetzt lebe ich nämlich - meistens - wieder gern! (I22)*

## Essstörung

➤ Drei TeilnehmerInnen erwähnen, im Verlauf ihrer Biografie eine Essstörung entwickelt zu haben.

## Psychosomatische Beschwerden

Im Fragebogen (I23) wird über einen leidvollen Lebensweg mit diversen psychosomatisch bedingter Schmerzen/Erkrankungen und damit zusammenhängender Beeinträchtigungen geschrieben.

*Ich habe täglich Schmerzen, jeden Tag woanders. Ich hatte 4,5 Jahre Dauerblutungen (gynäkologisch). Ich habe Migräne und einen Reizdarm. Die Schulmediziner zucken mit den Schultern und sagen: „Sie haben nix.“ Ich bin nicht vollständig arbeitsfähig. Kaum habe ich ein bisschen mehr zu tun, werde ich wieder mehr krank. Ich habe Alpträume und nasse nachts manchmal ein. Das alles hindert mich sehr an einem „normalen“ Leben. Ich fahre z. B. nicht in Urlaub, weil ich Angst habe, dort ins Bett zu machen. Seit zwei Jahren bin ich in therapeutischer Behandlung und seit dem ist es schon wirklich besser geworden. Aber es ist noch nicht gut genug. Ich fürchte, das dauert noch ein bisschen. (I23)*

## Abhängigkeitserkrankungen

➤ In zwei der Fragebögen wird auf eine eigene Suchterkrankung, einmal mit der Folge der Berufsunfähigkeit, hingewiesen.

*Aber sicher doch. Suchterkrankung, deshalb BU. War jahrelang in Behandlung. (I35)*

## Psychotherapie und sonstige

➤ Jeder dritte Teilnehmer an dieser Erhebung hat bislang an einer Psychotherapie oder einem ähnlichen Verfahren teilgenommen (darin sind auch paartherapeutische Ansätze enthalten).

*Ja, es hat glaube ich auch ziemlich lange gedauert, weil ich immer der Meinung war: Wieso, mir fehlt doch gar nichts. Nur da kam dann also... nachdem ich meine erste Ausbildung fertig hatte ... also das war halt in Süddeutschland und nach der Ausbildung sind halt alle Leute in alle Himmelsrichtungen dann auseinander gegangen und ich wusste weder, was ich mit dem Beruf jetzt machen soll noch mit ... Also keine Freunde mehr da, irgendwie war nichts mehr da, und da bin ich so richtig ins Tief gekommen. Und da habe ich dann auch die Therapie angefangen. (Maria)*

*Zum ersten Mal hat der Therapeut mich gefragt, ja wie ist es denn, wie war es denn und so. Und da wurde mir auf einmal so vieles bewusst. Ich hätte nie schlecht über meine Mutter geredet oder so. Weil ich hab das so als Schicksal angenommen, dass eben meine Rolle damals so war. (Karen)*

*Ich hatte da mal einen Ansatz. Den will ich eigentlich auch wieder aufnehmen, weil ich merke, da ist noch einiges, glaube ich, zu holen. ... Ich hatte da zwei Gespräche mit einem Psychotherapeuten, war auch gut und das ging sofort los mit meinem Vater. Er meinte dann auch so: Sie sind doch eigentlich nicht hier wegen ihrer Beziehungsprobleme, sondern we-*

gen Ihrem Vater. Das wollte ich erst nicht wahr haben. ... Und dann hat er mich einer Kollegin vermittelt und dann war es so, also das ist eine faule Ausrede, das weiß ich selber, es war im Beruflichen so anstrengend und ich hatte so viel zu tun, dass ich es immer auf die nächste Woche raus geschoben habe und habe es nicht weiterverfolgt. (Kathrin)

Und so kam ich denn auf eine Selbsthilfegruppe für psychisch Abhängige und ich fing auch die Analyse an. (Gabi)

Da habe ich beim psychologischen Bereitschaftsdienst angerufen und bin dann zu einem Psychotherapeuten gegangen und habe dann auch ungefähr 9 oder 10 Stunden mit dem gemacht. Aber es hat mir nichts gebracht. Ich kam dann irgendwann an so einen Punkt ..., ich habe mich nicht von ihm verstanden gefühlt, der war mir nicht sympathisch. ... Und dann habe ich aber gemerkt: Ich bin jetzt vielleicht auch stark genug, um mir etwas anderes zu suchen. Und dann habe ich es alternativ mit Reiki versucht und habe dann eine ganz nette Frau gefunden, wo ich dann immer einmal die Woche, manchmal auch alle zwei Wochen zur Behandlung gegangen bin. Ich habe mit ihr aber eigentlich nicht viel geredet. Also, es hat sich hauptsächlich auf die Behandlung beschränkt. Und mit der Zeit ist aber mein Vertrauen gewachsen und dann haben wir irgendwie angefangen zu reden, das haben wir dann verbunden. Und ihr habe ich ganz viel erzählt. ... Ja, ich habe mich dann stabilisiert, aber wie soll ich sagen, es war halt ein langer Weg. (Hella)

Ja, also ich hab mal, das war so um das Jahr 2000 rum, persönliche Probleme durch eine Trennung von einem längeren Partner bekommen, so dass ich daran ganz schön zu knapsen gehabt hab, und ich dachte, einfach so mit meiner Mentalität nicht mehr klarzukommen, und dachte dann einfach, ich lass mir helfen, was jetzt meine Beziehungsgeschichten angeht. Und da haben wir halt dann irgendwann von ganz vorne angefangen, das aufzurollen, also wo liegen da vielleicht Gründe aus der Familiengeschichte. ... Das war einfach so, dass ich einfach ganz früh gemerkt hab, ich kann nur auf mich selber zählen und ich bin mit mir alleine und da kann ich was. Aber Fremde, die sind sowieso wieder weg. Also das ist schon ziemlich prägend bei mir. (Und was haben Sie mit dem gemacht, was Sie in sich rein gefressen haben?) Eine gute Frage, ich glaub es ist einfach irgendwo hängen geblieben, hat sich aufgestaut. (Alena)

Mit 33 hatte ich kurzzeitig eine Paarberatung mit meiner damaligen Partnerin. Danach ca. 3 Jahre Einzeltherapie. Daraufhin ca. 2 Jahre Gruppentherapie. Mit den Müttern meiner weiteren 2 Kinder jeweils eine Paartherapie und danach scheidungsbegleitend wieder eine Einzeltherapie. (I05)

Ja, meine Schwierigkeiten stehen in direktem Zusammenhang mit der Trennung, erst recht mit der Art und Weise der Trennung. In meinen Therapien kam später raus, dass ich die Trennung von meinem Vater nicht verwunden habe sowie den Gefühlskonflikt, ihn hassen zu müssen, eine ambivalente, fast geistesgestörte Mutter und den Missbrauch meines Stiefvaters. ... Mit Mitte 20 begab ich mich in psychotherapeutische Behandlung, da ich jede neue Beziehung zerstörte, sobald sie ernst wurde, morgens Panik vor dem Aufstehen und dem Leben hatte, seit 10 Jahren Bulimie hatte und meine Kollegen meinten, es sei unnormal, dass mich meine Mutter mindestens 3x täglich im Büro anruft und mein Leben so

*kontrolliere. Die Therapeutin sprach damals von mir als lebensunfähig und suizidgefährdet. Ich nahm ca. 140 Stunden tiefenpsychologische Gesprächstherapie. Parallel lernte ich einige Erwachsene kennen, die mir Ersatzeltern waren und ich las viele Psychologiebücher. Das alles hat mir sehr geholfen. Durch die Therapie erwachte ich aus einem Dornröschenschlaf. Ich lernte meine meterdicken Schutzmauern einzureißen, dass ich lebenswert bin, dass ich mich nicht dauernd schuldig fühlen muss, woher meine Probleme kommen usw. Ich lernte in der Therapie genug, um mein Leben wieder lebenswert zu gestalten. 1998 lernte ich meinen Mann kennen, nahm wieder Kontakt zu meinem leiblichen Vater auf, brach den Kontakt zu meiner Mutter ab und nahm meinen Geburtsnamen an. 2003 kam mein Sohn zur Welt, 2004 heiratete ich. (I10)*

*Das alles ist mir erst nach und nach klar vor Augen getreten, seit ich vor sieben Jahren eine tiefenpsychologisch orientierte Gesprächspsychotherapie in Anspruch nahm. Im Laufe dieser Therapie und auch noch lange Zeit nach ihrer Beendigung öffneten sich langsam meine Augen. Und ich muss sagen: Ich bin entsetzt über die Komplexität unserer kranken Beziehung und über ihre Auswirkung auf mein bisheriges Leben. ... Die Gesprächstherapie hat mir sehr geholfen und Prozesse in Gang gesetzt, die ich bis heute für die Lösung meiner Probleme als äußerst hilfreich empfinde. (I36)*

### **Über Therapie nachgedacht; abgelehnt**

➤ Einige Trennungskinder haben als Erwachsene die Teilnahme an einer psychotherapeutischen Maßnahme erwogen, aber (noch) nicht durchgeführt, mitunter bestehen diesbezüglich aber auch Ängste (Yasmin) oder eine kategorische Ablehnung (I34).

*Ich denke mir, dass andere Leute viel größere Probleme haben als ich und wenn ich dann für mich mit so einem Popelkram hingeh, dann wird das als lächerlich abgetan. Davor hätte ich Angst, dass mir dann gesagt wird, das ist überhaupt nicht so schlimm. (Yasmin)*

*Ja, ich glaube schon. Also so langsam ja. Irgendwie doch, so ein bisschen, bisschen was hängt da ja. Also ... ich würde es fast verlorene Sehnsüchte nenne, weil es sind ja Sehnsüchte da, die ich aber schon so weit verloren habe fast, dass ich an die ja nicht gut ran komme selber. (Julia)*

*Ich habe manchmal an eine Therapie gedacht, sehe aber (bei Bekanntwerden) berufliche Nachteile, so dass ich meine Probleme mit meiner Familie und Freunden zu bewältigen versuche. (I26)*

*Nein, ich lehnte psychologische Betreuung kategorisch ab und tue dies noch heute. Zudem war ich der Meinung und bin es immer noch, dass die Scheidung keine Probleme verursachte, erst die Folgen dieser. Meine Schwester hing mehr an ihrem Vater, der mich vielleicht indirekt bevorzugt hatte, sie litt mehr und ging mit meiner Mutter zusammen in eine Betreuung. Meine Mutter war mehrfach im LKH, in psychologischer Betreuung und litt (angeblich) unter Nervenzusammenbrüchen und Angstzuständen. Ich habe mich von all dem distanziert und wollte davon wenig erfahren. (I34)*

## Eigene Psychotherapieausbildung

➤ Die Teilnehmerin des Fragebogens (I16) befindet sich in Ausbildung zur Psychotherapeutin und sieht diese Berufswahl im Zusammenhang mit den kindlichen Erfahrungen im Zuge der elterlichen Trennung.

*Ich befinde mich in Ausbildung zur tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapeutin. Ich denke, die Berufswahl hat insofern mit der Scheidung meiner Eltern zu tun, als dass ich aufgrund der Mangelerfahrung an Empathie und Kontrolle eine starke Sehnsucht entwickelt habe, verstanden zu werden und zu verstehen. Ich habe immer wieder leichte depressive Phasen, aus denen ich aber mittels Sport und Gesprächen meist rasch heraus finde. (I16)*

## 8.7 Allgemeine Aussagen und Empfehlungen

Letztlich haben alle mitwirkenden Trennungskinder den Impuls gehabt, aus ihren Erfahrungen allgemeine Leitlinien und Empfehlungen zum Wohle von Kinder abzuleiten, die durch eine elterliche Trennung betroffen sind. Es sind naturgemäß zahlreiche Parallelen zu Teilen der obigen Erfahrungsberichte vorhanden. Dennoch habe ich die verallgemeinernden Aussagen der Teilnehmer getrennt dargestellt, weil es sich um eine Bilanzierung und gleichsam Abstraktion der eigenen Erfahrung aus der Sicht des Erwachsenen handelt mit der Reflektion, ob diese auch für andere Kinder oder Familien Gültigkeit haben kann.

Die Forderungen/Empfehlungen werden im Folgenden getrennt für das Elternverhalten und Anregungen auf formaler bzw. institutioneller Ebene dargestellt.

### 8.7.1 Verhalten und Haltungen der Eltern

#### Nicht wegen des Kindes eine dysfunktionale Partnerschaft erhalten

➤ Drei TeilnehmerInnen sprechen sich deutlich dagegen aus, eine nicht mehr funktionierende Partnerschaft aus angeblichen Kindeswohlüberlegungen aufrecht zu erhalten. Jedes Kind würde die Konfliktspannung spüren, eine Trennung könne auch eine Erleichterung sein, sie könne konstruktiv bewältigt werden.

*Es ist wirklich die Handlung. Das ist auch inzwischen mein Lebensmotto fast geworden, dass man handeln sollte. Dass man nicht warten sollte auf Entscheidungen oder nur auf Entscheidungen der anderen. Wie meine Mutter oder mein Vater. Man hat ja (als Kind) auf irgendeine Entscheidung gewartet von seinen Eltern. Man muss für kleine Kinder die Entscheidungen treffen als Eltern. ... Das muss man wirklich sagen: Es ist gar nicht so schlimm, wenn es klar geregelt ist. ... Natürlich ist es Einschnitt, aber wenn man das vernünftig regelt, das hätte mir persönlich geholfen. Klare Regelung, die klare Trennung und dass jeder für sich glücklich wird. Dass man sich dann an diesen glücklichen Eltern, halbwegs glücklichen Eltern,*

*die ihr Leben anders meistern, dass man sich daran ein Beispiel nehmen kann. Dass man da sich anlehnen kann, das man sagt: So geht's auch. (Gabi)*

*Nicht der Kinder wegen zusammenbleiben, Trennung oft Erleichterung. (k14)*

*Die Eltern sollten nur wegen der Kinder nicht zusammenbleiben. Kinder spüren immer, wenn etwas nicht stimmt, wenn Elternteile sich nicht lieben oder nicht verstehen. (I12)*

### **Dem Kind die Trennung und Zukunft erklären**

➤ Verschiedene Trennungskinder erheben die Anspruch, dass einem Kind die Trennung und die Zukunftsperspektiven nachvollziehbar erklärt werden sollten. Es wird insoweit eine dem Alter des Kindes angemessene Offenheit und Transparenz eingefordert.

*Wichtig ist natürlich, dem oder der Kleinen das irgendwie denn verständlich zu machen, was ich auch vorhin schon sagte, dass das Kind versteht, dass es auf einmal zwei Familien hat. (Bernd)*

*Wenn möglich, sollten Kinder von beiden Elternteilen erklärt bekommen, warum man sich trennt. Und nach Möglichkeit auch gesagt bekommen, dass beide Elternteile das so wünschen und diese Entscheidung für die Eltern das Beste ist. Auch sollten die Eltern versuchen, dem Kind zu erklären, wie es nun weitergeht. Soweit es möglich ist, sollte man erklären, dass das Kind z. B. bei der Mutter lebt, der Vater aber da und da wohnt und das Kind dort jederzeit hin kann und den Vater besuchen kann. (k04)*

*Ich denke es ist auch wichtig, den Kindern zu sagen, warum und wie es ist, beispielsweise hat meine Mutter mir klar gemacht, dass sie meinen Vater nicht mehr liebt, dass er ihr nicht das geben kann, was sie braucht. Es ist nichts schrecklich daran, auch mal klar zu stellen, dass man in der momentanen Situation z. B. als Mutter wütend oder traurig auf den Vater ist und dem Kind dies davon zu berichten. Ich war erleichtert zu verstehen, was beide füreinander empfanden und wie sie zueinander standen. Vor allem, weil es ja keine großen Konflikte zuvor gab und ich nicht immer alles mitbekam! (k05)*

*Die Eltern sollten mit den Kindern über die bevorstehende Trennung sprechen und versuchen, ihre Sicht der Dinge darzulegen, damit die Kinder das Geschehen besser einordnen können. (I13)*

*Frühzeitige Information der Kinder, Offenheit der Eltern gegenüber dem Partner und den Kindern. (I21)*

*Offenheit, Transparenz. (I37)*

### **Schutz vor Elternkonflikten und -problemen; respektvoller Umgang; Trennung von Paar- und Elterneben**

➤ Jedes dritte teilnehmende Trennungskind hält es vor dem Hintergrund der eigenen Erfahrung für notwendig, Kinder vor den Konflikten und Problemen der Eltern zu schützen, zwischen den Eltern einen respektvollen Umgang zu pflegen, also insgesamt die Eltern- von der Paarebene zu



trennen.

*Aber es gibt immer so schöne andere Geschichten von Scheidungen, wo sich die Menschen oder die Partner wieder normal unterhalten ... Weil das ist, glaube ich, wirklich wichtig, wie Sie sagen: Heilung. Dadurch entsteht Heilung oder ist dann was Abgeschlossenes. Wenn das entsteht, das verstehen Kinder dann auch. ... Die verstehen irgendwann, ah, das war so und jetzt sehen die Eltern das so und damals war es anders. (Es hat seinen Platz dann bekommen im Leben.) Ja. Genau. (Karen)*

*Da finde ich ganz wichtig, dass wirklich dieses Kind oder das Wohl des Kindes so im Zentrum steht, dass beide Eltern das so trennen. Also dass es zum einen diese Auseinandersetzungen zwischen den Eltern gibt nur zum Wohle des Kindes – das ist eine Seite, wie man kommuniziert. Und dann gibt es eine andere Sicht: Nur wir Erwachsenen kommunizieren hier über uns, meinetwegen über den Umgang mit dem Kind. Aber dass es getrennt wird, also dass es da zwei verschiedene Denken gibt. Also auch wenn das hier nicht funktioniert, hat es da dann noch zu funktionieren. Dass sich da die Eltern definitiv selber zurücknehmen. (Julia)*

*Appell an alle Eltern, die sich scheiden: Struktur geben und vor allem die Wut, die man aufeinander pflegt, da wirklich das Kind nicht mit hineinziehen. Aber gut, altruistischer geht's ja nicht. (Gabi)*

*Sich niemals vor dem Kind zu streiten und den anderen Elternteil schlecht zu machen! Man hat viel Wut im Bauch (kann ich mittlerweile aus eigener Erfahrung sagen) und es gehört eine Menge Selbstdisziplin dazu, aber es ist unfair, das Kind in diese „Schlacht“ mit reinzuziehen. (k00)*

*Dann ist wichtig, dass die Eltern ihre Geschichte als Paar mit sich ausmachen und nicht uns Kinder mit reinziehen. (k02)*

*Es ist wichtig, dass das Kind nicht jede Streiterei mitbekommt. Es ist nicht schön zu sehen, dass es einem oder beiden Elternteilen schlecht geht. Als Kind möchte man helfen, was man aber ja nicht kann. Ich finde, Kinder sollten aus den Streitereien auf jeden Fall heraus gehalten werden. Natürlich können Kinder schon mitbekommen oder gesagt bekommen, dass die Ehe nicht mehr gut läuft und man sich trennen möchte, aber die unschönen Worte, die sich Paare in einem Streit an den Kopf werfen, sollten sie nicht mitbekommen. Ich glaube, für Kinder ist es nur sehr schwer verständlich, wieso sich die Eltern, die ja sonst immer zusammenhalten, auf einmal so anschauen und sich beschimpfen.*

*Man sollte die Kinder aus den Streitigkeiten der Eltern herauslassen. D. h. die Kinder sollten die juristischen Fakten sachlich erläutert bekommen, ansonsten damit aber nicht belästigt werden. Darüber hinaus sollte man möglichst nicht vor den Kindern streiten und auch nicht schlecht über den Ex-Partner reden. ... Im Gespräch sollte man daran arbeiten, auf der Sachebene zu argumentieren und zumindest vor den Kindern die eigenen Verletztheiten außen vor lassen. (k09)*

*Keine Streitereien oder noch schlimmer Wutausbrüche vor den Augen und Ohren der Kinder. Den Schmerz über das Zerbrechen des Familienbildes kann den Kindern nicht abgenommen werden. Es sollte aber von den Eltern versucht werden, den Kindern die Ohnmacht und das Gefühl des Verlassenseins zu nehmen. (l01)*

*Keine Szenen wie aus dem „Rosenkrieg“. ... Denn für ein Kind bedeutet Trennung - und dagegen kann man nichts machen - das Ende der unbeschwertten Kindheit, von einem Moment zum anderen. Eltern sollten sich mehr als auf die Zähne beißen, wenn es um eigene Belange geht, und ihre Kinder nicht damit belästigen. (I02)*

*Eltern sollten ihr Mann-Frau-Ding klar trennen vom Eltern-Kind-Ding. ... Toll wäre es, wenn die Eltern weiterhin freundlich miteinander umgehen, sich Achtung zollen. (I10)*

*Keine massiven Streitigkeiten vorm Kind. Das Kind braucht das Gefühl, geliebt zu werden. Das Kind muss erleben, dass beide Eltern gut mit der Trennung zurecht kommen, ihr Leben befriedigend weiter leben können. (I16)*

### **Wir trennen uns als Paar, aber lieben dich beide, du hast keine Schuld**

➤ Eltern sollten dem Kind (nach Meinung jedes sechsten Teilnehmers) im Rahmen des Trennungsgeschehens signalisieren: Gleichwohl wir uns als Paar trennen, lieben wir dich beide und sind weiterhin als Eltern für dich da – du hast keine Schuld.

*Ich glaube an das Kontinuumprinzip (Jean Liedloff). Ein Kind kann die Trennung wuppen, wenn es sich weiterhin der Liebe beider Elternteile gewiss sein kann – egal, wie oft das Kind sie sieht – und wenn es um seiner selbst willen geliebt wird. Wenn die Liebe eines Elternteils verwehrt wird, läuft dieses Kind ein Leben lang der Liebe hinterher. (I10)*

*So viel Zeit wie möglich mit ihnen verbringen, ihnen vermitteln, dass beide immer noch für sie da sind und die Kinder lieben. (I14)*

*Beistand. Eltern sollten Kindern immer vermitteln, dass sie trotz der Trennung ihre Eltern und die Kinder schuldlos sind. (I26)*

*Klarmachen, dass beide Eltern es lieben und das Kind weiterhin beide lieben darf. Klarmachen, dass Papa und Mama sich noch schätzen, aber nicht mehr zusammen wohnen können. (I27)*

*Kinder sollten niemals das Gefühl entwickeln, Schuld an der Trennung zu sein. (I20)*

### **Du bist gewollt und aus Liebe entstanden**

➤ Die Teilnehmerin (k01) betont, ein Kind brauche die Botschaft ...

*dass sie aus einer Liebe entstanden sind, die vielleicht nicht überdauert hat, aber einmal existiert hat. Jedes Kind sollte die Botschaft bekommen, trotz allem gewünscht und gewollt zu sein. (k01)*

### **Sorgerechtsstreit vermeiden**

➤ Stefan weist darauf hin, dass ein Streit der Eltern um den Lebensmittelpunkt des Kindes das Risiko von Loyalitätskonflikten („hin und her gerissen fühlen“) beinhaltet. Wo immer es sich aufhalte, wisse es, dass der andere Elternteil damit nicht einverstanden sei.

*Weil ich denke mal, ein Sorgerechtsstreit ist das Schlimmste, was einem passieren kann. ... Wenn man dann bei einem der Elternteile ist, weiß*

*man genau, dass der andere damit nicht einverstanden ist. ... Weil ich glaube, dass dadurch ein Kind sich noch viel mehr hin und her gerissen fühlt. Weil es weiß, dass der andere gerne bei einem sein möchte und das wahrscheinlich auch durchblicken lässt. (Stefan)*

### **Liebe, Zuwendung, emotionaler Halt für das Kind**

Einige Teilnehmer betonen explizit, dass ein Trennungskind in besonderer Weise darauf angewiesen ist, sich der Liebe seiner Eltern sicher zu fühlen, die ihm intensiv gezeigt werden sollte, um ihm emotionalen Halt zu geben.

