

## TRENNUNG DER ELTERN

### Auswirkungen der Trennung auf die Schule

Bei sog. **Scheidungskindern** treten auch in der Schule meist starke Reaktionen auf. In der **Schule** zeigen betroffene Kinder einen **Leistungsabfall** und **negativ verändertes soziales Verhalten**. Beides bewirkt bei LehrerInnen den Kindern gegenüber oft negative Einstellungen und verringerte Leistungserwartungen, bzw. eine Verschlechterung der Beziehung. In manchen Fällen könnte es aber auch zu einer „positiven Diskriminierung“ von Scheidungskindern kommen: es werden zu geringe Anforderungen gestellt und übermäßig Rücksicht genommen, sodass die Gefühle der eigenen Hilflosigkeit der Kinder bestärkt werden.

**LehrerInnen** können in der Krisenphase **unterstützen**, indem sie Probleme kindgerecht ansprechen, über mögliche Reaktionen von Scheidungskindern informiert sind, Kinder fördern, sich als Kinder von Geschiedenen, Alleinerziehenden, Stiefeltern zu artikulieren und sich als eine der Kernfamilie gleichwertige Familienform zu erleben.

### Bedeutung der Trennung der Eltern für das Kind

Neben der belastenden und traumatischen Seite der Trennung steht die **erleichternde und erneuernde Seite**. Trennungen sind schmerzvoll und hinterlassen Narben, schaffen aber auch neue Freiräume, ermöglichen Zuwachs an Selbständigkeit und Autonomie.

In erster Linie bedeutet jede Trennung oder Scheidung für alle Familienangehörigen eine **dramatische Veränderung**, deren Komplexität die Verarbeitung und Anpassung erschwert. Während Eltern oder ein Elternteil die Entscheidung trifft, sich zu trennen oder sich scheiden zu lassen, haben Kinder auf die Tatsache, dass sich ihre Eltern nicht mehr verstehen, nicht mehr gemeinsam wohnen und nicht mehr miteinander leben wollen **keinen Einfluss**. Trotzdem hat die Trennung **gravierende Auswirkungen auf ihr Leben**.

Die Trennung der Eltern ist ein **großes Verlusterlebnis** für das Kind: Verlust der gewohnten Beziehungen, des gewohnten Umfeldes, der Stabilität und Gewohnheiten, Verlust von Zusammengehörigkeit. Neben neuen Bezugspersonen und meist einer veränderten Wohnsituation muss häufig auch eine finanzielle Verschlechterung von den Kindern mitbewältigt werden.

In den Zeiten vor einer Trennung leben Kinder in einer Situation der **Verunsicherung**. In den oft heftigen Streitereien und Auseinandersetzungen gehen die **Bedürfnisse der Kinder** unter und werden **vernachlässigt**. Kinder stehen oft dazwischen und werden im Kampf der Eltern **hin- und hergerissen**.

### Kinder reagieren oft scheinbar gar nicht!

**Schuldgefühle** entstehen sowie bei den getrennten Eltern als auch bei deren Kindern. Eltern hoffen, die Trennung möge den Kindern nicht allzuviel machen. Doch durch **Verleugnung, Wegschieben** und **Verdrängen** werden Kinder in der Bewältigung der Trennung behindert, das Leiden der Kinder bleibt unbemerkt. Der Konfrontation mit den Ereignissen ziehen auch die Kinder das Wegschieben und Ungeschehenmachen vor. Sie passen sich einerseits den Erwartungen der Eltern an und versuchen ihnen zu entsprechen. Andererseits möchten sie den Eltern nicht noch zusätzlich zur Last fallen und **verstummen lieber als lautstark zu reagieren**. Den Kindern muss der „**Raum**“ für **Schmerz und Trauer** gegeben werden. Nur der

„offenbarte“, gezeigte Schmerz kann bewältigt und verarbeitet werden. Unterdrückter Schmerz hinterlässt deutliche Narben in der Seele der Kindes.

**Um das seelische Gleichgewicht wiederherzustellen, muss jedes gesunde Kind darauf reagieren – selbst wenn diese Reaktion nach außen nicht sichtbar ist.**

## **Reaktionen der Kinder in Trennungs- und Scheidungssituationen**

Trennung kann zu vielen verschiedenen **Reaktionssymptomen** führen: Schulschwierigkeiten, Aggressionen, depressive Verstimmungen, Rückzug, regressive Tendenzen (Entwicklungsrückfälle), psychosomatische Erkrankungen (starke Kopfschmerzen, Bauchweh, Hauterkrankungen etc.), Einnässen, Einkoten und noch weitere.

Die Konfrontation mit der Trennung kann spontan eine ganze Reihe von Ängsten, Gefühlen und Gedanken hervorrufen:

- **Angst,**

den **weggeschiedenen Elternteil nie mehr sehen zu können** und zu verlieren. Kinder spüren, wie schwer es dem „weggegangenen“ Elternteil fällt, trotzdem dem Kind zur Verfügung zu stehen, bzw. der „dagebliebene“ dem Kind nicht leicht eine eigenständige Beziehung zum anderen Elternteil zugestehen kann.

Zerstörung des Glaubens an die endlose Liebe, Angst davor, dass Streiten gleich das Ende der Liebe bedeutet, Angst davor, dass die Eltern aufhören das Kind zu lieben, Angst davor eines Tages allein zurückzubleiben, Verlustängste, Identitätsverlust-Neudefinition, Wegfall von einem Stück Selbst (Teil des Selbstgefühl wird durch das Miteinanderleben mit dem Elternteil erworben, der ein Vorbild ist, mit dem das Kind sich vergleicht, den es bewundert), Verlust des männlichen Anteils seines Selbst ( Stärke, Unabhängigkeit).

- **Wut/ Zorn:**

Kinder fühlen sich verlassen, verraten und in ihren Bedürfnissen nicht akzeptiert. Es kann Wut gegen den „Schuldigen“ , gegen beide oder abwechselnd entstehen. Die Wut der Kinder ist berechtigt, werden sie doch mit einer unangenehmen und konsequenzenreichen Situation konfrontiert, die sie selbst nicht herbeigeführt