*Und dann ist natürlich das aller wichtigste, was ich davor schon versucht habe anzudeuten, dass dieses Kind im Mittelpunkt stehen kann. Das heißt ganz speziell, dass das Kind wichtig ist, dass es geliebt wird. Weil gerade ein Kind, dessen Eltern sich trennen, viel mehr Angst hat, dass es irgendwie nicht geliebt wird oder dass es Liebe sucht. Es braucht schon mehr Aufmerksamkeit auf eine bestimmte Art und Weise, es braucht eine besondere Art der Bestätigung, ... dass es auf jeden Fall selber nicht Schuld hat an irgendetwas. (Julia)*

*Liebe und Fürsorge. Das eigene, erwachsene Leben hinten anstellen, Kinder sind hilflos und erschüttert und brauchen Halt und klare Botschaften, nicht „schuldig“ zu sein und liebenswert zu sein. (k01)*

*Nähe und Liebe, viel kuscheln und reden, zuhören, gemeinsam auch mal weinen ist denke ich sehr wichtig. (k05)*

*Liebe ist das wichtigste, denn sie ist schließlich das, was vor den Augen der Kinder nur allzu oft zerfetzt wird. (I02)*

*Trennungskinder brauchen immer ein bisschen mehr das Gefühl, geliebt und angenommen zu sein. (I28)*

### **Auf Befindlichkeit des Kindes achten und mit ihm im Gespräch bleiben**

➤ Weiterhin wird es als bedeutsam empfunden, sensibel für die innere Welt des Kindes, seine „Sorgen und Gefühle“ zu sein und sich für Gespräche darüber zur Verfügung zu stellen.

*Und dann eben ganz besonders auf die Kinder eingehen in dieser Zeit. ... Ja, und nicht das kritisieren, wenn die Kinder dann vielleicht nach außen hin aufmüpfig wirken oder so. Sondern dann fragen warum, was ist denn mit dir, warum bist du denn so? (Hella)*

*Dass beide Eltern den Kindern gegenüber offen sind, sich weiter liebevoll um die Kinder kümmern und die Situationen erklären und die Kinder an dem neuen Leben teilhaben lassen. (k07)*

*Aufmerksamkeit und Akzeptanz für Leid der Kinder, keine Schönlügereien. (k11)*

*Die Eltern sollten jederzeit gewillt und offen sein, mit dem Kind über die Trennung zu reden. (I10)*

*Die Eltern sollten mit den Kindern sprechen und wenn sie das nicht können, dafür sorgen, dass die Kinder therapeutische Unterstützung bekom-*

*men. Sie sollten soweit wie möglich die Wünsche der Kinder berücksichtigen und genau beobachten, wie es ihnen geht mit der Situation. (I14)*

*Das Kind braucht ein offenes Ohr für seine Sorgen und Gefühle. (I16)*

*(Die Eltern) sollten auf das Verhalten des Kindes besonders aufpassen, dass das Kind sich nicht abkapselt. (I24)*

### **Kontakterhalt zu beiden Elternteilen**

➤ Einem Kind soll ermöglicht werden (so ca. 15% der TeilnehmerInnen), den Kontakt zu beiden Elternteilen nach deren Trennung aufrecht zu erhalten, wobei auch letztere sich aktiv dafür engagieren müssen.

*Also auf jeden Fall sollte der Elternteil, der von den Kindern weggeht, regelmäßig Kontakt zu denen halten. Auch wenn die Kinder selber entscheiden und wenn sie (die Eltern) selber auch Probleme mit dem Leben, mit der eigenen Situation haben, dass sie sich dann trotzdem aufrufen, den Kindern nahe zu sein. Das ist ganz wichtig. (Stefan)*

*Also ich denke, es ist ganz wichtig, so weit es ...möglich ist, dass den Kindern einfach der Freiraum gelassen wird, Beziehungen zu beiden Eltern aufzubauen. ... Aber was auf keinen Fall passieren darf, ist halt... dass der eine dem anderen den Kontakt verbietet oder auch nur versucht, in gewisser Weise Einfluss darauf zu nehmen. ... Es muss möglich sein, auch im ganz kleinen Alter, dass die Kinder einfach ihre eigenen Beziehungen aufbauen, völlig ungestört von irgendwelchen Gerichtsbeschlüssen oder das muss jetzt aber so und so funktionieren. (Martin)*

*Man kann jetzt, wenn die Elternteile gesunden Menschenverstands sind, nicht den einen Elternteil einfach so abhacken. Also da würde das Kind dann wirklich drunter leiden, bin ich der Meinung. ... Ja, also was ich auf gar keinen Fall machen würde, was ich auch einfach für falsch halten würde, das wäre schon zu verbieten, den anderen Elternteil zu sehen. Ich sag mal, außer wenn das jetzt irgendwie dem Schutze des Kindes entspricht. Wenn das irgendein Gewalttäter ist oder so was. Aber ansonsten, wenn das alles normal ist, dann auf jeden Fall den Kontakt nicht unterbinden. (Bernd)*

*Wichtig ist, dass wir den Kontakt immer zu unseren beiden Eltern brauchen, auch wenn die sich nicht verstehen, das hat meine Mutter immer gefördert, auch wenn sie mit meinem Vater wegen Geld Probleme hatte. (k02)*

*Der Kontakt darf nicht abbrechen. Kinder müssen sich weiter von beiden geliebt fühlen und beide jederzeit ansprechen können. (I26)*

*Der Kontakt zu beiden Elternteilen sollte aufrechterhalten werden. Und zwar nicht nur an Wochenenden, sondern auch in Alltagssituationen. ... Das Kind muss so oft und so natürlich wie es nur geht, beide Eltern regelmäßig sehen dürfen. (I28)*

*Immer bemüht sein, beide Elternteile auch nach einer Trennung in die Erziehung einzubeziehen. ... (Es) sollten beide, auch gegen den Willen des anderen, mit dem Kind Umgang haben. (I32)*

### **Erhalt der Bedeutung/Verantwortung beider Eltern für das Kind**

➤ Knapp 20% der beteiligten Trennungskinder erhebt die Forderung, dass beide Eltern auch nach deren Trennung in der gemeinsamen Verantwortung gegenüber dem Kind (gemeinsames Sorgerecht) bleiben sollen bzw. sie beide emotional bedeutsam für das Kind bleiben.

*Beide Eltern werden geliebt und so sollte es auch ohne Angst bleiben! Es ist einfach toll, wenn die Eltern gemeinsame Entscheidungen treffen, dem Kind den gleichen Weg aufzeigen und beide zu jeder Tages- und Nachtzeit da bzw. ansprechbar sind!!! (k00)*

*Dass beide Eltern sich gemeinsam um ihr Kind kümmern, gemeinsam Entscheidungen treffen, dem Kind das Gefühl geben, das beide für einen da sind. (k08)*

*Man muss akzeptieren, dass die Kinder auch nach der Trennung eine liebevolle, emotionale Beziehung zum Elternteil haben, bei dem sie nicht wohnen. (k09)*

*Versuchen, weiter als Eltern zur Verfügung zu stehen. (k14)*

*Liegt keine Gewalt oder ein unzumutbares Verhalten eines Elternteils vor, bin ich dafür, beiden Elternteilen die Erziehungspflichten aufzuerlegen. (l02)*

*Paare die sich trennen, sollten trotzdem als Eltern die Verantwortung gemeinsam tragen. (l15)*

*Vater und Mutter sollten als Eltern erhalten bleiben, auch wenn sie kein Paar mehr sind. ... Wünschenswert ist es, wenn sich weiterhin beide um alles kümmern und Ansprechpartner sind, realistisch ist das aber in den seltensten Fällen, nehme ich an. Zu sehr spielen sicherlich verletzte Gefühle der Eltern hinein. (l20)*

### **Klare Aussagen, Regeln und Verlässlichkeit beider Eltern**

*Klare Aussagen beider Eltern den Kindern gegenüber, die konsequent umgesetzt werden. ... Allerdings gemeinsame, verständliche Informationen – Wir-Gefühl während und nach der Trennung. (l05)*

*Verlässlich bleiben, Versprechungen einhalten, Eltern müssen der Fels in der Brandung bleiben. (l27)*

### **Keine große räumliche Entfernung nach Elterntrennung**

*(ein Teilnehmer)*

### **Kinder möglichst in gewohnter Umgebung lassen**

*(ein Teilnehmer)*

### **Konfliktfreier Rahmen für die Umgangsgestaltung**

*Es wäre z. B. sehr wichtig, dass Vater und Mutter auf liebevolle Art und Weise den Kontakt halten und gemeinsam Zeit / Unternehmungen mit den Kindern veranstalten. In meinem Fall haben die Eltern ja nie strikte Besuchszeiten gehabt, man konnte den Vater ja auch immer irgendwie telefonisch erreichen, aber die Art und Weise, mit dem der Umgang einhergeht, ist sooooo wichtig. (k06)*

## **Bei anhaltender Kontaktverweigerung des Kindes seinen Willen akzeptieren**

*Das zu erkennen und zu sagen: Ok, ich hab wirklich alles versucht, was irgendwie ging, so weit ich das kann ... das zu erkennen und zu sagen: Ok, sie sind zwar noch nicht volljährig, aber ich akzeptiere jetzt mal, dass ich und auch die Kinder in dieser Situation keine Chance mehr haben. Dann sich vielleicht etwas früher zurückziehen. Also vielleicht kann es anders, aber es schafft es anscheinend nicht, anders zu reagieren oder zu handeln in dieser Situation und dann muss ich irgendwann auch sagen: Ok, ich dränge ja dann noch zusätzlich auf mein Kind ein und das tut ihm nicht gut und dann muss ich irgendwann sagen: Ok, es hat immer noch die Chance, irgendwann wieder zu kommen und da muss ich mich leider drauf beschränken, auch wenn es natürlich schwer fällt und ungerecht ist und schmerzhaft und alles. (Martin)*

## **Gemeinsame Gespräche, Unternehmungen beider Eltern mit Kind**

➤ Rückschauend bezeichnen es einige Teilnehmer als wichtig für ein Trennungskind, wenn die Eltern ab und an gemeinsame Gespräche, Unternehmungen, Familienfeste durchführen, damit beide weiterhin in der gemeinsamen Elternfunktion wahrgenommen werden können.

*Sehr wichtig wären gemeinsame offene Gespräche, auch mal Mutter, Vater und Kind/er an einem Tisch, sofern dies möglich ist. (k05)*

*Es wäre z. B. sehr wichtig, dass Vater und Mutter auf liebevolle Art und Weise den Kontakt halten und gemeinsam Zeit / Unternehmungen mit den Kindern veranstalten. (k06)*

*Für die Kinder sollte sich im Alltag nicht viel verändern - d. h. Mama und Papa sind immer noch für sie da, kommen zum Essen und Spielen auch unter der Woche und unternehmen am Wochenende was gemeinsam. Auch zu Familienfesten geht man gemeinsam. (l10)*

*Wichtig ist, dass die Kinder ihre Eltern auch manches Mal noch gemeinsam erleben. Sei es ein gemeinsames Mittagessen, Spielplatz, Kinobesuch. Es soll den Kindern zeigen, dass sie immer noch die Kinder sind und dass sie nichts mit den Konflikten zu tun haben. Die Kinder sollen weiterhin eine Kindheit haben! Sie sollten nicht die Probleme und Trauer ihrer Eltern tragen müssen. (l22)*

## **Den anderen Elternteil oder dessen neuen Partner nicht gegenüber dem Kind abwerten**

*Nicht schlecht von einander reden. Netter Umgang. (k13)*

*Kein schlechtes Von-einander-Reden und nicht den anderen überall schlecht machen, sich nicht vor dem Kind streiten. (l09)*

*Kein Waschen schmutziger Wäsche, Eltern sollten nicht schlecht über den anderen Elternteil sprechen. (l16)*

*Eltern sollten Schuldzuweisungen untereinander vermeiden, damit das Kind nicht zum Schiedsrichter werden muss, sondern möglichst respektvoll miteinander umgehen. (l20)*

*Keine negativen Bewertungen des Ex. Keine negativen Bewertungen des neuen Partners des Ex. (I27)*

*Und niemals schlecht über das andere Elternteil vor dem Kind reden!!! (I28)*

### **Eigene Verhaltensbeiträge kritisch reflektieren**

➤ Eltern sollten dem eigenen Verhalten gegenüber eine selbstkritische Reflektion entwickeln und insbesondere bei problematischen Entwicklungen nicht primär die Ursache beim anderen (Kind, anderer Elternteil), sondern auch bei sich selbst suchen.

*Ja, und vielleicht immer nicht suchen, ob bei den Kindern was falsch ist, sondern auch einmal in Betracht ziehen, dass man sich selber vielleicht auch nicht richtig verhält und dass das bei den Kindern halt nur irgendwie eine Reaktion ist. (Hella)*

*Ehrlichkeit, Verantwortungsbewusstsein, Einstehen für eigenes Fehlverhalten. (k11)*

### **Das Kind nicht instrumentalisieren**

➤ Acht Teilnehmer mahnen an, dass Eltern ihr Kind nicht im Paarkonflikt instrumentalisieren, insbesondere nicht als Boten missbrauchen, Aushorchen, schlecht über den anderen reden, gezielt auf die eigene Seite ziehen. Beeindruckend sind die fast imperativ formulierten Aussagen: „Kinder nicht als Waffe dem Partner gegenüber einsetzen“ und „Kinder sind keine Mittel, um den Partner zu etwas zu zwingen“.

*Und vor allen Dingen die Sachen, die hinterher noch passieren, dann über den Rücken der Kinder austragen, das ist wirklich das, was schädlich ist für die Kinder. ... Ja, oder vielleicht über die Kinder irgendwelche Mitteilungen mitzugeben an den anderen. Bei uns ist es halt so gewesen, dass wir Briefe von unseren Eltern gekriegt haben an den anderen. Gift in den Fingern quasi. (Stefan)*

*Auf keinen Fall sollte es möglich sein, die Kinder zu instrumentalisieren, z.B. Kindesentzug beim nicht mit dem Kind zusammenlebenden Elternteil. (I01)*

*Kinder nicht als Waffe dem Partner gegenüber einsetzen. Im Kind geht dabei so viel wichtiges kaputt. (I05)*

*Die Eltern sollten dringend versuchen, ihre Probleme und Verletzungen in keinem Fall auf dem Rücken ihrer Kinder auszutragen. Man darf nie vergessen, dass die Kinder ein Recht darauf haben, gesund und ohne seelische Schmerzen aufzuwachsen. Sie dürfen nicht als Rücken oder Instrument in solch Konflikten dienen. (I22)*

*Kein Aushorchen des Kindes über den Expartner, kein Schlechtreden über den Expartner, nicht die Kinder als Druckmittel benutzen, die Kinder nicht einspannen als Erfüllungsgehilfe (ich sollte meine Mutter am Telefon belauschen und meinem Vater berichten). (I29)*

*Ganz viel Geduld und sie sollten ihre Kinder, selbst wenn es sich praktisch anbietet, nicht als Boten missbrauchen. (I32)*

*Kein Elternteil soll versuchen, die Kinder auf „seine Seite“ zu ziehen. (I35)*

*Kinder sind keine Mittel, um den Partner zu etwas zu zwingen. (I21)*

### **Das Kind behutsam mit neuen Partnern bekannt machen**

➤ Einem Kind sollte Zeit gegeben werden, die Trennung der Eltern zu verarbeiten und sich auf die neue Lebens- und Familiensituation einzustellen, bevor dann erst behutsam ein neuer Partner in dessen Leben eingeführt werden sollte.

*Also was vielleicht noch wichtig ist, wenn die Trennung aufgrund einer neuen Partnerschaft geht, dass halt die neue Person vorsichtig zugeführt wird, nicht auf einmal, sondern dass man versucht, erst mal am besten mit dem Kind ein stabiles Verhältnis herzustellen. ... Aber nicht, dass dann der Partner ständig dabei ist, sondern dass man halt erst mal Zeit mit dem Elternteil alleine hat, speziell für die Kinder. ... Und die erste Zeit ist doch auch für das Kind eine ganz neue Situation, mit der es erst mal klarkommen muss. ... Und ich sage mal, wenn man da dann einen neuen Partner mit zuführt, dann kann das Kind ganz oft in eine sehr starke Defensivhaltung gehen. „Du gehörst da nicht mit zu, du gehörst da nicht mit rein, lass mich in Ruhe.“ (Stefan)*

*Die Elternteile sollten sich nicht gleich nach der Trennung einen neuen Partner ins Haus holen, sondern dem Kind Zeit geben, um die Veränderungen durch die Trennung zu verarbeiten. (I10)*

### **Das Kind behutsam auf neue äußere Lebensbedingungen einstellen**

➤ Wenn möglich sollte die Umstellung der Betreuungsbedingungen für das Kind nach der Trennung behutsam und in kleinen Schritten erfolgen, so z. B. die Veränderung auf eine vollzeitige Fremdbetreuung durch nun notwendig gewordene Erwerbstätigkeit der Mutter. (I27)

### **Vertrauens- / Beratungsperson für das Kind**

➤ Dem Kind sollte eine Vertrauensperson zur Verfügung stehen, die dem Trennungsgeschehen mit emotionaler Distanz gegenüber steht und der sich das Kind im Gespräch „sanktionsfrei“ (k09) öffnen kann. Eine solche Person kann ein professioneller Berater, Therapeut sein, jedoch bei entsprechender innerer Haltung auch aus dem näheren oder erweiterten Umfeld der Familie kommen.

*Aber der beste Ansatz ist vielleicht so ein Kinderpsychologe oder ein Betreuer, der dem Kind zur Seite gestellt wird und der quasi auch aus dieser Burg dieser Gesamtfamilienbeziehung einen Ausbruch ermöglicht, wo man sich dann regelmäßig mal aussprechen kann oder der vielleicht auch Konflikte auflösen kann und zumindest etwas positiv beisteuern kann. ... Ein Kindesanwalt, der sich ggf. längere Zeit um die Kinder kümmert, sich so oft wie möglich ohne Anwesenheit der Eltern mit den Kinder trifft und nach ihren wirklichen Wünschen und Anliegen forscht. (schriftlich nachgetragen) (Martin)*

*Man sollte dafür sorgen, dass die Kinder einen neutralen Ansprechpartner, z. B. Trennungsberater oder Psychologen haben, dem sie sich sanktions-*



*frei anvertrauen können. ... Von Seiten der Gerichte sollte dafür gesorgt werden, dass Kindern ein neutraler Ansprechpartner zur Seite gestellt wird, damit sie in die Lage versetzt werden, dass sie sich selbstbewusst auch gegen ihre Eltern zur Wehr setzen können. (k09)*

*Man braucht eine dritte Vertrauensperson. Bei mir war es mein Bruder, ich denke, es kann auch eine Oma oder Tante oder so sein, aber jemand, der der Trennung so gegenübersteht, dass er dich nicht zwingt, sich nur immer für ein Elternteil zu entscheiden. (k15)*

*Ich denke, dass jedem Kind, dessen Eltern sich in einer Trennungssituation befinden, ganz automatisch ein Psychologe oder ein psychologisch geschulter Pädagoge an die Seite gestellt werden sollte, und das unabhängig davon, ob die sich trennenden Elternteile das wünschen oder nicht. Paare, die in (einigermaßen) reifer Weise auseinander gehen, werden dies bestimmt nicht als „Bedrohung“ oder „Bevormundung“ empfinden, sondern werden sicher von sich aus mögliche Fallstricke erkennen und die angebotene Hilfe als sinnvolle Maßnahme respektieren. Paare, die sich sträuben, signalisieren schon durch ihr Verhalten, dass Hilfe nötig sein wird. Dieser Ansprechpartner hätte die Aufgabe, das Kind eine Weile zu begleiten und später durch Treffen in gewissen Abständen präsent zu bleiben. Er könnte auch als (Informations-) Vermittler fungieren, indem er das Kind und auch die Eltern über mögliche Ansprechpartner informiert und sie vielleicht sogar mit ihnen bekannt macht (z. B. gemeinsam hingehen und „nur mal gucken“). (l36)*

### **Sich als Eltern Unterstützung/Beratung holen**

*Sich selber Hilfe holen. Und ich finde es auch, klar, ich kann auch die Eltern verstehen, dass sie natürlich ganz viel Wut und Enttäuschung und so in sich tragen. Aber das müssen sie an einer anderen Stelle ablassen, nicht bei den Kindern. (Hella)*

### **Dem erwachsenen Kind zur Aufarbeitung zur Verfügung stehen**

*Und also ich fand's im Nachhinein auch wichtig, mit anderen Leuten noch mal darüber gesprochen zu haben, das im Grunde aufgearbeitet zu haben, sowohl mit der Familie von meinem Vater als auch mit der Familie von meiner Mutter. (Martin)*

*Und Verständnis, wenn man im Erwachsenenalter kritisch nachfragt, warum das Leben diesen Werdegang genommen hat. (k06)*

## **8.7.2 Leitlinien Sorgerecht, Umgang**

### **Einbeziehung des Kindes für Betreuungs- und Kontaktregelungen**

➤ Jede fünfte TeilnehmerIn spricht sich dafür aus, die Meinung oder angezeigte emotionale Tendenz der Kinder (je nach Alter) in die Entscheidung über zukünftige Betreuungs- und Umgangsregelungen mit einbeziehen.

*Aber ich sage mal, wenn da wirklich ein 10- bis 15-jähriger Junge oder ein Mädchen sitzt, dann wirklich das Kind befragen, wo es hin möchte oder zu wem es möchte. Ob es halt zu Hause bleiben möchte oder mit dem einen Partner wegziehen möchte. (Stefan)*

*Dann also mit der Besuchsregelung: Mehr fragen, was die Kinder wollen. Ich habe mich auch darüber geärgert damals, weil ich dachte, was soll das irgendwie, alle zwei Wochen hat er das Recht, mich zu sehen. Aber was ist mit mir? Das ist ja schön, dass er das Recht hat, aber vielleicht will ich das ja gar nicht irgendwie. Also da mehr auf die Kinder achten. ... Ja, also auch schon irgendwie fragen, was hättest du denn gerne? Ich kann es mir doch vorstellen, auch kleine Kinder können da schon gute Auskünfte geben. Die werden zwar nicht sagen, ich möchte jeden zweiten Samstag oder so. Aber die können auch sagen, ob sie ihren Papa öfter sehen wollen oder wie oft. Und dann muss man fragen, warum willst du ihn nicht so oft sehen. Dass es auch wirklich um die Kinder geht und das nicht immer über den Kopf des Kindes letztendlich hinweg entschieden wird. (Hella)*

*Man sollte die Kinder ernst nehmen und sie teilhaben lassen. Es sollten mehrere Wahlmöglichkeiten gegeben werden oder zumindest angesprochen oder konstruiert werden. Denn viele Wege führen nach Rom und es gibt immer mehrere Auswege.*

*Ich denke, die Kinder sollten auch befragt werden, was sie wollen, denn schließlich müssen die bei demjenigen wohnen. (I09)*

*Kinder sollten sich überdies immer bei dem Elternteil aufhalten und dort wohnen dürfen, bei dem sie möchten. So würde ich es bei einer Trennung handhaben wollen. (I26)*

*Das sollte individuell gesehen werden und vor allen Dingen sollten Kinder ein großes Mitsprache- oder Anhörungsrecht haben! (I30)*

### **Gemeinsames Sorgerecht pro**

➤ Einige Teilnehmer sprechen sich für den Erhalt der gemeinsamen Elternverantwortung (gemeinsames Sorgerecht) als Standard nach einer Trennung aus.

### **Gemeinsames Sorgerecht contra**

➤ Die TeilnehmerIn (I23) wendet sich gegen das gemeinsame Sorgerecht als „größte Katastrophe“, da allein die Trennung der Eltern anzeige, dass sie nicht in der Lage sind, gemeinsam zu handeln, und eben deshalb auch nicht für das Kind.

*Das gemeinsame Sorgerecht halte ich für die größte Katastrophe, die diesbezüglich eingeführt werden konnte. ... Es fehlt bei dem gemeinsamen Sorgerecht ein eindeutiger „Bestimmer“. Ich habe da so ein Bild im Kopf von einem Kind, was schutzlos zwischen seinen Eltern steht und beide reißen an ihm herum. ... Ex-Partner sind sich nun mal in den meisten Fällen nicht mehr grün (sonst wären sie ja noch zusammen). ... Es wird schon viel zu viel Konflikt auf dem Rücken der Kinder ausgetragen, da wäre es schön, wenn die Kinder wenigstens bei solchen Entscheidungen vom Zank der Eltern verschont würden. Und im Normalfall ist der El-*

*ternteil, bei dem das Kind lebt, eher in der Lage, das Gesamtbild des Kindes einzuschätzen. (I23)*

### **Häufige Betreuungsaufteilung pro; ggf. Bedingungen**

➤ Eine annähernd hälftige Betreuungsverteilung wird von einigen Teilnehmern als allgemein anzustrebende Regelung vertreten, allerdings abhängig vom Alter (im Vorschulalter sollte das Lebensmittelpunktsmodell bevorzugt werden) und unter der Voraussetzung, dass eine konfliktfreie elterliche Kooperation möglich ist.

*Also am Anfang, wenn das Kind noch klein ist, ist es doch echt schön, wenn es relativ ein Zuhause hat, aber trotzdem regelmäßig der andere Partner da ist und damit wirklich mehr Zeit als nur jedes zweite Wochenende verbracht wird. Wenn dann diese Regelmäßigkeit mit der Schule kommt, fände ich es da dann auch total schön, wenn es dann bei beiden Alltag und Wochenende haben könnte, über einen etwas längeren Zeitraum. Fände ich jetzt ideal, aber das klappt bestimmt nur ganz selten. ... Kommunikation zwischen den Eltern, ... wo sie wirklich beide in der Lage sind, wie ich das vorhin schon gesagt habe, diese Ebenen zu trennen. (Also kein Minenfeld, wo das Kind hin und her geht.) Nein, weil dann wird es ja wahnsinnig. Also dann ist es definitiv besser bei dem einen Teil. Der Nachteil ist bei dem einen Teil, so wie ich es ja erlebt habe, man entfremdet sich immer ein Stück von dem anderen. Das ist das einzige, was ich allgemein sagen kann, dass ich das natürlich hätte vermeiden wollen, weil das ist etwas, was einem Menschen weh tut. (Julia)*

*Die Kinder sollten auch beide Eltern gleich oft sehen, doch dies ist eigentlich utopisch in der Welt von heute. (k12)*

*Auch wäre wünschenswert, wenn Kinder bei beiden Elternteilen - je nach Bedürfnis - leben könnten. (I26)*

### **Häufige Betreuung contra**

➤ Zwei Teilnehmer wenden sich insgesamt gegen eine etwa hälftige Betreuungsaufteilung und des sog. Wechselmodell. Sie halten dies vor dem Hintergrund der eigenen Erfahrung („Nomaden-Leben“) und dem Schulalltag für nicht adäquat.

*Also ich mein, in der Woche muss man zur Schule gehen, da braucht man sein Regelmäßiges, also sprich sein richtiges Zuhause. Da kann man denn nicht den einen Tag hier, den einen Tag da. ... das würde ich einfach auch für falsch halten. Weil dann muss sich der eine auf die Hausaufgaben einstellen, dann muss sich der andere wieder auf die Hausaufgaben einstellen. Also eine andere Möglichkeit als für das Wochenende würde ich da jetzt mit der schnellen Überlegung nicht sehen. Und denn halt auch nur jedes zweite, weil jedes Wochenende bei dem Vater ist denn auch wieder ungerecht, weil ein Wochenende braucht ja die Mutter vielleicht auch mal, um mit dem Kind was richtig zu machen. (Bernd)*

*(ab 3 Jahre Wechselmodell) Angefangen, mich mit dem Thema wirklich auseinanderzusetzen, hab ich erst vor Kurzem. Sagen wir, seit ich 18 Jahre alt bin. Ich war mit 16/17 Jahren ein Jahr im Ausland und erfuhr dort*

*zum ersten Mal, wie es ist, ständig an einem Ort zu sein, nicht immer umziehen zu müssen. Als ich wiederkam, kehrte ich zurück in mein „Nomaden-Leben“ und fing an, es als störend zu empfinden. Manchmal fühlte ich mich richtig rastlos und die ewigen wöchentlichen Trennungen gingen mir sehr nah. Selbst mit 17 Jahren.*

### **Flexible Umgangsgestaltung, gemeinsame Abstimmung**

➤ Einige Teilnehmer setzen sich dafür ein, dass der Umgang des Kindes mit dem nicht hauptbetreuenden Elternteil flexibel, nicht nach starren Regeln und insbesondere in Abstimmung mit den Bedürfnissen des Kindes erfolgen sollte.

*Und ich finde genauso, dass die Kinder, sobald sie das dann erfassen können, auch das Recht haben zu sagen: Dieses Wochenende will ich nicht, das aus dem und dem Grund, und dann muss das auch akzeptiert werden. Das ist natürlich schwer dann zu trennen, wie weit wird das indoktriniert von der Mutter oder von dem Vater, wenn das andersrum gemacht wird. (Außerdem hat man dann als Kind wieder die Entscheidungs-last?) Das stimmt. Ja. ... Insofern wäre es vielleicht gar nicht schlecht, wenn ein Mindestmaß an Kontakt einfach festgeschrieben gibt, was von keiner Seite zu beeinflussen ist. Das heißt, dass es einen Grundsockel gibt, wo auch keiner, ausgenommen diese Extremfälle mit Kindesentzug, wo keiner einen Einfluss drauf hat. Weil dann ist das einfach nicht verhandelbar. Das ist der Mindestsatz und wenn es nicht irgendwelche Gründe aus Krankheit gibt, wird das gemacht, fertig aus, kann keiner was von außen beeinflussen, dann haben die Kinder ja quasi einen Freiraum. (Martin)*

*Es sollte keine strenge Besuchsregelung geben, sondern eine gemeinsame Planung von allen Beteiligten. (I10)*

*Keine festen Regelungen, sondern nach „Bedarf“, wenn das möglich ist. (I15)*

*Ich denke, dass es für Kinder toll wäre zu wissen, dass es die Elternteile immer sehen kann und nicht nur an bestimmten Tagen. Natürlich muss es Regeln geben. Wenn aber das Kind nun ausgerechnet an einem Dienstag mal Lust hat seinen Vater zu sehen, sollte man es zumindest versuchen einzurichten. Um den Kindern das Gefühl zu geben, dass der Vater nicht aus der Welt ist und nicht alles nur nach Organisation und Richtlinien abläuft, sondern auch nach Gefühlen und Bedürfnissen der Kinder. (I22)*

*Besuchsregeln sind okay, Besuchsgesetze nicht. Wenn ein Kind irgendwo nicht hin möchte, hat das schon seine Gründe. Das sollte man sich dann mal anhören. (I23)*

*Keine festen Besuchsregeln, jederzeit jeden anrufen oder besuchen dürfen. (I27)*

### **Jede Regelung muss für die jeweilige Familie passen**

➤ Acht TeilnehmerInnen verweisen darauf, dass es aus ihrer Sicht allgemein gültige Maßgaben für Umgangs- und Betreuungsregelungen nicht gibt, sondern für jede Familie im Einzelfall passende Lösungen gefunden werden müssen.

*Es sollte immer versucht werden, eine der Lebenssituation der Eltern angepasste Regelung zu finden. (I01)*

*Jeder hat ein eigenes Schicksal. Manchmal geht es bei der Mutter einfach nicht und manchmal bei den Vätern nicht. (I09)*

*Ich denke, dass alle Beteiligten sich nach Möglichkeit dazu äußern sollten, um heraus zu finden, welche Lösung von allen Beteiligten favorisiert wird. Jede Familie hat unterschiedliche Einstellungen und Vorstellungen zur Bewältigung einer Trennungssituation, so dass ich es persönlich schwierig finde, dazu eine Aussage zu treffen. Die Quantität einer Betreuungslösung sagt noch nichts über die Qualität der Betreuung aus, so dass weichere Kriterien wie zum Beispiel die Versorgungsmöglichkeiten des Kindes und mögliche Hilfsquellen der Eltern mit in die Überlegung mit einbezogen werden sollten. (I13)*

*Nein, das hängt für mich immer vom Einzelfall ab. Von dem, was in der Ehe vorgefallen ist, wie die Eltern jetzt miteinander umgehen. „Zwangskontakt“ mit dem anderen Elternteil kann einerseits zu großen Spannungen führen und mehr Konflikte entstehen lassen und andererseits auch notwendig sein, wenn sich ansonsten kein Miteinander für Kind und den getrennten Elternteil ergibt. (I20)*

### **(Pflicht-) Beratung für Eltern**

➤ Es wird von einigen mitwirkenden Trennungskindern die Forderung nach obligatorischer Beratung/Mediation für Eltern mit Kindern in Trennungssituationen erhoben, auch wird die Idee eines „Trennungsratgebers“ in Schriftform geäußert.

*Aber auch die Eltern bräuchten Unterstützung. Sie schädigen ihre Kinder ja nicht aus Lieblosigkeit, sondern eher aus Verletztheit gegenüber dem Ex-Partner und auch ganz viel aus Hilflosigkeit heraus. Mit Mediation zwischen den Eltern könnte man hier sicher viel erreichen. Das Problem ist u. U. nur, dass Beratung nicht zwangsverordnet werden kann. (k09)*

*Ich denke, jede Familie, jedes Kind ist etwas anders ... aber vielleicht kann es neben Paartherapeuten mal so etwas wie Ex-Paar-Betreuer geben, einen Trennungsberater sozusagen. Ich würde mir so was wünschen. Ein kurzer (!) Trennungsratgeber wäre toll, damit die Eltern sich auch auf die Trennung vorbereiten können bzw. wie sie es den Kindern verklickern. (I10)*

*Pflicht zur Beratung, wenn die Kommunikation nicht mehr möglich ist. ... Wenn schwerwiegende Dinge in der Schule etc. bekannt werden, Reaktionen und Hilfe von neutraler Stelle, also nicht unbedingt das Jugendamt. (I15)*

### **Gerichtliche Eingriffe, Regelungen bei Verweigerung eines Elternteils**

➤ Zwei männliche Mitwirkende an der Studie fordern (offenbar auch aus einer aktuellen Betroffenheit als Vater heraus) schnelle gerichtliche Interventionen gegen umgangsverweigernde Elternteile bis hin zum Sorgerechtsentzug.

*Siehe Cochemer Praxis, siehe EU-Ausland: Alle Kinder brauchen beide Eltern. Wer Kontakt vereitelt, wird bestraft. Wer sich kurz nach oder vor Geburt „trennt“ (Samenspendermentalität), muss sich vor Gericht verantworten!!! Sorgerechtsentzug von verweigernden Müttern zugunsten von Trennungsvätern. (I03)*

*Es darf keine Gründe geben, die einem besuchswilligen Elternteil dieses Recht verweigert. Ausgenommen grobe Verfehlungen wie Gewalt oder Drogen. Zumindest darf es nicht der Einschätzung des Partners überlassen bleiben, wie gut oder schlecht Umgang gelebt werden kann. Einstweilige Verfahren sollten immer erst den Besuchskontakt beinhalten und bei der genaueren Prüfung kann differenziert entschieden werden. Evtl. begleitete Besuche, aber ohne dem anderen Elternteil - falls einer der Beiden dies wünscht. Keine Unterscheidung von ehelichen und nichtehelichen Kindern / Müttern / Vätern. Beschleunigung von Verfahren im Sorge-, Betreuungs- und Besuchsrecht. Pflicht innerhalb von 6 Monaten das Verfahren abgeschlossen zu haben. Es dürfen keine Fakten durch die Prozessdauer geschaffen werden, die nicht mehr zu korrigieren sind. Erschreckende Inkompetenz oder Machtlosigkeit von Jugendämtern. Es stellt sich hier für mich die Existenzberechtigung. (I05)*

### **Einsetzen einer entscheidungsbefugten neutralen Person bei Überforderung der Eltern**

➤ Falls Eltern überfordert erscheinen, nach ihrer partnerschaftlichen Trennung die Belange des Kindes konstruktiv zu regeln, sollte ihnen (eine Zeit lang) eine vom Familiengericht eingesetzte neutrale und entscheidungsbefugte Person an die Seite gestellt werden (Ergänzungspflegschaft).

*Genau, dass sie halt auch eigene und vor allen Dingen neutrale Informationen haben, wo sie drauf zurückgreifen können, um das besser zu verarbeiten, was die Eltern halt später vielleicht über den anderen sagen. ... Ja, ich denke mal, das könnte ihnen durch den Richter vielleicht offenbart werden. (Stefan)*

*Gerade, wenn Gewalt eine Rolle gespielt hat, kann ich sehr gut verstehen, wenn ein Elternteil aus der Erziehung ausgegrenzt wird, aber wenn nicht, sollten beide, auch gegen den Willen des anderen, mit dem Kind Umgang haben. Wenn die Eltern es nicht hinbekommen, müsste erst recht eine neutrale Person da sein. Aber sie sollte ihr Amt nicht missbrauchen, sondern wirklich nur für das Kind und dessen ehrlichen, ungeprägten Wünsche da sein. (I32)*

### **8.7.3 Sonstige Empfehlungen und Gedanken**

Die Teilnehmer in der Internetbefragung wurden im Fragebogen gebeten, abschließend noch bislang unerwähnte Aspekte zu beschreiben. Die Antworten waren wie folgt:

#### **Nicht jede Elterntrennung ist eine Entwicklungsbelastung für das Kind**

➤ Nochmals wird betont, dass die elterliche Trennung nicht per se immer

eine Belastung für ein Kind darstellen muss. Sie kann durchaus als „Erlösung“ (vom Konfliktgeschehen) empfunden werden und konstruktive Entwicklungsimpulse vermitteln.

*Die Scheidung selbst war eine Entlastung, sie haben nur noch gestritten, es hätte auch gut sein können, wenn sie danach froh gewesen wären. Ich glaube nicht, dass die Scheidung der Eltern für Kinder immer eine erschütternde Erfahrung sein muss. Sie kann durchaus Kompetenzen vermitteln. (I15)*

*Scheidung der Eltern muss für die Kinder kein Problem darstellen. (I21)*

*Warum wird immer gedacht, dass eine Trennung schmerzhaft für Kinder ist? Man sollte in vielen Fällen auch auf die Zeit davor achten und ggf. die Kinder wegen dieser Erfahrungen unterstützen bzw. therapieren. Eine Trennung ist öfters eine Erlösung. (I24)*

### **Eltern sein lernen**

➤ Es werden von einigen Teilnehmern verschiedene Maßnahmen angedacht, die es Eltern ermöglichen sollen, besonders im Falle der partnerschaftlichen Trennung die Elternschaft konstruktiv für das Kind auszufüllen. Hierzu gehören Informationen über entwicklungspsychologische Grundlagen in den ersten Lebensjahren, aber auch über staatliche Hilfen (Existenzsicherung) und Unterstützung im Verständnis kindlicher (Problem-) Verhaltensweisen. Die Teilnehmerin (I36) könnte sich auch Veranstaltungen/Seminare für Eltern vorstellen, in denen über psychodynamische Aspekte wie Projektion (eigener Gefühle auf das Kind) oder Übertragung (z. B. des Beziehungsmuster zum getrennten Partner auf das Kind) informiert wird.

*„Elternführerschein“ wurde schon diskutiert. Als Hilfe ja - als Zugangsvoraussetzung Schwachsinn. Evtl. im Zuge einer Schwangerschaftsvorbereitung oder als Elternkurs bei Krippen oder Kindergartenkindern. Extrem wichtig erscheint mir eine Sensibilisierung von Eltern, was in den ersten Jahren der Kindesentwicklung wichtig ist. Da müssen meiner Meinung nach alle „Beteiligten“ an einem Strang ziehen. Einwohnermeldeämter, Ärzte, Krippen und Kindergärten, Jugendämter, Familiengerichte. Wie könnte es sein, wenn vor einem Sorgerechtsstreit die Eltern einen gemeinsamen Erziehungskurs oder eine ähnliche Qualifikation nachweisen müssten? Die Verweigerung zu diesem Kurs würde schwer nachteilig für den Prozess gewertet? Sicher auch nicht das Gelbe vom Ei - ist eben schwierig. (I05)*

*Ich halte eine Betreuung von neutralem Fachpersonal für sehr wichtig. So umstritten die Supernanny im Fernsehen auch ist (und ich möchte sie hier auch nicht als goldenes Beispiel hinstellen), aber sie erklärt den Eltern, warum ihre Kinder dieses oder jenes tun. Sie gibt den Eltern „Handwerkzeug“ für den Alltag mit. So jemanden braucht man. Der objektiv das Ganze betrachten und „im Sinne des Kindes“ handeln kann. Ich konnte als Kind nicht sagen, wie es besser gemacht werden sollte. Eine langzeitliche Betreuung, vielleicht 14-tägig oder monatlich, je nach Bedarf. Wo sich auch die ratlosen Eltern Hilfe holen können. Jemand, der meiner Mutter damals hätte sagen können: „Geh zum Sozialamt, das ist Quatsch, dass*

*die sich das bei deinen Eltern zurück holen. Und selbst wenn, dein Kind geht ja wohl vor.“ (I23)*

*Ich bin mir daher bezüglich des Nutzens z. B. von Informationsveranstaltungen, in denen Phänomene wie „Projektion“ und „Übertragung“ vorgestellt werden, nicht ganz im Klaren. Wenn solche Veranstaltungen eine Selbsterfahrung ermöglichen, wäre dies vielleicht doch einen Versuch wert. Das setzt aber wohl wieder eine gewisse Offenheit der jeweiligen Teilnehmer (Elternteile) voraus. Auf jeden Fall sehe ich in der Dunkelheit, in der manche „Erwachsene“ bezüglich psychischer Vorgänge tappen, die Hauptursache für den schwierigen Verlauf von Trennungen und ihrer Folgezeit. (I36)*

### **Angebot von Gruppen für Kinder getrennter Eltern**

*Ich könnte mir vorstellen, dass psychologisch / pädagogisch geleitete Gruppen, in denen Trennungskinder sich kennen lernen und Erfahrungen austauschen können, hilfreich sein könnten. Solche „Gruppen“ müssten natürlich dem Alter der Kinder entsprechend gestaltet werden und könnten sicher nicht so aussehen wie derartige Angebote, die es für Erwachsene gibt. Für jüngere Kinder vielleicht eine Art „Spielgruppe“, für Jugendliche eine Art „Club“ oder „Treffpunkt“. Es kann Kindern / Jugendlichen vielleicht helfen, wenn sie sich austauschen können und merken, dass sie mit ihren Problemen nicht allein sind und es Menschen gibt, die sie verstehen, weil sie Ähnliches auch schon erlebt haben. (I36)*

### **Gesetzgeberische und gesellschaftliche Aspekte**

➤ Teilweise radikal-polemisch oder skeptisch-pessimistisch äußern sich zwei männliche Teilnehmer der Internetbefragung (I03 und I05), welche die mangelnde Gleichberechtigung der Väter nach elterlicher Trennung kritisieren. Die Teilnehmerin (I36) regt zur Vermeidung von unterhaltsrechtlichen Streitigkeiten an, obligatorisch die Zahlungen über eine zwischen-geschaltete neutrale Stelle laufen zu lassen, um eine angemessene Disziplinierung der Zahlungspflichtigen sicher zu stellen (vergleichbar mit der heute schon bestehenden Unterhaltsvorschusskasse).

*Gesetzgeber ist gefordert: Sorgerecht für alle, Gleichberechtigung der Väter!!!! Gleichheit der Elternteile fördert Kommunikation und Verantwortungsnahme, Ausgrenzung und Egoismus mit Zwangsmaßnahmen belegen. Aufklärung!!! Beendigung des Staatsfeminismus gegen Väter, Gewaltschutzgesetz etc., Beendigung der Förderung der Verantwortungslosigkeit von Müttern! Zeitnahe Mediation im Konfliktfall! Wenn Eltern nicht in der Lage sind, Verantwortung lebenslang zu tragen und zu teilen, sollten sie keine Kinder bekommen!!! Aufgrund meines Erlebens mit der deutschen Justiz im Familienrechtsbereich habe ich mich als Kandidat für die Oberbürgermeisterwahl in W. 2008 aufstellen lassen. Die Situation deutscher Väter und (nichtehelicher) Kinder ist ein einziger politischer Skandal. M. E. auch der Grund für Kinderlosigkeit, Kinderarmut und Bindungslosigkeit dieser Gesellschaft. Vertrauen wird institutionell untergraben, generationsübergreifend geschädigt. Jugendämter, Familiengerichte und „Zuständige“ versagen seit Jahrzehnten, bagatellisieren und ignorieren dies in einer menschenverachtenden Gleichgültigkeit. Bundesregierung und Ge-*



setzgeber tabuisieren und schweigen tot, während Eskalationen ständig steigen. Verschärfen im Gegenteil mit dümmlichsten Gesetzen (Gewaltenschutzgesetz, Stalking-Gesetz, siehe Gutachten Prof. Bock) die Situation der Betroffenen und fördern die Ausgrenzung von Eltern. Psychosoziale Folgen werden totgeschwiegen. (103)

Die klassische Familiensituation ist kaum noch vorhanden. Selbst Familienwillige haben kein „Best Practise“ zum Abschauen. Es gibt kein Angebot von „Das ist Familie“. Traditionelle Wertevermittler wie z. B. die Kirche stehen selbst in der „Schusslinie“ der Kritik. Die eigenen Eltern leben oft vor, wie es nicht sein sollte. Auf das eigene Gefühl zu vertrauen wird vor allem Jungs nicht vermittelt. Im Gegenteil wird dies als Schwäche ausgelegt. Übrig bleibt ein „Ich mach, was mir Spaß macht“ im Sinne eines Extremindividualismus. Bedürfnisse eines Partners passen da nicht hinein - von Kindern, die den Spiegel der eigenen Fehler hochhalten, erst recht nicht. Technokratisches Funktionieren oder gleich Verweigerung ist die Folge. Den Missstand mit Alkohol und Drogen betäuben, da nüchtern betrachtet der Schrei nach Wärme und Geborgenheit immer lauter wird. Leider fehlt mir der gute Ansatz zu diesem Thema. (105)

Zu diesem Themenkreis gibt es zu viel, was gesagt oder getan werden müsste. Ich habe mir oft Gedanken gemacht, wo die beste Stelle in der individuellen Zeitschiene eines Lebens wäre, in der man Hilfe anbieten sollte. Ich bin dabei immer wieder auf die Kindheit gekommen und die Rolle der eigenen Eltern. Es zeigte sich schier wie das Henne - Ei Problem, da die Eltern auch nur aus ihrer Kindheit heraus handeln. Somit wird es ein langsames, generationsweises Vorgehen sein, das zur Zeit m. E. in die falsche Richtung geht. Unsere Kinder verarmen emotional. Die, die es schaffen, werden von der eigenen Altersgruppe ausgeschlossen und verhöhnt. Somit polarisiert sich die Gesellschaft im Kindesalter immer mehr. Das kann zu keinem guten Ergebnis führen. Als letzte Konsequenz kann ich mir gewaltbereite Auseinandersetzungen zwischen den Gesellschaftsschichten vorstellen. Teilweise finden wir dies schon auf unseren Straßen. (105)

Akzeptanz dieser Lebensform (in getrennten oder Patchworkfamilien), die die Angst der Stigmatisierung vor allem der Kinder nimmt. (115)

Ich sehe in der Unterhaltsregelung ein sehr großes Problem. Nicht nur in meiner eigenen Geschichte war dies schwierig. ... Aus diesem Grunde fände ich es wichtig, wenn beim Unterhaltstransfer ganz automatisch und ausnahmslos (!) eine dritte Instanz zwischengeschaltet wäre. D. h.: Der unterhaltspflichtige Elternteil überweist das Geld nicht direkt an den getrennten Partner, sondern an eine unabhängige Instanz, die evtl. mit dem Jugendamt in Verbindung steht. Auf diese Weise wäre die Möglichkeit, dass unterhaltspflichtige Elternteile zwischendurch ihre Zahlungen unterbrechen oder stark verzögern, nur, um dem getrennten Partner „eins auszuwischen“, schon im Vorfeld ausgeräumt. Denn die, die den Schlag letztlich abbekommen, sind die Kinder. Ich weiß, dass dieses in einigen Fällen bereits möglich ist. Aber bisher ist es so, dass dann entweder der hauptbetreuende Elternteil oder aber das Kind selbst (wenn es volljährig ist) auf das Leistungszentrum zugehen muss. Gerade die zweite Variante schreit förmlich nach Übertragungssituationen und Krieg. Auch in diesem Fall fände ich es daher angemessen, wenn eine unabhängige dritte Instanz

*per Gesetzgebung in jedem Fall zu den Menschen käme und nicht umgekehrt diese die Initiative ergreifen müssten. (I36)*

## 9. Rückmeldungen und Anregungen der Teilnehmer

Aus den Rückmeldungen zum Ende der Fragebogenbearbeitung ergibt sich, ähnlich wie zum Abschluss der persönlichen Gespräche, wiederholt bei den Teilnehmern der Eindruck, durch die Teilnahme in einen engeren Kontakt mit dem eigenen Erleben gekommen und insgesamt bereichert worden zu sein. Die Bewertungen des jeweiligen Untersuchungsansatzes seitens der Mitwirkenden soll in diesem Kapitel behandelt werden, und zwar getrennt nach Gesprächs- und FragebogenteilnehmerInnen, da sowohl die Suchstrategien für die Teilnahme wie auch das „Erhebungsverfahren“ als solches deutliche Unterschiede aufwiesen.

### 9.1 Das Erleben des Probanden in den persönlichen Gesprächen

#### Motivation für die Teilnahme

➤ Die Äußerungen von Gabi und Alena verweisen darauf, dass die Teilnahme an den persönlichen Gesprächen durch ein besonderes Belastungserleben in Hinblick auf die elterliche Trennung bzw. auf die Familienbiografie insgesamt befördert wurde.

*Meine Freundin hat gesagt: Ja, ist es denn nicht abgeschlossen für dich. Dann sagte ich: Ich glaube nicht, ich würde gerne noch mal was dazu sagen. Und es war auch der Fall, und es ist halt auch natürlich wieder für mich schön, dass Sie etwas davon gebrauchen können. (Gabi)*

*Weil es mich direkt angesprochen hat, also ich fühlte mich angesprochen. Weil ich wahrscheinlich genau der angesprochene Personenkreis bin, eben vom Alter, und weil es schon ein Thema ist, was mich auf jeden Fall in meiner ganzen Kindheit und Jugendzeit, und auch im Grunde bis zum jungen Erwachsenenalter, sehr stark beschäftigt hat. (Also ein bedeutsames Lebensereignis?) Genau, womit ich auch lange dann irgendwann bewusst zu kämpfen gehabt hab. Und was ich jetzt noch nicht irgendwie für mich gelöst hab, aber ich denke, wenn man da irgendwie helfen kann oder wenn man irgendwie da was dazu beitragen kann, dann ist es gut. Und da war ich schon interessiert. (Alena)*

#### Ursprüngliche Befürchtungen

➤ Sonja beschreibt im Vorfeld des Gespräches einen gewissen Leistungsdruck, den Erwartungen ihres Gesprächspartners entsprechen zu können.

*Als ich heute Morgen hierher gekommen bin, habe ich gedacht, hoffentlich bin ich überhaupt die Zielperson, die er gesucht hat. ... Das habe ich auf jeden Fall überlegt und habe gedacht, hoffentlich kann ich mit dem bisschen, was ich habe, überhaupt zwei Stunden füllen. (Sonja)*

### **Aufkommende Gefühle**

- Gisela spürte nach dem Gespräch Schuldgefühle ihrer Mutter gegenüber.

*Ich finde es auch so unmöglich meiner Mutter jetzt gegenüber. Ich meine, sie hat mit drei Kindern auch wirklich sehr viel gekämpft und auch sehr viel gearbeitet. Aber es ist einfach so, wie ich es empfunden habe. (Gisela)*

### **Aufkommende Gedanken**

- Stefan beobachtet im Gespräch, dass Erinnerungen an frühere Ereignisse oder Empfindungen nur verschwommen vorliegen – er führt dies auf einen Verdrängungsprozess zurück. Gisela reflektiert, dies sei das erste Mal gewesen, dass sie mit einem bislang unbekanntem Menschen über intime Inhalte gesprochen habe. Sie fühlte sich zunächst durch das Aufnahmegerät etwas beeinträchtigt, welches eine eher negative Selbstaufmerksamkeit erzeugte.

*Und ich muss ganz ehrlich sagen, die Zeit, wo das dann wirklich passiert ist, da kann ich mich auch nicht so richtig dran erinnern. Die verschwimmt, also ich weiß nicht genau warum. Ich denke mal, das ist irgendwie ein Trotzmechanismus vom Körper selber, der halt diese Information, die da irgendwo gespeichert sind, verdrängt oder unterdrückt. (Stefan)*

*Das ist ja auch komisch. Das ist das erste Mal, dass ich jemandem etwas erzähle, also wirklich intime Sachen, den ich nicht kenne. ... Ja, normalerweise, wenn man irgendwie jemanden ganz lange kennt, irgendwelche Freunde, dann fängt man immer mal an, Bruchteile zu erzählen, aber nicht so umfassend. ... Dann das Gerät, das war für mich am Anfang ein bisschen schwierig irgendwo. Ich habe versucht, das auszuschalten. Aber ich habe immer wieder daran gedacht und habe gedacht: Oh Gott, jetzt redest du zu hektisch und so drumherum. (Gisela)*

### **Bewertung des gesamten Prozesses: Persönliche Gespräche**

- Zwölf von 14 GesprächsteilnehmerInnen haben explizite Rückmeldungen gegeben. Durchgehend wurde die Teilnahme als eine positive Erfahrung bewertet, manche äußern Dankbarkeit für die Möglichkeit, frühere Erlebnisse nochmals im Gespräch verarbeiten zu können. Interessant ist, dass Sonja die Empfindung hatte, der Gesprächsverlauf habe sich an einem Leitfaden orientiert, dies habe ihr gut getan, frei habe sie nicht erzählen mögen. Demgegenüber erklärt Stefan seinen Eindruck eines „lockeren Gesprächs“, er habe es gut gefunden, dass es nicht nach einem strikten Leitfaden geführt worden sei. Aus diesen Äußerungen entnimmt der Autor den Hinweis, dass es im Rahmen der gewählten Methode möglich war, sich empathisch auf die innere Welt des jeweiligen Gesprächspartners einzustellen, so dass dieser den Dialog entsprechend

seinen Bedürfnissen führen konnte.

*Das Zuhören, vielleicht war das auch ein Teil, der mir gut tat, das Zuhören. Und dann ist es eigentlich egal, in was für einer Form. (Yasmin)*

*Also ich bin ganz positiv überrascht. ... Und ich fand es gut, dass ein Leitfaden da war. Also ich hätte jetzt frei nicht erzählen können. Können und auch nicht wollen. ... Es war für mich auch ganz wichtig, dass jetzt jemand da gegenüber saß, der das strukturiert hat. ... Weil ansonsten ist mir jetzt auch noch mal aufgefallen, dass ich tatsächlich noch einige Sachen noch nicht bearbeitet habe, auch einige Sachen gar nicht so gesehen habe. (Sonja)*

*Nein, also ich finde das als lockeres Gespräch eigentlich optimal so. Dass es nicht so nach einem strikten Faden läuft, dass es nicht gezwungen ist halt. ... (Also war es für Sie ein angemessener Rückblick?) Ja, auf jeden Fall, war sehr angenehm. (Stefan)*

*Nichts verändern. Also ich finde es superschön, also für mich war das ganz schön rund und es hat sogar noch wahnsinnig viel in mir ausgelöst. Und an einer oder anderer Stelle hatte ich auch gedacht: Guck mal, das hast du selbst in dieser Therapie, die ja nun auch zwei Jahre irgendwie ging, noch nicht mal heraus gefunden für dich. Also ich bin an einen Punkt heute im Gespräch gekommen, wo ich vielleicht mal nach 10 Sitzungen oder so gekommen bin. Das fand ich ganz schön. Natürlich habe ich die Vorerfahrung auch gehabt. (Manuela)*

*Ansonsten bin ich sehr dankbar, dass Sie dieses Gespräch mit mir geführt haben. Es hat noch mal wieder einige erhellende Erkenntnisse über meine Zeit als Scheidungskind gebracht. (Martin)*

*Der Gesprächsverlauf wurde als positiv bewertet („Ich glaube, es war gut“), es gab keine Verbesserungsvorschläge. (Maria)*

*Nein, ich fand ich genau richtig so, wie es gelaufen ist. (Kathrin)*

*Also, um das kurz zu sagen: Ich finde das total gut mit der Idee, halt eben Leute zu fragen, wenn sie erwachsen sind, im Nachhinein, weil das habe ich für mich auch schon teilweise reflektiert mittlerweile, weil ich es früher gar nicht hätte ausdrücken können. Also ich hatte jetzt ein paar Aha-Erlebnisse, fällt mir grad schwer, die jetzt noch mal so konkret wieder zu geben, ich merke das richtig. Ich hatte schon immer auf jeden Fall die Überzeugung von der Wichtigkeit einiger Sachen. (Julia)*

*Ich fand es angenehm, finde ich. (Gisela)*

*Nein, also ich fand es gut. Ich fand es wirklich gut. Ich finde, Sie haben das auch gut gemacht, ich habe mich auch nicht irgendwie so ausgefragt gefühlt oder so, sondern ich habe mich schon verstanden gefühlt, das ist auch wichtig, und, ja, ich hatte auch das Gefühl, dass Sie ein echtes Interesse haben, das habe ich doch gespürt, das ist mir auch wichtig. (Hella)*

*Man hat einfach seine Ruhe, das ist schon ganz gut, fühlt sich nicht belauscht oder irgendwie ... Nee, also das Gespräch so fand ich auch angenehm. ... Das ist im Grunde so meine Geschichte, die ich hier auch mal dann aufgearbeitet habe und ich war auch froh, dass ich da mal wieder*

*darüber sprechen kann. Einmal, um das auch so für mich selber noch mal Revue passieren zu lassen. (Alena)*

*Nein, so im großen und ganzen fand ich das Gespräch sehr nett, sehr gut, anders gewünscht hätte ich mir das jetzt nicht. Einfach auch aus dem Grunde, weil durch Ihre Fragen teilweise auch Erinnerungen geweckt worden sind. Und dadurch kann man dann auf diese Fragen wieder viel erzählen. Jetzt so von Grund auf einfach so erzählen, das wäre auch nicht gut gewesen, also da wäre nicht viel bei rum gekommen. (Bernd)*

## 9.2 Das Erleben des Probanden in der Fragebogenbearbeitung

### Motivation für die Teilnahme

➤ Als Motivation werden genannt das Bedürfnis nach Bewusstwerdung früherer und heutiger Gefühle in Bezug auf die elterliche Trennung, der Wunsch nach einem weiteren Schritt in der Trennungs- und Lebensbewältigung sowie eine Mischung als professioneller und persönlicher Interessenlage.

*Ich habe diesen Fragebogen ausgefüllt, um mir noch einmal bewusst zu werden, wie ich mich damals gefühlt habe und wie ich mich heute fühle. (k05)*

*Für mich war das Beantworten ein kleines Stück weiterer Trennungs- bzw. Lebensbewältigung. (k09)*

*Würde gern Ergebnis dieser Studie erfahren, arbeite im therapeutischen Bereich, interessiere mich als Betroffene und professionell für dieses Thema (nahezu alle PatientInnen auf unserer Therapiestation kommen von getrennten Eltern). (k14)*

### Aufkommende Gefühle

➤ Viele Teilnehmer berichten von sehr intensiven Gefühlen, die sie während der Bearbeitung des Fragebogens – unabhängig ob Kurz- oder Langversion – empfunden haben. Besonders häufig werden Traurigkeit, Wut und Aggressionen benannt, vielen ist es „nahe gegangen“, andere wiederum haben ein Wechselbad verschiedener Gefühlszustände während der teils mehrstündigen Bearbeitungszeit erlebt. Die Einschätzungen reichen von „es tut gut, es einfach noch mal aufzuschreiben“ (I32) bis zu „eher ist es ‚nervig‘, in den alten Dingen zu wühlen“ (I33). Aus methodischer Sicht ist bedeutsam, dass es vielen Teilnehmern gelungen ist, unmittelbar an das frühere Erleben anzuknüpfen bis hin zu aus der damaligen Zeit vertrauten Körperempfindungen, so dass hier von authentischen Erinnerungen auch in Bezug auf Gefühle ausgegangen werden kann. Vereinzelt wird von einem eher sachlich geprägten innerem Abstand von den damaligen Erfahrungen berichtet: „Es rührt keine Emotionen auf, ich kann sachlich in die Vergangenheit blicken“ (s. die beiden letzten Beiträge).

*Bisweilen aufrüttelnd und nahe gehend - leider habe ich keine Einschätzung, ob ich in den Antworten "abgedriftet bin. (k01)*

*Es gab eine Zeit, da habe ich behauptet, es sei sehr gut für mich gewesen, dass sich meine Eltern getrennt haben, weil es positiv, ohne viel Streitigkeiten auseinander gegangen ist. Jedoch empfinde ich heute noch diesen Schmerz wie damals. (k05)*

*Es macht mich heute noch wütend, wenn ich sehe, wie meine Eltern mit ihrer Trennung umgehen. (k11)*

*Ich wurde sehr traurig, als ich überlegte, wie ich meine Empfindungen am besten erkläre. Schlechte Erinnerungen und bestimmte Gefühle haben mich traurig gestimmt. (k12)*

*Altes kommt hoch, und ich merke schon wieder, welche Aggressionen ich immer noch gegen meinen Vater hege. (k15)*

*Das Nachdenken über die Zeit macht mich etwas traurig. (l00)*

*Eher wütend – paradoxerweise. Aber man ist froh, wenn man sich gefragt fühlen darf. (l02)*

*Hass gegen Institutionen, Feminismus, der diese vaterlose Gesellschaft fördert und Ursachen ignoriert, bis heute. (l03)*

*Bei mir kam vieles wieder hoch, die Trauer über meine vaterlose Kindheit, ich hatte oft Tränen in den Augen. Die Fragen "triggern", davor sollten Sie vielleicht am Anfang des Fragebogens warnen. ... Es ist jetzt 1:26, ich habe 5,5 h für den Fragebogen gebraucht, konnte einfach nicht aufhören. (l10)*

*Manche Fragen haben in mir alte Gefühle (vor allem Groll, aber auch Mitgefühl mit mir als Kind/Jugendliche) wieder aufgewühlt, die ich lange nicht mehr so empfunden habe. Das fand ich spannend und bereichernd. (l14)*

*Es ist nicht so schön, sich zu erinnern und es ist manchmal bitter zu sehen, welche Kindheitserfahrungen mir als Erwachsene im Wege stehen. Das ist anstrengend, sich dem immer wieder zu stellen und es anders zu machen. Manchmal macht das so ein Gefühl von Überdruß. Ich wäre gerne unbeschwerter. Ich liebe meine Eltern sehr und manchmal wünsche ich sie trotzdem weit weg mit ihren ganzen bescheuerten Problemen, die sie immer hatten. (l15)*

*Die Fragen haben mich teilweise sehr traurig gemacht und ich konnte wieder eine Ahnung davon bekommen, wie einsam ich mich damals gefühlt habe. (l16)*

*Wenn ich darüber nachdenke, wie ich die Scheidung empfunden habe, ist es zwar länger her, aber die Gefühle und Ängste sind noch sehr präsent. (l17)*

*Aufgewühlt, Unordnung, desorientiert - ordnend, aufgeräumt, distanziert. (l18)*

*Es war mir von Anfang an klar, dass hier Themen angesprochen werden, die mich nach wie vor sehr berühren und mich in Tränen ausbrechen lassen. Es ist und bleibt eben ein bewegendes Thema, welches den Großteil meiner Kindheit bestimmt hat: leider. Ich kenne diesen Kontakt zu diesen*

*Gefühlen von meiner Therapie, daher erschrecken sie mich nicht. Dennoch wird mir immer wieder schwer ums Herz, wenn ich so tief in die Thematik versinke! Tränen, Wut und Leere haben mich auch eben wieder begleitet. (I22)*

*Es sind inzwischen vier Stunden vergangen und viele Tränen geflossen. Ich bin grad sehr leer. Ich kann das nicht mehr alles so erklären. Ich kann nur sagen, das mit den gewohnten Mustern stimmt. Man sucht sich immer dieselben Leute aus. ... Es hat mich schon viel Energie gekostet, das alles zu beantworten. Ich musste auch viel weinen zwischendurch. Es ist nicht schön, diesen Dingen in die Augen zu blicken. Darüber schweigen hat mir allerdings in der Vergangenheit auch nicht geholfen. Und zukünftigen Scheidungskindern hilft es auch nicht. (I23)*

*Da meine Schwester sich gerade von ihrem Mann trennt, sind unsere Gespräche oft in der Vergangenheit, bei der Scheidung unserer Eltern. Als ich jedoch einige Dinge schwarz auf weiß vor mir sah, hatte das doch noch eine andere Gewichtung. Z.T. bin ich richtig wütend gewesen, fassungslos und mir hat mein kleines Ich so Leid getan. (I27)*

*Teilweise passten die Fragen jetzt nicht so direkt für mich. Es geht gar nicht so um die Trennung, sondern um den "Affentanz" davor. Gefühle kamen wieder hoch, dieses beklommene Gefühl in der Herzgegend. Heulen musste ich auch. Mitleid mit meinen Eltern, Wut /Enttäuschung auf 2 meiner Brüder. (I29)*

*Es gibt nach Jahren der Trennung noch immer Aspekte, die einen unvermutet wieder belasten können. Das erlebe ich gerade wieder und es tut gut, es einfach noch mal aufzuschreiben. (I32)*

*Sehr anstrengend. (I35)*

Emotionaler Abstand:

*Eher ist es "nervig", in den alten Dingen zu wühlen, weil grad von der Mutter oft mehr oder minder erste Schuldzuweisungen erfolgten und ähnliche Fragen dies zu Tage brachten. Es rührt keine Emotionen auf, ich kann sachlich in die Vergangenheit blicken, aus der ich das für mich beste gemacht zu haben glaube. (I33)*

*Ich habe inzwischen einen gesunden Abstand zu der Sache. (I01)*

### **Aufkommende Gedanken**

➤ Einige abschließende Gedanken und Reflektionen sind im Folgenden zusammengefasst, die nochmals darauf verweisen, auf welche sehr unterschiedliche Weise die Fragebogenteilnahme die jeweils individuelle Selbstauseinandersetzung angeregt hat.

*Es wurde mir wieder bewusst, wie unreal man sich in solch einer Situation aufgrund der Emotionen verhält und dass es nicht um die Trennung an sich geht, sondern darum, wie die Eltern sich trennen. (k02)*

*Einiges, was ich schon längst vergessen glaubte, kam mir wieder hoch. (k08)*

*Ich merke, wie ich Vater=böse, Mutter=gut setze, wobei es sicher nicht immer so war. Bei der Trennung war ich wirklich traurig. Erst im Nachhi-*

*nein kann ich sagen, dass ich mich als Kind bei meinem Vater unwohl gefühlt habe. Ob das stimmt oder ob sich meine heutige Sicht so auswirkt, dass ich die Erinnerung verfälsche, kann ich nicht sagen. An vielen Stellen hat mein Vater nicht schlecht gehandelt, meine Mutter schon. Doch irgendwie lasse ich das nicht gelten, dass meine Mutter meine Schwangerschaft verheimlicht hat, er sich aber zu der Vaterschaft bekannt hat. Vielleicht, weil es vor der Zeit meiner eigenen Erinnerung liegt, oder weil es nicht in mein schwarz/weiß- Weltbild passt. (k15)*

*Es wurden viele Chancen verpasst. Unsere Kinder sollen es besser haben - auch wenn das abgedroschen klingt. (I00)*

*Dass ich es als Scheidungskind im Gegensatz zu vielen Kindern noch recht gut gehabt habe. (I09)*

*Ich wünsche keinem diese Erfahrung, es war die Hölle. ... Ich werd mein Leben in die Hand nehmen. (I11)*

*Die Fragen haben noch mal deutlich gemacht, wie sehr die Eltern das eigene Erwachsenenleben prägen und wie schwer es ist, diese erworbenen Muster positiv zu verändern. (I37)*

### **Bewertung des gesamten Prozesses: Fragebogen**

➤ Von zwölf Fragebogenteilnehmern kommen in der Summe positive Bewertungen des Gesamtprozesses. Als bereichernd wird die Möglichkeit einer Art Bestandaufnahme mit entsprechend dadurch ausgelösten Reflektionen angesehen, die im Falle der TeilnehmerIn (I36) außerordentlich intensiv über eine Zeitspanne von mehr als einem Jahr durchgeführt wurde. Die bei ihr damit einhergehenden Prozesse sind so detailgenau beobachtet, dass sie in voller Länge aufgenommen wurden.

*Ich habe seit langem nicht mehr daran zurück gedacht und mich mal wieder damit beschäftigt. Ich denke, das war gut. (k03)*

*Für mich war das Beantworten ein kleines Stück weiterer Trennungs- bzw. Lebensbewältigung. Es ging mir dabei ganz gut, was aber daran liegt, dass ich mich z. Zt. selber in der Trennung von meinem Ex-Mann befinde und die Situation gerade mit Hilfe einer Psychologin aufarbeite. Es hat aber Phasen in meinem Leben gegeben, in denen hätte mich ein solcher Fragebogen sehr aufgewühlt. Möglicherweise wäre ich nicht in der Lage gewesen, ihn zu Ende auszufüllen. (k09)*

*Es ist eine Reise in die Vergangenheit. (k15)*

*Bei mir wurde durch diesen Fragebogen erstmals in einer sehr kompakten Form mein Thema Kindheit, Elterntrennung und Partnerschaften aufgegriffen. Ich hatte mir noch nie die Fakten so offen nebeneinander gelegt. Ich verspüre das Bedürfnis, meine Antworten regelmäßig durchzulesen und neu zu überdenken. Es wäre schön, wenn ich meinen Satz als Pdf oder Word-Dokument hätte. Es ist für mich ein Impuls gewesen, noch einmal meine Vergangenheit zu überdenken und meine aktuellen Handlungsweisen zu überprüfen. In den früheren wöchentlichen einstündigen Therapie-sitzungen wird dies auf einen zu großen Zeitraum ausgedehnt. Das fehlt der Überblick, den man ja sowieso irgendwie vermeiden will. Für mich zu meiner aktuellen Entwicklungszeit gerade richtig. (I05)*



*Ich habe gemerkt, dass es mir nichts mehr ausmacht, darüber zu sprechen und mir kam es so vor, als wäre das mein früheres Leben gewesen und ich nur in einem Buch zurück geblättert hätte. (109)*

*Vielen Dank für diese Möglichkeit der Reflexion über eine schwierige Lebenssituation. (113)*

*Manche Fragen haben in mir alte Gefühle (vor allem Groll, aber auch Mitgefühl mit mir als Kind/Jugendliche) wieder aufgewühlt, die ich lange nicht mehr so empfunden habe. Das fand ich spannend und bereichernd. (114)*

*Es war eine gute Gelegenheit, noch mal nach vielen Jahren Distanz einiges zu überdenken und sich selbst auch noch mal über einiges klar zu werden. (120)*

*Ich beschäftige mich gern mit diesem Thema, spreche und schreibe gern darüber und empfinde es als gesund, dass es mir doch immer wieder nahe geht und die Tränen nicht weit weg sind. Ich beschäftige mich durch die Trennung und deren Gründe, denke ich, mehr mit dem Wesen meiner Eltern und deren Vorgeschichte und lerne mehr über mich als so manches Kind aus "heilen" Umständen. (128)*

*Dieser Fragebogen war eine große Hilfe, einfach noch mal zurückzublicken... und meine derzeitigen familiären Probleme somit noch mal neu zu beleuchten. (132)*

*Es war ein teilweise schwieriger Prozess, der letztlich mehr Zeit in Anspruch genommen hat, als ich anfangs dachte. Zunächst fing ich an, den Fragebogen an Wochenenden zu bearbeiten. Bald merkte ich aber, dass mich einige Themen doch sehr beansprucht und regelrecht "umgehauen" haben. Also beschloss ich, die Beantwortung der Fragen nicht mehr an Wochenenden, sondern nur noch in Ferienzeiten fortzusetzen. Da ich als Dozentin arbeite, habe ich immer mal wieder zwei Wochen frei, und so konnte ich das ganz gut umsetzen. Da ich aber auch in solchen Zeiten nicht ununterbrochen weiterarbeiten konnte, zog sich die Bearbeitung von Ferien zu Ferien. Im Frühjahr dachte ich, ich würde im Sommer fertig werden, im Sommer dachte ich, dass ich es bestimmt im Herbst schaffen würde, und so ging es weiter. Je mehr ich schrieb, um so mehr kam noch nach, und nun wundere ich mich schon fast, dass ich "schon" jetzt, im Januar 2008, bei dieser fast letzten Frage angekommen bin. Da ich diese Dissertation sehr wichtig finde, wollte ich den Fragebogen nach meinen besten Möglichkeiten ausfüllen und versetzte mich, dem Hinweis in der Einleitung folgend, in meine Kindheit zurück. Dies war natürlich für einen authentischen Bericht sehr wichtig, aber auf diese Weise geriet ich zum Teil in alte Identifikationen hinein und stand dann zeitweise nur noch neben mir. Es war mir dann nicht möglich, die aufsteigenden Bilder und Gefühle einfach nur wahrzunehmen, sie aufzuschreiben und wieder ziehen zu lassen ... . Vielleicht wäre das auch zu viel verlangt gewesen. Ich war plötzlich wieder mitten drin und bekam gelegentlich sogar Magenschmerzen (die ich ja auch aus meiner Kindheit kenne). Zeitweise verfiel ich in eine Art "Blutausch". Da war einerseits das deutliche Gefühl von "ich kann nicht mehr" und andererseits dieser eiserne Wille, so schnell wie möglich fertig zu werden, es so bald wie möglich hinter mich zu bringen. Dadurch geriet ich in regelrechte "Krämpfe", die ich nahezu gewaltsam auflösen musste, indem ich sofort, aber wirklich sofort das Dokument schloss, den*

*Rechner herunterfuhr und mich dann wochenlang nicht mehr um den Fragebogen kümmerte. Ich ging dann erst wieder daran, wenn ich genau spürte, dass ich wieder so weit war. (I36)*

*Für mich als sehr angenehm empfand ich das Beschreiben der Dinge, die meine Eltern in der Zeit nach der Trennung „besonders gut hinbekommen“ haben. Diese Details habe ich zwar nie vergessen, aber ich habe mich schon sehr lange nicht mehr in sie hineingefühlt, weil ich alles in allem sehr ungern an Details aus meiner Kindheit und Jugend denke. Durch dieses Einfühlen wurde mir noch einmal meine innige Verbundenheit zu meinem Vater spürbar. Außerdem traten die vielen Versuche meiner Mutter, die Distanz zwischen uns zu überbrücken, deutlich hervor und berührten mich sehr. Daraus zog ich auch prompt eine Konsequenz und schickte ihr zum Muttertag 2007 eine Karte, in der ich ihr für all die Dinge dankte, die ich niedergeschrieben hatte. Sie hat geweint vor Freude (zumal es oben drein die erste Karte war, die ich ihr seit meiner Kindheit zum Muttertag schickte). (I36)*

*Bei der Beschreibung meiner Beziehung zu meinen Eltern vor deren Trennung kam mir wieder ins Bewusstsein, dass bis dahin alles ganz anders gewesen war. Ich empfand es als sehr heilsam, mich daran zu erinnern, wie vertraut das Verhältnis zwischen meiner Mutter und mir gewesen war und wie sehr sie doch stets darum bemüht war, eine gute Mutter zu sein. Umgekehrt fiel mir auch wieder ein, wie „erschreckend“ das Verhalten meines Vaters schon in jener Zeit gewesen war und dass ich ursprünglich zu ihm keine besondere Bindung hatte. Das hatte ich im Laufe der Jahre ganz vergessen! (I36)*

*Ich habe mir alles noch einmal angesehen und mich hineingefühlt, und der gesamte Prozess hat mir noch einmal spürbar (!) vor Augen geführt, dass dieses Kapitel für mich noch nicht abgeschlossen ist und noch einiges für mich zu tun (bzw. zu lernen) übrig bleibt. Jetzt habe ich aber das Bedürfnis, die früheren Geschehnisse ruhen zu lassen und nicht weiter in ihnen herumzurühren. Ich möchte auf andere Weise weitermachen. (I36)*

## 9.3 Methodisches Feedback

### Technische Anregungen: Gesprächsführung

➤ Zwei Gespräche wurden auf Wunsch der Teilnehmer in der psychologischen Praxis eines Kollegen durchgeführt. Diese wurde von den Gesprächspartnern atmosphärisch hierfür als nicht so geeignet empfunden. Karin und Alena thematisieren, dass evtl. eine weniger offene, sondern eher mit spezifischen Fragen strukturierte Gesprächsführung passender gewesen wäre. Karin hätte es geholfen, wenn ihr zu Beginn des Gespräches mitgeteilt worden wäre, an welchen Inhalten ein besonderes Interesse besteht.

*Das ist zum Beispiel interessant, weil man nicht genau weiß, was ist eigentlich jetzt das Ziel genau Ihrer Arbeit. Also der Rahmen oder das Thema ist schon klar, aber Sie haben da bestimmt auch einen Fokus, dass Sie selber interessiert sind, ja, wie Sie sagen, was ist eigentlich das, was*

*Ihnen geholfen hat damals. Oder wie haben Sie sich gefühlt, dass Sie das vielleicht noch mehr erklären. ... das könnten Sie zu Anfang vielleicht sagen. Dass Sie sagen, mein besonderes Augenmerk ... oder vielleicht empfinde ich das auch im Moment nur so. Oder Sie sagen einfach, ja, mich interessiert eben jetzt (das und das), ne. Sie haben ja am Anfang gesagt, mich interessiert die ganze Geschichte halt, oder die und die Jahre... Aber dass Sie vielleicht noch besondere Sachen sagen, die Sie jetzt besonders interessieren. (Karin)*

*Ich weiß nicht, ob es noch hilfreicher wäre für einige Leute, wenn man vorher erstmal noch mehr Fragen beantwortet und dann irgendwie auch in ein Gespräch kommt, aber ich glaube, so wie es gelaufen ist, finde ich ganz gut. (Alena)*

### **Technische Anregungen: Fragebogen**

➤ Fast die Hälfte aller Fragebogenteilnehmer haben die Frage nach einem „technischen Feedback“ beantwortet. Diese werden wie folgt zusammen gefasst:

#### **Lob:**

- „Sehr gute Bedienbarkeit des Fragebogens, bis jetzt unkompliziert und reibungslos. Fragebogen fortzusetzen ist sehr gutes Feature.“ (I06)
- „Schriftlich ist es besser zu erzählen, als wenn einer vor einem sitzt. ... Ich denke, sie haben jedes Thema angerissen und auch gute Fragen gestellt, die man leicht beantworten kann.“ (I09)
- „Ich fand den Fragebogen gut. Die Online-Version ist praktisch und die Möglichkeit zu unterbrechen hilfreich.“ (I16)
- „Es hat mich abgeschreckt, eine exe-Datei runterladen zu müssen. Ich bin Programmiererin und ein Weblink auf eine exe-Datei lässt einem schon mal das Blut in den Adern gefrieren. Schön, dass sie so verständnisvoll und flexibel reagiert haben, mir dieses Word-Dokument zukommen zu lassen.“ (I24)
- „Ich habe mich aber gewundert, wie leicht mir das Ausfüllen "von der Hand" ging. ...“ (I26)
- „Ich habe die Fragen als treffend empfunden und immer etwas zu schreiben gewusst. Das zeigt wohl, dass die Fragen gut gewählt sind. Ich habe keine Anregungen.“ (I28)
- „Alles was einem Scheidungskind hilft, dazu gehören solche Fragebögen, ist gut und wichtig. Es muss nicht jedem Kind so ergehen wie mir.“ (I35)
- „Mir erscheint der Fragebogen als sehr gut gelungen. Die Kategorien decken alle wesentlichen Bereiche ab und stehen in einer (auch für den Schreibprozess) sinnvollen Reihenfolge. Die Fragen innerhalb der Kategorien ermöglichen die differenzierte Betrachtung der Themen, bei der jeweils einzelne Aspekte gesondert in den Vordergrund treten können. Ich habe das Gefühl, mit Hilfe dieses Fragenkataloges alles,

was wichtig war, in ausreichendem Maße angesprochen zu haben.“ (I36)

#### **Kritik:**

- Einige Fragen seien zu kompliziert oder zu speziell formuliert gewesen;
- Einige Fragen hätten negative Vorannahmen über die Auswirkungen elterlicher Trennung beinhaltet;
- Einige Fragen sind so offen formuliert, dass es in den Antworten zu inhaltlichen Überschneidungen kommen kann;
- Zu lang, zu viele Fragen (mehrfach);
- Die Tatsache, von der Web-Seite eine ausführbare Datei herunterladen und auf dem eigenen PC installieren zu sollen, hat bei EDV-kundigen Teilnehmern zu Kritik geführt (Abhilfe: s. o. unter „Lob“).

#### **Anregungen:**

- Speziellen Erfassungsbogen für damalige Befindlichkeit hinzufügen, evtl. mit Vorgaben zum Auswählen;
- Fragen im „Multiple choice“-Verfahren mit vorgegebenen Antwortkategorien hätten die Bearbeitung beschleunigt (mehrfach);
- Gezielter nach positiven Erfahrungen fragen;
- Gezielter negative Emotionen einbeziehen;
- Klar Stellung beziehen zu gesellschaftlichen Missständen;
- Buttons für „Fortsetzen“ und „später absenden“ mit mehr Abstand anordnen;
- „Die Fragen ‚triggern‘ (Gefühle), davor sollten Sie vielleicht am Anfang des Fragebogens warnen.“ (I10)
- Es gelingt schlecht, alle Gedanken aufzuschreiben, denn fängt man erst mal an, fällt einem gleich noch das nächste ein. Hm, das wäre in einem Interview vielleicht einfacher zu lösen. (I15)
- Das Leben der Familie noch vor der elterlichen Trennung mehr beleuchten, um die Hintergründe für spätere Entwicklungen besser nachvollziehen zu können;
- Diverse Anregungen zur besseren grafischen Gestaltung der Oberfläche, um die Navigation im Fragebogen zu erleichtern (z. B. Einbau einer Zoom-Funktion, um die Schrift zu vergrößern).

## **9.4 Fazit: Rückmeldung der Teilnehmer**

Zusammenfassend hat sich gezeigt, dass sowohl im persönlichen Gespräch wie auch in der Fragebogenbearbeitung im jeweiligen Mitwirkenden emotional bedeutsame Erfahrungsinhalte angesprochen werden und somit in die Datenbasis der Studie einfließen konnten. Beide Me-

thoden waren geeignet, sich der inneren Welt des erwachsenen Trennungskindes anzunähern und darüber Auskunft zu erhalten. Umgekehrt ist aber auch richtig: Beide Erhebungsansätze waren für die Probanden mit einem hohen zeitlichen und emotionalen Aufwand verbunden, der nur von solchen Personen für gerechtfertigt gehalten werden konnte, die bezüglich des Themas „Frühere Trennung der Eltern“ ein Anliegen, also etwas zu sagen, zumindest aber in sich zu bewegen hatten. Damit werden „Spaßantworten“ von „Umfragecrashern“, die zu einer Verzerrung der Datenbasis gerade bei anonymisierter Beteiligung führen können, praktisch ausgeschlossen. Allerdings erfolgt hierdurch auch eine durch die Methode erzeugte Selektion von Teilnehmern, die in 10.1 noch zu diskutieren ist.

Die persönlichen Gespräche wurden weit überwiegend als positive Erfahrung für die Teilnehmer bewertet, in zwei Fällen liegt eine explizite Rückmeldung nicht vor. Diese Rückmeldung wird als Bestätigung dafür aufgefasst, dass sich diese Methode nicht nur hinsichtlich ihrer Ergiebigkeit, sondern auch aus wissenschaftsethischer Perspektive bewährt hat. Sie gibt die Möglichkeit, dass Untersucher und Proband „auf Augenhöhe“ sich als Gesprächspartner dem gemeinsam interessierenden Gegenstand widmen, und zwar in einer vom Teilnehmer zu bestimmenden Intensität hinsichtlich „Tiefe“ und „Breite“ der Datensammlung. Hierdurch wird der Teilnehmer nicht zum bloßen „Untersuchungsobjekt“, sondern gestaltet aktiv den Erkenntnisprozess in einer ihm entsprechenden Weise. Dieses ist offenbar vorliegend gelungen. So schätzte ein Teilnehmer das offene, freie Gespräch, während eine andere Mitwirkende die Tatsache der Strukturierung durch Fragen hilfreich für ihre eigene Selbstexploration gefunden hat. Da der Untersucher jedoch seine Gesprächsführung nicht veränderte, deutet sich hierdurch an, dass die Methode des persönlichen Gesprächs als solche in der Lage ist, durch nicht-wertendes, einfühlendes Verstehen Anschlussfähigkeit an die jeweils individuelle kognitive und emotionale Struktur des Einzelnen herzustellen. Dies erscheint eine wichtige Voraussetzung für das Kennenlernen seiner inneren Welt.

Während es noch einigermaßen leicht erscheint, einen solchen tragfähigen Gesprächskontakt in der persönlichen Begegnung herzustellen, überraschte es doch, wie intensiv ebenfalls die Teilnehmer an der Fragebogenerhebung in Kontakt mit ihrem inneren Erleben gekommen sind. Hierfür war m. E. die sowohl inhaltliche wie auch technische Konstruktion des Fragebogens ausschlaggebend.

Inhaltlich wurde Wert auf eine persönlich gehaltene Heranführung an das Thema gelegt. Auf der ersten Seite wurde mit einem Bild des Autors dessen Motivation für die Studie und der berufliche Hintergrund erklärt. Im weiteren Verlauf wurde versucht, alle Hinweise und Fragen respektvoll so zu formulieren, dass sich jeder Teilnehmer frei fühlen konnte, diese zu beantworten oder zu überspringen. Zusätzlich wurde betont, dass es sich um assoziativ formulierte Beiträge entsprechend dem Führen eines Tagebuchs handeln kann. Zu Beginn wurde sollte durch eine kurze erlebnisaktivierende Passage der Kontakt zu dem Lebensgefühl als Kind er-

leichtert werden.

In technischer Hinsicht waren einige Faktoren für den Erfolg des Ansatzes entscheidend: Zum einen sicherlich die Möglichkeit, den Fragebogen in Ruhe auf dem eigenen PC zuhause und nicht während einer einzelnen Internetsitzung (ggf. unter Zeitdruck) bearbeiten zu können. Die programmierte Option, die Beantwortung jederzeit unterbrechen und zu einem späteren Zeitpunkt durch Klicken auf ein Icon auf dem Desktop fortführen zu können, wurde von mehreren Mitwirkenden als hilfreich bewertet. Hierdurch wurde die Bereitschaft, sich intensiver – und dann über mehrere Sitzungen tatsächlich im Sinne eines Tagebuchs – auf die Befragung einzulassen und hierfür Zeitpunkte zu wählen, in denen man sich dazu innerlich bereit fühlt, sicherlich gefördert. Schließlich konnte der Fragebogen mit sämtlichen Antworten per Mausklick abgesendet werden, so dass keine weiteren, ggf. fehleranfälligen Aktivitäten von dem Teilnehmer verlangt wurden (etwa das Anhängen einer Datei an eine E-Mail).

In der Bilanz wurden eine sehr intime, persönliche Gesprächssituation, überwiegend durchgeführt in den privaten Räumen der Teilnehmer, mit einer anonymen Internetbefragung verbunden. Die Quantität und Qualität der erhobenen Daten hat in beiden Fällen überzeugt. Es kann angenommen werden, dass sich jeweils sehr unterschiedliche Persönlichkeitsstrukturen von der einen oder anderen Methode zur Mitwirkung inspiriert gefühlt haben. Aus verschiedenen Andeutungen ergeben sich Hinweise, dass es wohl für viele Partner im persönlichen Gespräch kaum vorstellbar gewesen wäre, dieselben Inhalte im Rahmen der Fragebogenbearbeitung am Bildschirm einzubringen. Umgekehrt würden es sicherlich nicht wenige Teilnehmer der Internetbefragung radikal ablehnen, sich mit einem fremden Menschen für zwei Stunden zu treffen und dieses Gespräch aufzeichnen zu lassen, um sich dann noch später mit der „Abnahme“ der Verdichtungsprotokolle und daraus extrahierter Aussagen zu befassen.

## 10. Diskussion der Ergebnisse

### 10.1 Aussagewert und Verallgemeinerbarkeit

#### Reliabilität

Die Zuverlässigkeit der Messungen ist in dem Bereich der Erhebung soziografischer Basisdaten gegeben. Sie haben aber als solche ohne Bezug zu den qualitativen Kerndaten keinen Aussagewert. Die Datenerhebung über die Methode des persönlichen Gespräches ist im jeweiligen Einzelfall ein singuläres Ereignis, welches im Versuch der Wiederholung sicherlich einen anderen Verlauf nehmen würde. Weil das Messverfahren des persönlichen Gespräches per definitionem keine standardisierte Erhebungssituation gestaltet, ist insofern die Reliabilität nicht gegeben.

Dies trifft aber nicht in gleicher Strenge auf die erhobenen Kernaussagen eines Teilnehmers zu. Der Zugang im persönlichen Gespräch erreichte eine erhebliche „Tiefe“ der subjektiven Wirklichkeit des Einzelnen und bildete nicht lediglich die Oberfläche einer in der Gegenwart fluktuierenden Befindlichkeit ab. Insofern wurden gleichsam „Bilanzen“ oder „Kondensate“ jahrelanger Erfahrungen erhoben, die zwar auch der Dynamik menschlicher Lernprozesse unterliegen, gleichwohl als wesentlich zeitstabiler als reine Befindlichkeitsaufnahmen zu bewerten sind. Als ganz wesentlicher Hinweis in diese Richtung einer befriedigenden Reliabilität ist zu werten, dass im Rahmen der internen Validierung die Teilnehmer auch noch *nach einem Jahr* nach Gesprächsdurchführung das ihnen vorgelegte Verdichtungsprotokoll außer marginalen Korrekturen als ihre eigenen Aussagen bestätigten. Bis auf zwei Teilnehmer (die nicht mehr erreichbar waren) wurden die daraus abgeleiteten verallgemeinernden Aussagen *nach ca. zwei Jahren* als nach wie vor zutreffend in Hinblick auf die eigene innere Wirklichkeit eingeschätzt. Insofern kann bei der Methode des persönlichen Gespräches von einer angemessenen Messgenauigkeit auch über längere Zeitabstände hinweg ausgegangen werden, jedoch nur in Hinblick auf die ermittelten Kernaussagen des jeweiligen Teilnehmers.

Ähnliche Überlegungen gelten für die Fragebogenerhebung. Hier war zunächst für alle Teilnehmer der gegebene Input (nämlich der vorgelegte Fragebogen, getrennt allerdings in zwei Versionen) gleich. Insofern wurden anders als im persönlichen Gespräch auch jeweils die identischen Items vorgelegt. Darüber hinaus hat sich aber jeder Teilnehmer seinen jeweils individuellen Rahmen für die Bearbeitung geschaffen. Einige haben offenbar weniger als 20 Minuten, andere 5 Stunden in einer Sitzung daran gearbeitet, die Teilnehmerin (I36) hat im Extrem die Bearbeitung über mehr als ein Jahr in vielen Sitzungen absolviert.

In beiden methodischen Ansätzen fließen also in einem Ausmaß individuelle Faktoren ein (die im Sinne der Erhebung von subjektiver Wirklichkeit dringend erwünscht und notwendig waren), so dass eine Messwiederholung, sei es mit derselben oder einer anderen Stichprobe von erwachsenen Trennungskindern, sicherlich zu anderen Daten *des einzelnen Teilnehmers* führen würde, diese jedoch in der *Gesamtschau*, wie sie im „Panorama der Lebenswirklichkeiten“ versucht wurde, wahrscheinlich ein zumindest vergleichbares Bild ergeben würden.

### **Validität**

Wie „gültig“ sind die erhobenen Daten hinsichtlich der Beschreibung der inneren Wirklichkeit der Teilnehmer? Zunächst ist festzustellen, dass die verwendeten Messverfahren, persönliches Gespräch und freie, tagebuchähnliche Fragebogenerhebung, per se auf die Authentizität der Teilnehmer abzielen. Die dabei auftretenden Gefühle von Traurigkeit, Wut u. ä., aber auch tastende Formulierungen oder Aussagen der Selbstklärung („Das habe ich so noch gar nicht gesehen“) verweisen darauf,

dass die Teilnehmer in einen angemessenen Kontakt mit ihrer inneren Welt und dem ehrlichen Bemühen, diese zu verbalisieren, gekommen sind.

Die schon oben erwähnte „Abnahme“ von Verdichtungsprotokoll und daraus abgeleiteten Aussagen entsprechend des gewählten methodischen Zugangs nach Langer (2000) durch den Teilnehmer selbst (ohne dass maßgebliche Korrekturen oder Vorbehalte erklärt wurden), verweist ebenfalls auf die vorliegende Validität der Daten. Hier kann auf das von Mayring (2008) erwähnte Konzept der „kommunikativen Validierung“ zurückgegriffen werden: „Der Grundgedanke dabei ist, eine Einigung bzw. Übereinstimmung über die Ergebnisse der Analyse zwischen Forschern und Beforschten diskursiv herzustellen“ (S. 112).

Diese blieben weitgehend in der Form bestehen, in welcher sie erhoben wurden. Es unterblieb insofern die „Übersetzung“ in wissenschaftliche Fachsprache oder das Begriffssystem eines wissenschaftlichen Konstrukts. „Wenn Aussagen auf ein von der Alltagssprachlichen Ausdrucksweise entferntes wissenschaftliches Konstrukt, eine in speziellen Termini formulierte Theorie bezogen werden sollen, klafft eine schwer zu überbrückende Zuordnungslücke“ (Langer, 2000, S. 94). Auch die Ergebnisübersicht in Kap. 8 im Rahmen des Panoramas orientiert sich nach wie vor an der phänomenologischen Sprache der Teilnehmer, verbleibt also in der Nähe des Erhobenen, nämlich der subjektiven Wirklichkeit von erwachsenen Trennungskindern. Dies gilt auch für die Auswertung der Internetbefragung. Insofern liegen Aussagen von hoher Validität vor.

Wenn Validität für das *gegenwärtige* Erleben der Teilnehmer gegeben ist – trifft dies auch für deren Aussagen über *frühere* Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen zu? Aus methodischer Sicht ist bedeutsam, dass es vielen Teilnehmern gelungen ist, unmittelbar an das frühere Erleben anzuknüpfen bis hin zu aus der damaligen Zeit vertrauten Körperempfindungen, so dass hier von authentischen Erinnerungen auch in Bezug auf Gefühle ausgegangen werden kann. „Ob das stimmt oder ob sich meine heutige Sicht so auswirkt, dass ich die Erinnerung verfälsche, kann ich nicht sagen“ (k15). Insofern ist durch die gesamte aussagepsychologische Forschung belegt (z. B. Greuel et al., 1997), dass im Erinnerungsprozess die Verzerrung im Sinne einer kognitiven und emotionalen Nachbearbeitung den Regelfall darstellt. Der erwachsene Teilnehmer an der Studie nimmt eine Ex-post-facto-Konstruktion von Zusammenhängen vor, letztlich wird stets die eigene (gegenwärtige) Identität aus der jeweiligen Konstruktion der Biografie abgeleitet. Dieses gilt ganz besonders für nachträglich zugewiesene Kausalattributionen, etwa das „Erkennen“ (also Konstruieren) eines ursächlichen Zusammenhangs der früheren elterlichen Trennung mit einem gegenwärtigen psychischen Erleben (z. B. Verlustangst bzw. mangelndes Bindungsvertrauen in einer gegenwärtigen Partnerschaft).

Natürlich kann nicht geklärt werden, ob die vom Trennungskind berichtete Entwicklung/Erfahrung nicht auch ohne die elterliche Trennung einge-



treten wäre. Da jedoch Erleben und Verhalten eines Menschen von seiner subjektiven Wirklichkeit bestimmt sind, denn dies ist seine Welt und er verfügt über keine andere, ist es viel bedeutsamer, ob er selbst einen entsprechenden Zusammenhang annimmt. Man könnte auch sagen: Unabhängig von der Überprüfung, ob sich eine größere Stichprobe von erwachsenen Trennungskindern in einem bestimmten Aspekt ihrer Erfahrungen von Kindern aus nicht getrennten Familien unterscheiden, erscheint es dennoch bedeutsam, dass Trennungskinder sich insofern von der übrigen Population unterscheiden, als dass sie nicht selten eigene Erlebens- und Verhaltensmuster an die Auswirkungen der elterlichen Trennung attribuieren. Hier tragen also für Trennungskinder spezifische Kausalattributionen und Selbstetikettierungen zur Konstruktion einer durch die frühere Elterntrennung „gefärbten“ subjektiven Wirklichkeit bei.

Ein ähnliches Problem stellt sich allerdings auch für die quantitativen Forschungsdesigns. Es ist seit langem belegt, dass frühere Trennungskinder als Erwachsene in eigenen Partnerschaften spezifische Probleme aufweisen. Auch hier kann lediglich ein *korrelativer Zusammenhang* von zwei nacheinander wirkenden Faktoren (elterliche Trennung, Partnerschaftsproblem) festgestellt, deren *ursächliche Verknüpfung* aber ausschließlich vermutet werden.

Die hier aufgezeigte Einschränkung der Validität muss also in Kauf genommen werden, gerade weil mit vorliegender Studie versucht wurde, die Einschränkungen, die in der direkten Diagnostik eines aktuell von Elterntrennung betroffenen Kindes gegeben sind, (s. Kap. 1 und 2) zu umgehen und durch das „Heben“ von Expertenwissen der späteren Erwachsenen zu kompensieren, dann allerdings zum Preise der stattgefundenen Kompression und Nachbearbeitung.

### **Repräsentativität**

Da die Auswahl der Teilnehmer an der Studie nicht per Zufallsstichprobe aus der Population aller erwachsener Trennungskinder erfolgte, können die Ergebnisse keinen Anspruch auf Repräsentativität erheben.

An dieser Stelle soll eine Reflektion erfolgen, wie es zur Teilnahme gekommen sein könnte. Die Information sowohl über die Möglichkeit des persönlichen Gesprächs wie auch über die Internetbefragung erfolgte überwiegend in Tageszeitungen, teils auch über Internetforen bzw. über den „Verein Aufbruch für Kinder“ (letzteres zur Aktivierung weiterer männlicher Mitwirkender). Die Entscheidung zur aktiven Teilnahme traf sodann der Einzelne völlig frei und ohne jede weitere Einflussnahme. Was führt einen Menschen dazu, sich auf die Mühe eines längeren persönlichen Gesprächs oder das Ausfüllen eines Fragebogens einzulassen? Eine verstärkte persönliche Betroffenheit, d. h. eine Selektion in Richtung unverarbeiteter Anteile oder einer besonderen biografischen Belastung durch die Trennung der Eltern kann wohl angenommen werden. Auf der anderen Seite kann die Motivation (wie einige Rückmeldungen nahe legen) auch darin bestehen, mit den eigenen Erfahrungen anderen Kin-

dern helfen zu wollen, indem diese für die wissenschaftliche Auswertung verfügbar gemacht werden.

Zusammenfassend muss bei dem hier durchgeführten Untersuchungsdesign jedenfalls im Vergleich zu der Gesamtpopulation aller Trennungskinder von einem erhöhten subjektiven Interesse ausgegangen werden, sich diesbezüglich mitzuteilen und zu engagieren. Als wesentlicher Hintergrund wird ein erhöhtes Belastungsempfinden durch die frühere Elterntrennung bzw. die darauf folgenden Ereignisse angenommen. Bezugnehmend auf die in 3.2 erwähnte Studie von Eldar-Avidan (2009) ist davon auszugehen, dass eher Erwachsene mit dem Bewältigungsprofil „Überleben“ und „Verletzlichkeit“ denn aus der Gruppe der „Resilienz“ mitgewirkt haben.

Hierdurch ist eine Repräsentativität aus statistischer Perspektive ausgeschlossen. Dies stellt aber nicht unbedingt einen Nachteil für das hier formulierte Erkenntnisinteresse in Bezug auf aktuell durch Elterntrennung belastete Kinder dar. Dieses besteht ja u. a. gerade darin, diejenigen Faktoren (z. B. elterliche Verhaltensweisen) zu extrahieren, die es einem Kind erschweren, die elterliche Trennung konstruktiv zu bewältigen. Dennoch beschränkt sich die Erhebung keineswegs auf die „Pathologie der Gescheiterten“. Denn die hier teilnehmenden 66 Personen sahen sich vor Entwicklungsaufgaben und Bewältigungsanforderungen gestellt, auf die mit jeweils individuellen Copingstrategien geantwortet wurde. Jeder einzelne Teilnehmer hat einen Weg beschritten, der in der Gesamtschau aller Wege eben das obige „Panorama der Lebenswirklichkeiten“ ergibt, aus welchem sich nicht nur biografische Hindernisse, sondern auch ein Reichtum von Unterstützungsmöglichkeiten ableiten lassen, welche in die Planung und Durchführung von Hilfemaßnahmen für Kinder und Erwachsene einfließen können.

Die Repräsentativität der vorliegenden Ergebnisse ist allerdings auch durch die Tatsache beeinträchtigt, dass die Anzahl der teilnehmenden männlichen erwachsenen Trennungskinder (11 von 66) lediglich knapp 17% bzw. genau ein Sechstel betrug. Trotz diverser Anstrengungen, über entsprechende Internetforen bzw. Vereinigungen/Selbsthilfegruppen den Anteil der Männer zu erhöhen, gelang es nicht, hier eine angemessene Repräsentanz in der Stichprobe herzustellen. Wie schon oben diskutiert, wird der mit der Beteiligung an der Studie verbundene nicht unerhebliche Aufwand in zeitlicher und selbstexplorativer Hinsicht noch viel eher bei den Männern als bei den weiblichen Interessenten die Schwelle zur Teilnahmeentscheidung erhöht haben. Folge ist, dass in die Ergebnisse stärker die Verhaltens- und Erlebnisweisen von Mädchen bzw. Frauen denn die von Jungen und Männern eingeflossen sind.

## 10.2 Diskussion vor dem Hintergrund des Forschungsstands

In Kap. 2 wurden die Hauptlinien der bisherigen Trennungsforschung dargestellt. Diese konzentrierte sich in der Hauptsache auf zwei Aspekte: Das Ermitteln von Trennungsfolgen für die Kinder einerseits und von den dabei eine Rolle spielenden Einflussvariablen andererseits. Zunächst soll untersucht werden, inwieweit die hier vorgelegten Ergebnisse „anschlussfähig“ an den Mainstream bisheriger wissenschaftlicher Untersuchungen sind.

**Tab. 8:** Kurz- und mittelfristige kindliche Reaktionen nach Elterntrennung in Abhängigkeit von der jeweiligen Altersphase; fett gesetzt: in der vorliegenden Untersuchung bestätigt oder zusätzlich ermittelt

Altersphase bei elterlicher Trennung	Kurz- und mittelfristige Reaktionen	Bemerkungen/ Ergänzungen	
0 bis 2 Jahre	Ein- und Durchschlafstörungen; Pavor nocturnus, Essstörungen; Reizbarkeit; Weinerlichkeit; Irritierbarkeit; Ängste; vermehrte Zuwendungsforderungen; anklammerndes Verhalten; eingeschränktes Spiel- und Explorationsverhalten; Sprachentwicklungsverzögerung; Regression; erhöhte Krankheitsanfälligkeit	Für diese Altersgruppe konnten keine Daten wg. mangelnder Erinnerung erhoben werden.	
2 bis 6 Jahre	<b>angstvolle oder schuldhafte Fantasien; eingeschränkter Selbstwert; Hilflosigkeitserleben; besonderes Wohlverhalten; starke Trennungsängste; anklammerndes Verhalten oder Distanzlosigkeit; allgemeine Ängstlichkeit; verstörtes, trauriges, aggressives, trotziges oder depressives Verhalten; sozialer Rückzug; im Kindergarten: ängstlich, weinerlich, zurückgezogen, aggressiv; konzentrationseingeschränkt; Regression in Sauberkeitsentwicklung; Schlafstörungen; exzessiver Gebrauch von Kuscheltieren o. ä.; polarisierte Bewertung der Elternteile;</b>	Aufgrund der Befragungsmethode war eine eindeutige Zuordnung des Symptoms nach Altersgruppe nicht immer möglich.  Zusätzlich erwähnt: <b>Essstörungen; dissoziatives Erleben; erhöhte Krankheitsanfälligkeit; Entwicklung von Tics und Zwängen (Jactationen, Nägel kauen, Grübeln), teils regressiv (Daumen nuckeln, Kuscheltuch).</b>	
7 bis 8 Jahre	<b>Schuld- und Schamgefühle; Zukunftsängste; Hilflosigkeits- und Verlassensgefühle; Versuch, es allen recht zu machen; Loyalitätskonflikte; Parentifizierung; Schule: Leistungseinbrüche, Störungen im Sozialverhalten (Aggression, Rückzug); Nervosität, Gereiztheit; Launenhaftigkeit;</b>		<b>Überwältigende Trauer, Angst, Panik;</b>
9 bis 12 Jahre	<b>Konzentrationsstörungen; Tagträumen; Trauer, Depressivität; Wut; Aggressivität; Rückzug; Schlafstörungen; Magen-</b>		<b>Leugnen belastender Gefühle; erhöhtes Risiko für psychosomatische Reaktionen; einseitig Partei ergreifen; heftiger, gerichteter Zorn meist gegen einen Elternteil; Stehlen und Lügen; altersinadäquate Verantwortungsübernahme;</b>
13 bis 18 Jahre	<b>verringerte Widerstandsfähigkeit gegenüber Alkohol- und Drogenkonsum sowie sehr frühen sexuellen Erfahrungen; Aggressivität; Delinquenz; Parentifizierung; Gefühle von zu früher Verselbständigung und Einsamkeit; Regressivität; sozialer Rückzug; Selbstwertprobleme; akute Depression; Schule: Schwänzen; Leistungseinbrüche, Störungen im Sozialverhalten (Aggression, Rückzug); Distanzierung von einem oder beiden Elternteilen; überstürzte oder verzögerte Ablösung;</b>		

In Bezug auf die Vielzahl der von Kindern entwickelten Trennungsreaktionen wurde in 2.3.6 eine Übersichtstabelle erstellt, in welcher die Ergebnisse von etwa drei Jahrzehnten diesbezüglicher Forschung zusammengestellt sind. Sie soll hier nochmals wiedergegeben werden, nun jedoch mit der Markierung (fett gedruckt), welche der Ergebnisse auch in dieser Studie gefunden werden konnten (Tab. 8).

Es wird deutlich, dass es der hier gewählte methodische Zugang mit insgesamt lediglich 66 Teilnehmern ermöglicht hat, fast die gesamte Bandbreite bisheriger Forschungsergebnisse in Hinblick auf die kindlichen Trennungsreaktionen abzubilden und diese teilweise noch um einige Aspekte zu ergänzen. Zwar fehlt, wie oben diskutiert, die statistisch abgesicherte Signifikanz wie auch Repräsentativität. Gleichwohl kann dieses Ergebnis als ein Indiz verstanden werden, dass die methodische Verbindung von „individueller Tiefe“ (persönliches Gespräch bzw. tagebuchartiger Fragebogen) mit relativer Breite (über 66 Personen hinweg) zu einer erstaunlichen Datenqualität führen.

In einem weiteren Analyseschritt soll die Tragfähigkeit der hier gefundenen Ergebnisse in Bezug auf die Moderatorvariablen mit der bisherigen Trennungsforschung abgeglichen werden. Hierzu wird erneut auf die in 2.4 erstellte tabellarische Übersicht Bezug genommen. Auch in diesem Fall ist ein ähnliches Ergebnis zu erkennen (Tab. 9): Die Teilnehmer der Studie haben von sich aus auf die aus ihrer Sicht wesentlichen Variablen hingewiesen, die das Belastungserleben erhöhen bzw. Bewältigungsressourcen aktivieren, die bislang auch in der wissenschaftlichen Forschung aufgefunden wurden.

In der Summe ist damit die Validität der hier vorgelegten Untersuchungsergebnisse und in der Folge ihre Evidenz für die Anwendung in der Praxis belegt. Darüber hinaus hat sich die Effizienz der hier gewählten qualitativen Methode des persönlichen Gesprächs nach Langer (2000) und ihre Transformation auf den Bereich der anonymisierten Fragebogenerhebung via Internet bestätigt: Mit einem sowohl finanziell wie auch personell und zeitlich begrenzten Aufwand können bedeutsame Erkenntnisse in hoher Qualität über einen bestimmten Bereich des menschlichen Erlebens und Verhaltens gewonnen werden.

Vielleicht kann die kritische Analyse dieser Arbeit sogar noch einen weiteren Schritt wagen: Die hier vorgelegten Ergebnisse sind in einem Ausmaß „nah dran am Menschen“, dass z. B. die etwas dünnen Bezeichnungen in obiger Tabelle „Erhalt oder Wechsel des sozialen Umfeldes für das Kind“ bzw. „Ausmaß der Fremdbetreuung im Vergleich vor der Trennung“ durch die qualitativen Ergebnisse im Kap. 8.3.1 „Plötzlich wird vieles anders“ mit Leben und Inhalt gefüllt werden. So auch für die Moderatorvariable „Ausmaß der Elternkonflikte“ bzw. Einbeziehung des Kindes in diese: Hier wird umfassend im Abschnitt 8.3.3 durch die Berichte der Teilnehmer über Struktur und Inhalt der Elternkonflikte, unterschiedliche Funktionalisierungen des Kindes darin und dessen Bewältigungsanstrengungen Auskunft gegeben. Genauso verhält es sich mit anderen Themen (z.

B. Kontaktgestaltung zum anderen Elternteil; belastendes oder unterstützendes Elternverhalten), die im Detail mögliche innere Welten eines Trennungskindes beleuchten. In der Summe konnte auf diese Weise ein Reichtum an Informationen gesammelt werden, der sachliche und erfahrungsbasierte Evidenz miteinander verbindet und zahlreiche Optionen für die praktische Anwendung eröffnet.

**Tab. 9:** Übersicht Moderatorvariablen; fett gesetzt: in der vorliegenden Untersuchung bestätigt oder zusätzlich ermittelt

Ebene	Moderatorvariable
Kindliche Charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alter bei Trennung</li> <li>• Geschlecht (uneinheitliche Befunde)</li> <li>• <b>Persönlichkeitsmerkmale (Ängstlichkeit, Selbstwert, soziale oder kognitive Kompetenzen)</b></li> <li>• Konflikt- und Belastungserleben sowie Verhaltensauffälligkeiten des Kindes vor der Trennung</li> <li>• <b>Psychische oder physische Beeinträchtigungen</b></li> </ul>
Familiäre Beziehungsfaktoren	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Art und Ausmaß der kindlichen Information über die bevorstehende Elterntrennung</b></li> <li>• <b>Beziehungsqualität zum hauptbetreuenden Elternteil sowie dessen pädagogische Kompetenz (Feinfühligkeit)</b></li> <li>• <b>Beziehungsqualität zum nicht-hauptbetreuenden Elternteil sowie dessen pädagogische Kompetenz (Feinfühligkeit) (Kontakthäufigkeit eher sekundär)</b></li> <li>• <b>Rollenkonfusion? Parentifizierung?</b></li> <li>• <b>Psychische Befindlichkeit/Stabilität der Elternteile in eigener Krisenbewältigung</b></li> <li>• <b>Ausmaß der Veränderung elterlichen Verhaltens gegenüber dem Kind</b></li> <li>• <b>Art der Betreuungsregelung nach Trennung</b></li> <li>• <b>Konfliktstärke in der Elternbeziehung/Trennung von Paar- und Eltern-ebene (hoher Risikofaktor)</b></li> <li>• <b>Hochkonfliktfamilie? (Häusliche Gewalt ist starker Risikofaktor)</b></li> <li>• <b>Ausmaß der Einbeziehung/Instrumentalisierung des Kindes im Elternkonflikt</b></li> <li>• <b>Bindungstoleranz (Bejahung der kindlichen Kontakte zum anderen Elternteil)</b></li> <li>• Koordinierte oder divergierende Erziehungsregeln bei den Eltern</li> <li>• <b>„Verlust“ eines Elternteils für das Kind</b></li> <li>• <b>Tragfähigkeit einer Geschwisterbeziehung</b></li> <li>• <b>„Gelingen“ einer Stiefelternfamilie</b></li> <li>• <b>Offenheit gegenüber Hilfs- und Beratungsangeboten</b></li> </ul>
Äußere Bedingungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Erhalt oder Wechsel des sozialen Umfelds für das Kind</b></li> <li>• <b>Ausmaß von Fremdbetreuung im Vergleich vor der Trennung</b></li> <li>• <b>Verfügbare ökonomische Ressourcen</b></li> <li>• <b>Verfügbarkeit emotionaler Unterstützung im erweiterten Umfeld</b></li> <li>• <b>Verfügbarkeit von Hilfs- und Beratungsangeboten</b></li> <li>• <b>Kultureller Hintergrund und „Zeitgeistfaktoren“</b></li> </ul>

## 10.3 Diskussion vor dem Hintergrund des eigenen Erkenntnisinteresses/Anwendbarkeit

In Kap. 1.2 wurde mein eigenes Erkenntnisinteresse in Bezug auf diese Untersuchung in Fragen gefasst, die nun darauf hin zu prüfen sind, ob die gewonnenen Ergebnisse eine Beantwortung zulassen.

- Wie schauen junge Erwachsene auf die Trennung ihrer Eltern und auf deren Konflikte zurück?

Das Geschehen im zeitlichen Umfeld der elterlichen Trennung sowie die sich dadurch verändernde Wirklichkeit des Kindes wird in 8.2 thematisiert.

- Welche Bedingungen der Nachtrennungszeit oder welche Verhaltensweisen der Eltern (oder anderer Beteiligter) haben in besonderer Weise das Kind belastet oder ihm geholfen?

Alle diesbezüglichen Facetten des kindlichen Erlebens (Belastungsreaktionen, das Erleben der Elternkonflikte, Funktionalisierung im Elternkonflikt, der Umgang mit neuen Partnern der Eltern, Fragen der Umgangsregelung, allgemeines Lebensgefühl des Kindes und spezielle Entwicklungen in der Pubertät) sind in 8.3 zusammen geführt.

- Welchen Weg der Bewältigung hat das Kind damals in den Folgejahren entwickelt?

Coping-Strategien von Trennungskindern in Hinblick auf die allgemeine Trennungsbewältigung, im Besonderen aber im Umgang mit elterlichen Konflikten, sowie vom Kind als solche empfundene „Kraftquellen“ werden in den Berichten der Teilnehmer in den Abschnitten 8.3.3.2, 8.3.6.3 und 8.3.6.4 behandelt.

- Was hätte sich das Kind damals von den Eltern gewünscht? Was hätten diese anders und für das Kind erleichternder machen können?

Zunächst werden tiefe Wünsche und Sehnsüchte des Trennungskindes in 8.3.6.2 behandelt, die Bewertung des gesamten Elternverhaltens sowohl in belastender wie auch förderlicher Weise ist sodann Gegenstand in 8.4 – im letzten dortigen Unterkapitel (8.4.4) kommt es sodann zu ersten Auskünften der Teilnehmer, welche Maßnahmen damals den Kindern bzw. Eltern hätten helfen können.

- Welche Auswirkungen der elterlichen Trennung werden von den Betroffenen im weiteren Lebenslauf und in Bezug auf den Fortgang der Beziehung zu den Eltern gesehen?

Schließlich wird in 8.5 über die weitere Entwicklung der Beziehung zu den Eltern berichtet, in 8.6 sodann über die „biografischen Spuren“ der Eltern-trennung (sowohl fördernd wie auch beeinträchtigend) auf das Erwachsenenleben. In diesem Zusammenhang wird speziell auf das Erleben der erwachsenen Trennungskinder in Freund- und Partnerschaften eingegangen.

- Welche Folgerungen sind vor diesem Hintergrund in der konkreten diagnostischen und therapeutischen Arbeit mit Trennungskindern möglich?

Die Teilnehmer selbst äußern sich zu diesem Thema ausführlich im Kap. 8.7 – hier kommt ihr „Expertenwissen“ in komprimierter Form zum Ausdruck. Im online verfügbaren Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik erstellt Jäckel (2008) in ihrem Beitrag „Wenn Eltern sich trennen - das wünschen sich Kinder. 20 Bitten an geschiedene Eltern“

eine Liste von Wünschen, die Kinder an ihre Eltern richten würden, sofern sie in der Trennungssituation darüber sprechen könnten („Wenn die Familie zerbricht, reagieren Kinder meist mit traurigem Schweigen“). Die Teilnehmer der hier vorgelegten Untersuchung konnten sich nun umfassend mitteilen – die Ergebnisse decken ein enorm breites Spektrum an Erfahrungsmöglichkeiten ab, wie sie gleichermaßen im Einzelfall tief in das subjektive Denken und Fühlen eintauchen, so dass die oben erwähnten kindlichen Bitten an die Eltern aus dem hier gesammelten Datenmaterial so oder so ähnlich jederzeit ableitbar wären. Auch hierin wird ein weiterer Hinweis auf die Validität der Ergebnisse gesehen.

Wie können diese Erkenntnisse im Bereich der Angewandten Psychologie nutzbringend umgesetzt werden? Oder genauer formuliert: Auf welche Weise kann diese Studie helfen, Kinder und Eltern im Prozess der elterlichen Trennung und in der darauf folgenden Lebensphase in ihren Bewältigungsressourcen zu unterstützen?

- Jeder, der professionell mit Trennungskindern zu tun hat, seien es Erzieher in der Kinderbetreuung, Lehrer in der Schule, Sozialpädagogen des Jugendamts oder – wie der Autor – Sachverständige im familienrechtlichen Verfahren, kann Gewinn daraus ziehen, das hier vorgestellte breite Spektrum kindlicher Lebenswirklichkeiten im Zusammenhang mit der Elterntrennung im Blick zu haben. Es sensibilisiert die eigene Wahrnehmung im Kontakt mit dem Kind vor dem Hintergrund des Wissens, auf welcher unterschiedlichen Weise sich dessen innere Welt gestalten kann. Vielleicht entsteht auch mehr Offenheit dafür, wie sich ein Kind auf stille, kaum bemerkbare Weise in einer Situation der Hilflosigkeit, Verzweiflung oder Einsamkeit gefangen fühlen kann.
- In den Ergebnissen sind zahlreiche Anregungen enthalten, auf welche Weise einem Kind die Bewältigung der Elterntrennung erleichtert werden kann. Hier ist zunächst im Verhalten der Eltern anzusetzen, dieses kann für ein Kind zu schweren (zusätzlichen) Belastungen oder aber zu Erleichterungen in der Bewältigung führen. Es ist möglich, auf der Basis der hier vorgelegten Erfahrungsberichte Beratungsmaßnahmen für Eltern derart zu gestalten, so dass sie für das Erleben ihres Kindes und die Auswirkungen eigener Verhaltensbeiträge feinfühlicher werden. Von besonderem Interesse dürften aus der Sicht von Eltern Informationen darüber sein, auf welche Weise ihr Kind in der Pubertät oder als Erwachsener möglicherweise auf das Trennungsgeschehen bzw. das Elternverhalten zurückschauen wird und wie hierdurch die spätere Beziehung zur Mutter bzw. zum Vater beeinflusst werden kann.
- In Hinblick auf die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen sind dringend mehr Beratungsressourcen für Eltern und Kinder im Trennungsprozess bereit zu stellen. Konkret bedeutet dies entweder eine wesentlich bessere personelle Ausstattung der Jugendämter, die bislang noch regelmäßig Beteiligte im familiengerichtlichen Verfahren sind, oder aber die Bereitstellung von angemessenen finanziellen Mitteln, so dass die freien Träger, die seit einigen Jahren immer häufiger Auf-

gaben des Jugendamts nach dem KJHG (Kinder- und Jugendhilfegesetz) wahrnehmen, zeitnah und zeitlich angemessen tätig sein können. Die hier eingeführten Fallpauschalen können dies kaum gewährleisten. Insbesondere berufstätige Elternteile werden von bisherigen Angeboten aufgrund zeitlicher Engpässe (zumal in Zeiten eines belastenden Trennungsgeschehens) und dort wiederum eher die Väter nicht erreicht. Es bedarf auch der Angebote außerhalb der üblichen behördlichen Arbeitszeiten bzw. im aufsuchenden Setting (Hausbesuche).

- Es fällt schwer zu akzeptieren, dass es Eltern möglich ist, ein ggf. sich über Jahre hinziehendes familiengerichtliches Verfahren z. B. über die zukünftige Betreuungssituation ihres Kindes oder die Umgangsregelung zu führen (welches zu einer deutlichen Belastungssteigerung für alle Beteiligte führen kann), ohne zuvor eine diesbezügliche Eltern- oder Erziehungsberatung in Anspruch genommen zu haben. Diese sollte obligatorisch durchgeführt und bescheinigt werden, bevor der Rechtsweg beschritten werden kann.
- Therapeutische Maßnahmen für Trennungskinder, sei es im Einzelsetting eines Kinder- und Jugendlichentherapeuten oder z. B. im Rahmen eines Gruppenangebots für Trennungskinder, können möglicherweise vor dem Hintergrund der hier gesammelten Berichte noch feiner auf das Erleben und die Bedürfnisse von Trennungskindern abgestimmt werden, wie natürlich auch die begleitende Elternarbeit (s. o.) davon profitieren kann.
- Das erwachsene Trennungskind ist durch diese Untersuchung stärker in den Fokus gerückt. Es führt überraschend häufig eigene Verhaltensmuster, psychische Probleme oder eine wiederkehrende Dynamik in Freund- und Partnerschaften auf die damalige Trennung seiner Eltern zurück. Über die einzeltherapeutische Behandlung hinaus wären hier Selbsthilfegruppen für erwachsene Trennungskinder denkbar, in denen eine „Erforschung“ und Bearbeitung entsprechender Muster (im Verhalten und Erleben, aber auch in der Selbstetikettierung als „Trennungskind“ und entsprechender Attribuierungsprozesse) erfolgen könnte.

## 10.4 Fazit und Ausblick

Die Ergebnisse dieser qualitativen Untersuchung eröffnen einen Zugang zu dem Erleben von Trennungskindern in der Rückschauerspektive von Erwachsenen, sie können als authentisch und aussagekräftig bewertet werden. Darüber hinaus schließen sie nahtlos an einige Jahrzehnte überwiegend quantitativer Trennungsforschung an und können somit auch vor diesem Hintergrund als inhaltlich bedeutsam gelten. Die „Mainstream-Ergebnisse“ werden aber durch die hier vorgelegten Erlebnisberichte um eine Dimension der „Tiefe“ bzw. der subjektiven Wirklichkeit ergänzt. Gerade in der Einzelfallarbeit bedarf es dieser Perspektive.



Im Kontakt mit einem einzelnen Trennungskind bzw. einer bestimmten Familie in Trennung nützt mir häufig das Wissen um statistisch signifikant abgesicherte Verhaltensweisen der Gesamtpopulation aller Trennungskinder weniger als die offene Achtsamkeit für das Panorama möglicher Erlebnis- und Verhaltensweisen von Menschen in dieser spezifischen Lebenssituation, sei es auch, dass diese bislang bei nur sehr wenigen Personen aufgetreten sind (die sich dann in den Ergebnissen quantitativer Untersuchungen evtl. nicht widerspiegelt hätten).

Durch die Möglichkeit, dass quantitativ gewonnene Forschungsergebnisse sich durch qualitative Ansätze wie vorliegend komplementär ergänzen, werden sie gleichsam „lebendig“, sie bekommen ein jeweils individuelles „Gesicht“ – und durch ihre Einbettung in das konkrete Erleben von Menschen wird nun auch nachvollziehbar, in welche „Lebensgestalt“ die allgemeinen Ergebnisaussagen sich im Einzelfall kleiden können. In der Anwendbarkeit führt dies beim professionell Beteiligten zur Schulung seiner Wahrnehmung, in dem Fluss eines jeweils subjektiven Erlebens komprimierte und erlebnisfern formulierte Forschungsergebnisse als auch für diesen Einzelfall relevant zu „entdecken“.

Was sollte konkret bei der Durchführung eines ähnlichen Forschungsprojekts verändert, welche Fehler könnten vermieden werden? Ich sehe folgende Aspekte:

Die Beteiligung von Männern ist als unbefriedigend zu bezeichnen, sie betrug bei den Gesprächen 21%, in der Internetbefragung 15%. Leider ist diese geschlechtsspezifische Konstellation bei offener Teilnehmerwerbung in psychologischen Untersuchungen nichts Seltenes. Frauen sind eher als Männer bereit, sich mit ihrem eigenen Erleben auseinander zu setzen und hierfür auch zeitlichen wie emotionalen Aufwand in Kauf zu nehmen. Da es sich im Verlauf der Erhebungen abzeichnete, dass das Geschlechterverhältnis in der Fragebogenerhebung noch ungünstiger als oben dargestellt ausfallen könnte, wurden gezielt Internetforen bzw. der Verein „Väteraufbruch für Kinder“ (VafK) angesprochen, in welchen weit überwiegend Männer organisiert sind. Dies hat sich zumindest beim VafK nicht bewährt, da zwei hierdurch gewonnene Teilnehmer durch einen behinderten Umgang zu ihrem Kind offenbar emotional verbittert waren und dazu neigten, pauschal Frauen abwertende und auf eine politische oder gesellschaftsverändernde Wirkung abzielende Aussagen zu machen. Das Veröffentlichen der Informationen zur Mitwirkung an der Studie in Zeitungen oder anderen Medien ohne selektive Zielgruppe hat sich bewährt, Selektionseffekte sind dann ohnehin durch die individuell unterschiedliche Ansprechbarkeit der Rezipienten gegeben. Demgegenüber sollte die Kontaktaufnahme zu Gruppen, die sich aus einem speziellen, dem Untersuchungsgegenstand nahe stehendem Interesse gebildet haben, eher zurückhaltend gehandhabt werden (obgleich die diesbezügliche „Verlockung“ für den Forschenden nicht gering ist, kann er doch die Hoffnung damit verbinden, von vornherein auf ein größeres Interesse an seinem Vorhaben zu treffen).

Die Rückmeldung diverser Fragebogenteilnehmer aufnehmend muss ich feststellen, dass die sog. „Langversion“ zwar hochwertige Aussagen in großer Fülle geliefert hat, die Bearbeitung sich aber wohl für einige Mitwirkende als sehr anstrengend herausstellte, eben weil sie sich ganz auf die erfahrungsaktivierende Wirkung der Items und damit auf das gesamte Feld des damit zusammen hängenden Erlebens eingelassen haben und dabei auch die vorgesehene Funktion der Unterbrechung und späteren Wiederaufnahme der Bearbeitung nicht nutzten. Für zukünftige Untersuchungen könnte an eine Reduzierung der Itemanzahl gedacht werden. Da es sich jedoch um offene Fragen mit der Bitte um erlebnisorientierte Beantwortung handelt, kann grundsätzlich eine sich auch über mehrere Stunden hinziehende Bearbeitung nicht verhindert werden, wenn einzelne Teilnehmer in Kontakt zu tieferen Schichten ihres Erlebens oder zu früheren Erinnerungen kommen. Tritt dies ein, kann jedoch auch von einem entsprechenden Mitteilungs- und Selbstexplorationsbedürfnis ausgegangen werden. Die weit überwiegend positiven Rückmeldungen in der Gesamtbilanz verweisen auf eine insgesamt konstruktive Wirkung für den einzelnen Probanden.

Als kritisch ist anzusehen, dass zwischen der Durchführung des persönlichen Gespräches und der Zusendung des Verdichtungsprotokolls zur Abnahme ein bis eineinhalb Jahre Zeitabstand lagen. Da ich es versäumte, dieser Kontaktaufnahme die aus dem Protokoll abgeleiteten Aussagen beizulegen, verstrichen im Extremfall zwei Jahre, bevor alle verschriftlichten Ergebnisse von den Teilnehmern gelesen und autorisiert waren. Dieser Zeitablauf war in erster Linie der Tatsache geschuldet, dass ich in den ersten Monaten im Rahmen der persönlichen Gespräche große Datenmengen produzierte, die ich wegen der eingeschränkten Zeit neben meiner Berufsausübung nur schrittweise bewältigen konnte. Hier wäre ein Timing zu empfehlen, dass zunächst nur wenige Gespräche durchgeführt und diese erst komplett mit dem gesamten Rückmeldeverfahren ausgewertet werden, bevor die nächste Erhebungsphase mit neuen Gesprächspartnern beginnt. Dem steht allerdings entgegen, dass die in der Öffentlichkeit platzierten Informationen über die Teilnahme-möglichkeit an der Untersuchung zur Kontaktaufnahme vieler Interessenten führte, die letztlich nicht über sechs oder neun Monate „auf Eis gelegt“ werden können, bevor die Untersuchung beginnt. Aber wiederum andererseits: Eine zu lange Zeitphase zwischen Datenerhebung und Autorisierung birgt in sich die Gefahr, dass gerade Teilnehmer im jüngeren Erwachsenenalter, wie vorliegend der Fall, aufgrund von hoher Mobilität in der Lebensführung nicht mehr sicher erreichbar sind. So wird eine nebenberuflich erstellte Dissertation in der einen oder anderen Hinsicht wohl methodische Kompromisslösungen in Kauf nehmen müssen.

Für den weiteren Forschungsausblick kann festgestellt werden, dass die Folgen elterlicher Trennung für Kinder in den letzten Jahrzehnten umfassend erforscht wurden. Im Gegensatz zu diesem Aufwand, der teils auch im Zusammenhang mit gesetzgeberischen Initiativen umfassend gefördert wurde, kommen die konkreten Unterstützungs- und Beratungsange-

bote für Kinder und Eltern immer noch zu kurz. Hier bedarf es nicht nur der Beforschung der Effizienz von Interventionen, wie sie z. B. in 10.3 vorgeschlagen wurden, sondern des vermehrten Engagements von Forschenden für die Umsetzung der Ergebnisse in der Praxis. Es ist nun gut bekannt, was (mit Kindern und Eltern in Trennung) geschieht und was getan werden sollte – es ist Zeit für die Umsetzung!

## 11. Persönliche Rückschau

Es ist fast vier Jahre her, seitdem ich mein Exposé über diese Studie geschrieben und sodann mit der Umsetzung begonnen habe. Ich habe dafür insgesamt ca. 1250 Stunden benötigt, die ich neben meiner üblichen Arbeit in den Abendstunden oder am Wochenende aufbringen musste. Da dies in längeren Phasen intensiver beruflicher Beanspruchung nicht möglich war, kam es dann doch zu der Situation, dass mich mein Laptop in die Ferien begleitete. Im letzten Jahr bemerkte ich, dass ich für die letzten Schritte eine kontinuierlichere Arbeitsweise benötige. Ich versuchte mir jeweils den halben oder ganzen Tag einer Arbeitswoche ohne Termine frei zu halten, um in dieser Sache voran zu kommen.

Ich bin dankbar für das Privileg, dass ich diese Jahre so gestalten konnte. Nach dem Erhalt des Diploms vor fast 25 Jahren bin ich mit großer Intensität in die Praxis meines Berufs gegangen und habe mich darin verfangen, so dass es erst viele Jahre später wieder möglich war, dass sich mein über lange Zeit „unerledigtes Geschäft“, nämlich der Wunsch nach einer Promotion, wieder melden konnte und ich wurde ein diesbezüglich „Spätgebärender“. Zwar nützt mir der Titel als inzwischen 51-jähriger wohl „karrieremäßig“ kaum noch etwas, aber es war ein Herzensprojekt, welches ich für mich selbst und die Bereicherung meiner alltäglichen Arbeit mit Trennungskindern und -familien für wichtig und fruchtbar angesehen habe.

Ich bin allen Teilnehmern gegenüber dankbar, die bereit waren, mit mir ihre Erfahrungen zu teilen. Ohne sie wäre dieses Projekt nicht möglich gewesen. Sie haben es zugelassen, dass ich an ihren Erfahrungen teilhaben durfte, sie sind die Experten der Trennungsforschung, auf die wir als sog. Fachleute sorgfältig hören müssen. Wenn ich nun mit einem Trennungskind spreche, glaube ich mehr als zuvor zu verstehen, worum es geht, es ist mir möglich, in tieferer Weise in Kontakt zu kommen mit seinem Erleben. In den Gesprächen mit den Eltern fühle ich noch mehr Klarheit in dem Bemühen, diesen die Gedanken und Gefühle ihres Kindes und die hinderlichen oder förderlichen Auswirkungen ihres Verhaltens in nahe zu bringen.

Aber diese Zeit hatte auch ihren Preis, der in erster Linie von meiner Frau und meiner Tochter zu entrichten war. Ich danke beiden für ihre Unterstützung und Verständnis – sie haben mir nie das Gefühl gegeben, dass es sich nicht lohnen könnte, das Projekt zu einem guten Ende zu bringen.

Herzlichen Dank auch an meinen Doktorvater Inghard Langer für seine Begleitung – die regelmäßigen Doktorandenseminare waren eine wichtige Motivationshilfe und Ermutigung. Auch möchte ich herzlich den Sekretärinnen Doris Aschenbrenner und Jutta Heinrich danken, die stets zuverlässig große Mengen an Tonaufnahmen und Textdiktaten in immer wieder erstaunlich kurzer Zeit in Schrift umgewandelt haben. Schließlich soll auch Clas Rurik dankend erwähnt werden, der nach meinen Vorgaben die Internetbefragung programmiert hat.

## 12. Tabellen- und Abbildungsverzeichnis

- S. 34 **Tab. 1:** Kurz- und mittelfristige kindliche Reaktionen nach Elterntrennung in Abhängigkeit von der jeweiligen Altersphase
- S. 44 **Tab. 2:** Übersicht Moderatorvariablen
- S. 63 **Tab. 3:** Soziografie Gesprächsteilnehmer
- S. 64 **Tab. 4:** Soziografie Fragebogenteilnehmer
- S. 66 **Abb. 1:** Überblick Studiendesign und Auswertungsschritte
- S. 234 **Tab. 5:** Übersicht - Lebensgefühl vor der Elterntrennung
- S. 236 **Tab. 6:** Übersicht - Beziehungsqualitäten vor der Elterntrennung
- S. 240 **Tab. 7:** Übersicht - Erleben der elterlichen Paarbeziehung
- S. 538 **Tab. 8:** Kurz- und mittelfristige kindliche Reaktionen nach Elterntrennung in Abhängigkeit von der jeweiligen Altersphase; fett gesetzt: in der vorliegenden Untersuchung bestätigt oder zusätzlich ermittelt
- S. 539 **Tab. 9:** Übersicht Moderatorvariablen; fett gesetzt: in der vorliegenden Untersuchung bestätigt oder zusätzlich ermittelt

### 13. Literaturverzeichnis

- Andreski, Stanislav (1977): Die Hexenmeister der Sozialwissenschaften. Missbrauch, Mode und Manipulation einer Wissenschaft. Deutscher Taschenbuch Verlag, München
- Balloff, Rainer: Kinder vor dem Familiengericht; München, 2004
- Bauers, Bärbel (1997): Psychische Folgen von Trennung und Scheidung für die Kinder. In: Menne, Klaus et al. (2003), 39-62
- Block, Tobias, Brettfeld, Katrin & Wetzels, Peter (2009): Jugendliche Mehrfach- und Intensivtäter in Hamburg. Zeitschrift für Jugendkriminalrecht und Jugendhilfe, 20(6), 129-139
- Cohn, Ruth C. (1975): Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion, Klett-Cotta, Stuttgart
- Damian, Hanspeter (2003): Das Wohl des Kindes bei Trennung und Scheidung. Kindschaftsrechtliche Praxis (Kind-Prax), 6, Spezial, 17-21
- Darlington, Yvonne (2001): "When all is said and done": The impact of parental divorce and contested custody in childhood on young adults' relationships with their parents and their attitudes to relationships and marriage. Journal of Divorce and Remarriage, 35, 23-42
- Derevensky, J. L. & Deschamps, L. (1997): Young adults from divorced and intact families: Perspectives about preferred custodial arrangements. Journal of Divorce and Remarriage, 27, S. 105-122
- Dettenborn, Harry & Walter, Eginhardt: Familienrechtspsychologie; München, 2002
- Deutscher Familiengerichtstag (Hrsg.) (2006): Sechzehnter Deutscher Familiengerichtstag. Brühler Schriften zum Familienrecht. Gieseking-Verlag, Bielefeld
- Dolto, Françoise (2002): Scheidung – wie ein Kind sie erlebt. Klett-Cotta, Stuttgart, 2. Aufl.
- Eldar-Avidan, D., Haj-Yahia, M. M. / Grennbaum, C. W. (2009): Divorce is part of my life – Resilience, Survival, and Vulnerability. Young adults' perception of the implications of parental divorce. Journal of Marital and Family Therapy, 35(1), 30-46
- Fabricius, W.V. & Hall, J. (2000): Young adults perspectives on divorce – Livings arrangements. Family and Conciliation Courts Review. 38 (4); 446-461
- Fegert, J. M. & Zitelmann, M. (2002): Theoretische Konzepte und Kriterien zur Bestimmung von Kindeswohl und Kindeswillen. In: Salgo et al. (2002), S. 96-104
- Fichtner, Jörg (2008): Kinder und hochkonfliktvolle Elterntrennung – For-

schungsstand. Vortrag im Rahmen der Fachtagung „Arbeit mit Hochkonfliktfamilien als Prävention von Kindeswohlgefährdung. Familiennotruf München und Deutsches Jugendinstitut München

- Figdor, Helmuth (1992): Kinder aus geschiedenen Ehen – zwischen Trauma und Hoffnung. 3. Aufl., Matthias-Grünewald-Verlag, Mainz
- Figdor, Helmuth (1997): „Und hab nicht mehr gewusst, wer ich eigentlich bin. Die psychischen Folgen des Trennungstraumas am Beispiel des Scheidungskindes. Familie-Partnerschaft-Recht, 3, 60-67
- Fthenakis, Wassilios (1993): Kindliche Reaktionen auf Trennung und Scheidung. In: Markefka & Nauck (1993), 601-615
- Fthenakid, Wassilios (1996): Langfristige Auswirkungen von Trennung und Scheidung auf die Entwicklung des Kindes. In: LBS-Initiative Junge Familie (Hrsg.) (1996), 57-60
- Furstenberg, F.F. & Cherlin, A.J. (1993): Geteilte Familien; Stuttgart, Klett-Cotta
- Gaier, Otto (1987): Der Riss geht durch die Kinder. Trennung und Scheidung und wie man Kindern helfen kann. Kösel, München
- Greuel, L.; Fabian, T. & Stadler, M. (1997, Hg.): Psychologie der Zeugenaussage. Ergebnisse rechtspsychologischer Forschung; Psychologie Verlags Union, Weinheim
- Grossmann, Karin & Grossmann, Klaus (2004): Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit. Klett-Cotta, Stuttgart
- Hoffmann, Charles D. & Ledford, Debra, K. (1995): Adult children of divorce: Relationships with their mothers and fathers prior to, following parental separation, and currently. *Journal of Divorce and Remarriage*, 24, 41-57
- Jäckel, Karin (2008): Wenn Eltern sich trennen - das wünschen sich Kinder. 20 Bitten an geschiedene Eltern; in: Staatsinstitut für Frühpädagogik (IFP), OnlineFamilienhandbuch [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)
- James, A.; Jenks, C.; Prout, A. (1998): *Theorizing childhood*. Cambridge, Polity Press
- Kaltenborn, Karl-Franz (2001): Children's and young people's experiences in various residential arrangements: A longitudinal study to evaluate criteria for custody and residence decision making. *British Journal of Social Work*, 31, 81-117
- Kaltenborn, Karl-Franz (2002): „Ich versuchte, so ungezogen wir möglich zu sein – Fallgeschichten mit autobiografischen Niederschriften: die Beziehung zum umgangsberechtigten Elternteil während der Kindheit in der Rückerinnerung von jungen Erwachsenen“; *Praxis der Kinderpsychologie- und Kinderpsychiatrie*. 2002; 51(4): 254-280
- Kaltenborn, Karl-Franz (1998): Kindheitsbilder und Expertenwissen; Die Interessenvertretung von Kindern in den Reformdiskussionen um das

elterliche Sorgerecht; Diskurs. 1998; 1: 54-65

Kaltenborn, Karl-Franz (2004): Ko-Produktion von Wissen zur Sorgerechtsregelung durch Betroffene: eine partizipative Studie; Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie. 2004; 53(3): 167-181

Kirchhoff, Bernd (1996): Worauf kommt es an? In: LBS-Initiative Junge Familie (Hrsg.) (1996), 46-52

Koechel, Roland (1995): Kindeswohl im gerichtlichen Verfahren. Luchterhand, Neuwied, Kriftel, Berlin

Kostka, Kerima (2004): Im Interesse des Kindes? Verlag Jugend und Familie, Frankfurt

Kostka, Kerima (2005): Elterliche Sorge und Umgang bei Trennung und Scheidung – unter besonderer Berücksichtigung der Perspektive des Kindes. Familie-Partnerschaft-Recht, 11, 89-94

Langer, Inghard (2000): Das persönliche Gespräch als Weg in der psychologischen Forschung; GwG-Verlag, Köln

LBS-Initiative Junge Familie (Hrsg.) (1996): Trennung, Scheidung und Wiederheirat – Wer hilft dem Kind? Beltz, Weinheim, Basel

Martin, Nicole (2007): Die Entwicklung von Scheidungskindern – eine qualitative Studie. VDM-Verlag, Saarbrücken (Veröffentlichung Diplom-Arbeit Psychologie Universität Hamburg)

Markefka, Manfred & Nauck, Bernhard (1993): Handbuch der Kindheitsforschung. Luchterhand; Neuwied, Kriftel, Berlin

Marquardt, Elizabeth (2007): Kind sein zwischen zwei Welten. Was im Inneren von Kindern geschiedener Eltern vorgeht. Junfermann, Paderborn

Mayring, Philipp (2008): Qualitative Inhaltsanalyse – Grundlagen und Technik. Beltz, Weinheim, Basel

Menne, Klaus; Schilling, Herbert & Weber, Matthias (Hrsg.) (1997): Kinder im Scheidungskonflikt – Beratung von Kindern und Eltern bei Trennung und Scheidung. Juventa, Weinheim, München

Napp-Peters, Anneke (1988): Scheidungsfamilien. Interaktionsmuster und kindliche Entwicklung – Aus Tagebüchern und Interviews mit Vätern und Müttern nach Scheidung. Eigenverlag des Deutschen Vereins für öffentliche und private Fürsorge, Frankfurt

Oberndorfer, Rotraut (1996): Trennung und Scheidung und wie Kinder darauf reagieren. In: LBS-Initiative Junge Familie (Hrsg.) (1996), 35-45

Pagels, Herbert (2002): Verlassene Väter – die innerseelische Situation und das Bewältigungsverhalten von Männern nach einer ungewollten Trennung von Frau und Kindern; eine empirische Untersuchung auf der Basis von Gesprächen und einer Fragebogen-Erhebung. Dissertation Univ. Hamburg, FB Psychologie, 2002



- Proksch, Roland (2003): Ergebnisse der Begleitforschung zur Kindschaftsrechtsreform. *Kindschaftsrechtliche Praxis (Kind-Prax)*, 6, 3-11
- Salgo, L.; Zenz, G.; Fegert, J.; Bauer, A.; Weber, C.; Zitelmann, M. (Hg.) (2002): *Verfahrenspflegschaft für Kinder und Jugendliche. Ein Handbuch für die Praxis*. Köln, Bundesanzeigerverlag
- Salzgeber, Joseph: *Familienpsychologische Gutachten – Rechtliche Vorgaben und sachverständiges Vorgehen*; München, 2005
- Schmid, Wilhelm (1998): *Philosophie der Lebenskunst – eine Grundlegung*; Suhrkamp, Frankfurt/M.
- Schmidt-Denter, Ulrich (1997): Kindliche Reaktionen auf Trennung und Scheidung. *Familie-Partnerschaft-Recht*, 3, 57-59
- Schmidt-Denter, U. & Beelmann, W. (1997): Kindliche Symptombelastung in der Zeit nach einer ehelichen Trennung - eine differentielle und längsschnittliche Betrachtung. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 29, 26-42.
- Smart, C., Neale, B. & Wade, A. (2001): *The changing experience of childhood. Families and divorce*; Cambridge: Polity Press
- Spangler, Gottfried (2003): Beiträge der Bindungsforschung zur Situation von Kindern aus Trennungs- und Scheidungsfamilien. *Praxis der Rechtspsychologie*, 13, Sonderheft 1, 76-90
- Statistisches Bundesamt Deutschland, Hrsg. (2007): *Statistisches Jahrbuch 2007*; [www.destatis.de](http://www.destatis.de)
- Strobach, Susanne (2008): Die seelische Entwicklung des Kindes nach einer Elterntrennung oder Scheidung. *Familie, Partnerschaft, Recht* 14(4), S. 148-151
- Tausch, Reinhard & Tausch, Anne-Marie (1979): *Erziehungspsychologie – Begegnung von Person zu Person*. 9. Aufl., Hogrefe, Göttingen
- Tausch, Reinhard & Tausch, Anne-Marie (1981): *Gesprächspsychotherapie. Einfühlsame hilfreiche Gruppen- und Einzelgespräche in Psychotherapie und alltäglichem Leben*. 8. Aufl., Hogrefe, Göttingen
- Tausch, Reinhard (1983): Mehr Platz für Seele in der Wissenschaft. Eine sanfte Revolution ist notwendig. *Zeitschrift Uni HH*, Juni 1983
- Textor, Martin (1991): *Scheidungszyklus und Scheidungsberatung*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen
- Textor, Martin (2006): Die Scheidungsphase: Eltern-Kind-Beziehungen und die Reaktionen der Kinder. In: *Das Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik*. [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)
- Unger, Carsten & Hofmann-Unger, Katrin (1999): *Yoga und Psychologie – Chancen und Risiken auf dem Übungsweg. Ein Leitfaden für Übende und Lehrende*; Verlag Ganzheitlich Leben, Ahrensburg
- von Foerster, Heinz & Pörksen, Bernhard (2006): *Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners – Gespräche für Skeptiker*. Auer-System-Verlag

- von Glaserfeld, Ernst (1998): Radikaler Konstruktivismus – Ideen, Ergebnisse, Probleme. Suhrkamp, Frankfurt/M.
- Wallerstein, Judith & Blakeslee, Sandra (1992): Gewinner und Verlierer. Frauen, Männer, Kinder nach der Scheidung – eine Langzeitstudie. Knauer, München
- Wallerstein, J.S. & Lewis, J. (1998): The long-term impact of divorce on children: A first report from a 25-year study. *Family and Conciliation Courts Review*, 36, S. 368-383
- Wallerstein, Judith & Lewis, Julia (2001): Langzeitwirkungen der elterlichen Ehescheidung auf Kinder – Eine Längsschnittstudie über 25 Jahre. *FamRZ*, 48, Heft 2, 65-72
- Wallerstein, Judith; Lewis, Julia & Blakeslee, Sandra (2002): Scheidungsfolgen – die Kinder tragen die Last. Eine Langzeitstudie über 25 Jahre. Votum-Verlag, Münster
- Walper, Sabine (2005): Familien nach Trennung und Scheidung als Gegenstand familienpsychologischer Forschung. *Familie-Partnerschaft-Recht*, 11, 86-89
- Walper, Sabine (2005): Umgangsrecht im Spiegel psychologischer Forschung. In: *Deutscher Familiengerichtstag (Hrsg.) (2006)*, 100-130
- Walper, Sabine & Gerhard, Anna-Katharina (2003): Entwicklungsrisiken und Entwicklungschancen von Scheidungskindern. *Praxis der Rechtspsychologie*, 13, Sonderheft 1, 91-113
- Walper, Sabine & Langmeyer, Alexandra (2008): Auswirkungen einer elterlichen Scheidung auf die Entwicklung der Kinder – Zum Stand der Familienforschung. *Zeitschrift für Kindschaftsrecht und Jugendhilfe*, 2008, Heft 3, S. 94-97
- Watzlawik, Paul; Hrsg. (1990): Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben? Beiträge zum Konstruktivismus. Piper, München
- Weber, Matthias (2002): Eltern bleiben Eltern – oder: Warum eine gute Idee manchmal scheitern muss. *Kindschaftsrechtliche Praxis (Kind-Prax)*, 5, 120-124
- Willutzki, Siegfried (2002): Entwicklung der Rechtsprechung zum Umgang nach der Kindschaftsrechtsreform. *Kindschaftsrechtliche Praxis (Kind-Prax)*, 5, 111-113
- Zweig, Ferdinand (1965): *The Quest for Fellowship*; London

## 14. Anhang

Der Anhang enthält folgende Teile:

### **Anhang A: Daten-CD (Verdichtungsprotokolle und abgeleitete Aussagen von weiteren 11 Gesprächen)**

Die Daten-CD befindet sich in der Halterung des hinteren Einbands innen

### **Anhang B: Website zum Herunterladen des Fragebogens**

Alle Teilnehmer der Internetbefragung wurden auf eine Webseite geleitet, von der das Programm zur Ausführung des Fragebogens heruntergeladen werden konnte.

### **Anhang C: Beispielansicht einer Fragebogenseite**

### **Anhang D: Artikel „Stormarner Tageblatt“ auf der Basis eines Interviews**

Ich habe die Information über die Studie an diverse Tageszeitungen zur Veröffentlichung gegeben. Das Stormarner Tageblatt meldete sich mit einem Interviewwunsch und platzierte daraufhin einen längeren Artikel.

## Anhang B: Website zum Herunterladen des Fragebogens

Herzlich willkommen -  
und vielen Dank für Ihr Interesse an der Studie

Liebe Interessentin,  
Lieber Interessent,  
die Untersuchung ist inzwischen abgeschlossen, deshalb können wir keine weiteren Fragebögen mehr auswerten.  
Herzlichen Dank für Ihr Interesse!

### Rückschau von Erwachsenen auf die frühere Trennung ihrer Eltern.

Die Doktorarbeit wird betreut von Prof. Dr. Inghard Langer an der Universität Hamburg  
(Fachbereich Psychologie).

Bei inhaltlichen Fragen wenden Sie sich bitte an

Dipl.-Psych. Carsten Unger  
Institut für gerichtspsychologische Gutachten  
An der Reitbahn 3  
22926 Ahrensburg  
mail@igg-ahrensburg.de



Bei technischen Problemen wenden Sie sich bitte an den Webmaster unter  
webmaster@spectratic.de

Welches Ziel hat diese Untersuchung?

- Wir möchten Kinder, deren Eltern sich gerade getrennt haben, besser verstehen und helfen können.
- Wir wollen versuchen, Eltern zu helfen, sich nach ihrer Trennung besser auf die Bedürfnisse und Nöte ihrer Kinder einzustellen.
- Deshalb bitten wir Erwachsene, die früher als Kind eine Trennung ihrer Eltern erlebt haben, uns von ihren damaligen Belastungen, Bedürfnissen und ihrem weiteren Lebensweg nach der elterlichen Trennung zu berichten.
- Wir möchten also von Ihnen und Ihren Erfahrungen lernen!

Die Teilnahme an der Untersuchung ist vollständig anonym. An keiner Stelle wird im Fragebogen verlangt, dass Sie Ihren Namen, Adresse oder Telefonnummer preisgeben. Falls Sie möchten, können Sie aber im Fragebogen eine E-Mail-Adresse angeben, an die Sie die vollständige Studie nach Fertigstellung von mir zugesandt bekommen. Ihre Angaben werden im Rahmen der Doktorarbeit verwendet, jedoch in einer Weise, dass eine Identifizierung von einzelnen Personen ausgeschlossen ist.

Mit dem Button "Fragebogen herunterladen" installieren Sie ein kleines Programm auf Ihrem Rechner. Dieses ist garantiert frei von Viren, Spyware oder anderen für Ihren PC schädlichen Inhalten. Voraussetzung ist ein Windows Betriebssystem (der Fragebogen lässt sich nicht unter Mac oder Linux installieren).

Noch ein letzter Hinweis: Sie können das Ausfüllen des Fragebogens jederzeit unterbrechen und zu einem späteren Zeitpunkt auf Ihrem PC fortsetzen. Hierzu muss keine Verbindung zum Internet gehalten oder erneut hergestellt werden. Erst wenn Sie den Fragebogen ausgefüllt absenden möchten, muss eine Online-Verbindung bestehen.

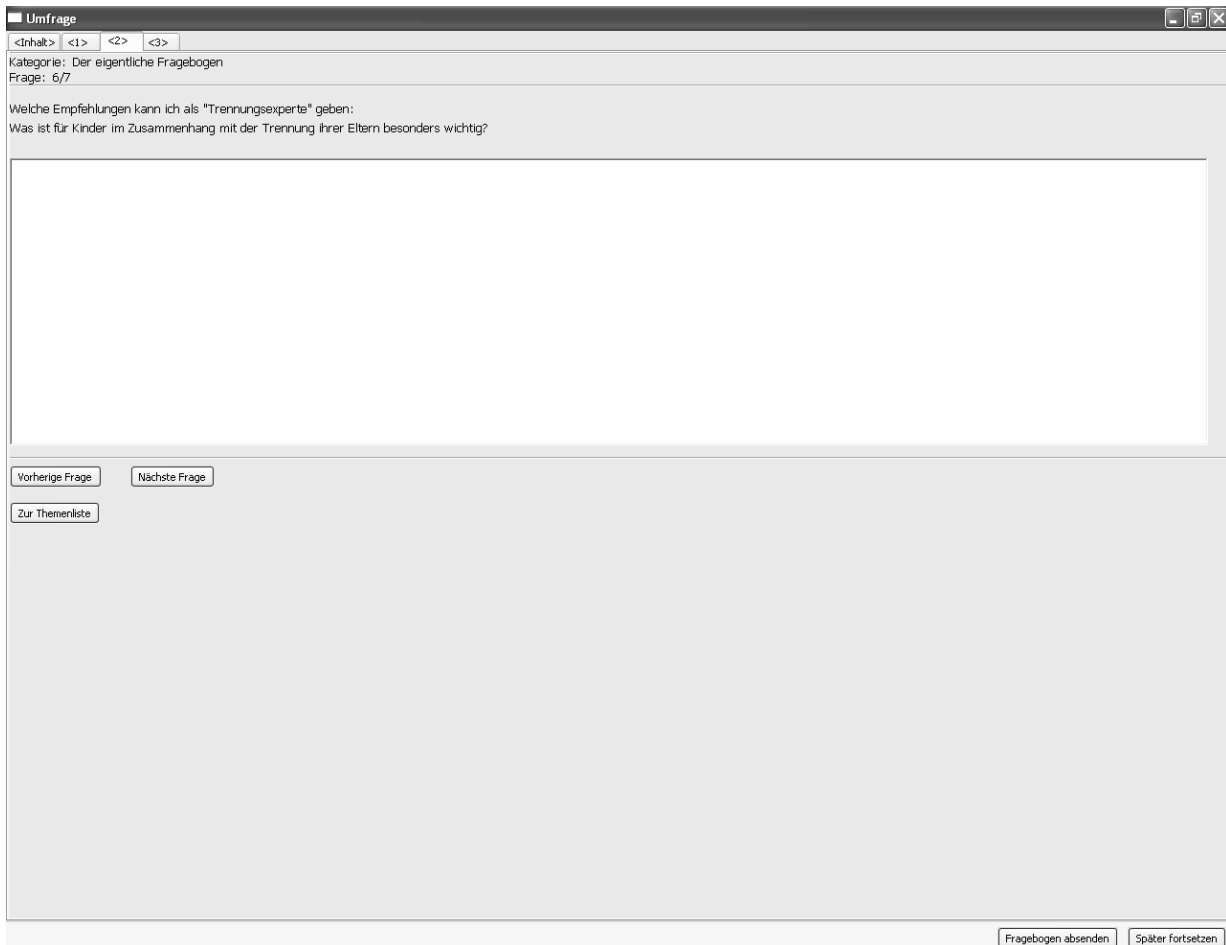
Klicken Sie nun auf "Fragebogen herunterladen" - wenn Ihr PC anfragt, ob die Datei gespeichert oder geöffnet werden soll, klicken Sie bitte auf "Öffnen" oder "Ausführen" - eine evtl. Warnmeldung Ihres Computers (z. B. dass der Urheber nicht identifiziert werden kann o. ä.) können Sie ignorieren (die Umfragesoftware ist absolut unschädlich).

[Fragebogen herunterladen](#)

Sie wollen an der Studie teilnehmen, aber keine .exe-Datei herunterladen?  
Sie sind Mac-User?

Kein Problem! Wenden Sie sich an [mail@igg-ahrensburg.de](mailto:mail@igg-ahrensburg.de) mit dem Betreff "Fragebogen Elterntrennung" und fordern Sie eine Word-Datei des Fragebogens für Windows oder Mac an. Dieser Fragebogen ist allerdings nicht so komfortabel gestaltet und er muss als Anhang an eine Mail wieder von Ihnen abgesendet werden.

## Anhang C: Beispielansicht Fragebogen



The screenshot shows a web browser window titled "Umfrage". At the top, there are navigation buttons: "<Inhalt>", "<1>", "<2>", and "<3>". Below this, the text reads "Kategorie: Der eigentliche Fragebogen" and "Frage: 6/7". The main question is: "Welche Empfehlungen kann ich als 'Trennungsexperte' geben: Was ist für Kinder im Zusammenhang mit der Trennung ihrer Eltern besonders wichtig?". A large, empty rectangular box is provided for the user's response. At the bottom left, there are three buttons: "Vorherige Frage", "Nächste Frage", and "Zur Themenliste". At the bottom right, there are two buttons: "Fragebogen absenden" and "Später fortsetzen".

## Anhang D: Artikel „Stormarner Tageblatt“ auf der Basis eines Interviews

**Stormarn**  
Sonnabend, 21. Januar 2006

# Scheidungskrieg und seine Folgen

*Der Ahrensburger Psychologe Carsten Unger will in seiner Doktorarbeit untersuchen, wie sich Scheidungen auf Kinder auswirken und daraus Verhaltensregeln für Eltern ableiten.*

**Ahrensburg** – „Das gleicht einem längeren Kriegszustand. Im Bemühen, vor Gericht zu gewinnen, verlieren einige Eltern das Kind aus den Augen.“ Carsten Unger weiß wovon er spricht. Seit 20 Jahren betreibt der Diplom-Psychologe zusammen mit einem Partner das Institut für gerichtspsychologische Gutachten (IGG). Acht Psychologen arbeiten in der Praxis: Sie überprüfen in Gerichtsverfahren bei denen Kinder betroffen sind die Glaubwürdigkeit der Aussagen. Wenn es um Umgangsregelungen bei Familienstreitigkeiten oder Missbrauch und sexuelle Misshandlung geht, werden die Ahrensburger Experten ebenfalls zu Rate gezogen. Unger: „Bei uns landen nur die

völlig verkorksten Sachen.“ Weil die Richter keine Zeit haben, werden Gutachter damit beauftragt, etwas Licht in

die teilweise schon über Jahre schwebenden Streitigkeiten zu bringen. In jüngster Zeit melden sich in der Praxis von Carsten Unger Erwachsene, mit denen er vor 15 Jahren bei der Scheidung ihrer Eltern zu tun. Diese Menschen haben auch nach der langen

machen. „Als ich mit dem Studium fertig war, wollte ich einfach nur weg von der Uni und rein in die Praxis. Den Wunsch zu promovieren, hatte ich eigentlich schon immer, aber wenn man eine Praxis aufbaut, ist dafür keine Zeit.“ Jetzt läuft das Institut in geordneten Bahnen und die Lust auf akademische Arbeit wurde neu entzündet. „Wie schauen junge Erwachsene auf die Trennung ihrer Eltern und auf deren Konflikte um das Sorge- und Besuchsrecht zurück? Was hätten sie sich damals von den Eltern gewünscht? Was hätten diese anders und für das Kind erleichternder machen können?“ Um Antworten auf diese Fragen zu finden, sucht der Psychologe Freiwillige im Alter zwischen 19 und 30 Jahren, die als Kind die Trennung

Eltern genau das Gegenteil vorleben. Damit fallen sie als Vertrauensperson aus.“

Der Krieg zwischen den Eltern ist ja mit der Scheidung oftmals nicht vorbei. Eisige Atmosphäre, wenn das Kind übers Wochenende zum jeweils anderen Partner gebracht wird, ein Elternteil, der ständig schlecht vor dem Kind über den anderen redet. Oder subtiler: Eine Mutter, die vorgibt unter der Trennung zu leiden. Das Kind schlägt sich dann, in seinem Bestreben, der Mutter zu helfen, auf deren Seite, obwohl es mit dem Vater keine schlechten Erfahrungen gemacht hat. „Das ist ein psychologisches Minenfeld für die Kinder“, ist der Psychologe überzeugt: „Nicht die Trennung an sich ist schlimm, sondern das Verhalten der Eltern. Für Kinder ist das der größte anzunehmende Unfall für das es keine Bewältigungsstrategie hat.“

An dem Punkt will der Ahrensburger mit seiner Forschung ansetzen. „Ich möchte Hinweise ableiten für Eltern, wie sie sich verhalten sollten.“ Dafür sucht er freiwillige Probanden, die bereit sind, sich mit ihm zu unterhalten. Besonders interessieren den Doktoranden Personen, für die seinerzeit das Wechselmodell festgelegt wurde. Dabei sind die Kinder abwechselnd eine Weile bei der Mutter und anschließend beim Vater, haben zwei Zuhause. „Dieses Modell wird von Vätergruppen propagiert, aber wir wissen eigentlich nichts über die Auswirkungen“, so Carsten Unger.

**ANDREAS OLBERTZ**



**Freiwillige gesucht**

Gesucht werden junge Erwachsene im Alter zwischen 19 und 30 Jahren, deren Eltern sich getrennt haben, als die Kinder zwischen 4 und 14 Jahren alt waren. Der Psychologe zeichnet mit den Freiwilligen ein etwa zweistündiges „teilstrukturiertes Interview“ auf, das viel Raum für persönliche Erfahrungen lässt. Außerdem soll in Ruhe ein Fragebogen ausgefüllt werden. Daraus erstellt der Psychologe ein Verdichtungsprotokoll, das von den Testpersonen autorisiert werden muss. Alle Angaben werden vertraulich behandelt. Mit dem Fragebogen will Carsten Unger Erfahrungen sammeln, um eine zweite Version zu erstellen, die im Internet veröffentlicht wird. So kann seine Untersuchung auf eine breite Basis gestellt werden. Besonders ist Unger an den Ergebnissen von Männern interessiert. Weitere Infos und Anmeldung unter 04102/81223 oder per E-Mail: igg-interview@freenet.de (of)

Zeit immer noch mit einem Bruch in ihrer Biografie zu kämpfen. Sie wollen erfahren, was damals mit ihnen geschehen ist. Die Folge sind andauernde Probleme in Partnerschaften, und Schwierigkeiten, Vertrauensverhältnisse aufzubauen. „Ich will den Kindern im Nachhinein mit den Möglichkeiten eines Erwachsenen eine Stimme geben.“

Das Interesse der Ex-Patienten stieß auch bei Carsten Unger auf Interesse. Er will die Problematik jetzt zum Thema seiner Doktorarbeit

ihrer Eltern erlebt haben und die sich an die Belastungen noch erinnern können. Wichtig sei, dass sich nach der Trennung nicht ein Elternteil völlig zurückgezogen habe.

Kinder machen den Fachleuten die Arbeit nicht leicht. „Sie sind oft paralytisch und äußern sich nicht“, weiß Unger aus Erfahrung. Immer wieder sei den Kindern eingetrichtert worden, sie sollen nett sein und auch mal etwas abgeben. Unger: „Im Trennungskampf erleben sie nun, dass ihnen die

## Eidesstattliche Erklärungen

Ich erkläre hiermit an Eides statt, dass ich die vorliegende Arbeit mit dem Thema

Rückschau von Erwachsenen auf die Trennung ihrer Eltern  
Belastungserleben, Bewältigungsverhalten und Unterstützungsansätze  
Eine empirische Untersuchung auf der Basis von Gesprächen und einer  
internetgestützten Fragebogen-Erhebung

selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel verwendet habe.

Stellen, die anderen Werken, auch der Sekundärliteratur, dem Wortlaut oder dem Sinn nach entnommen wurden, habe ich in jedem Falle durch die Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Ahrensburg, 15.12.2009

Carsten Unger

Ich erkläre hiermit an Eides statt, dass ich mich bislang an keiner Universität der Doktorprüfung unterzogen oder mich hierfür beworben habe.

Ahrensburg, 15.12.2009

Carsten Unger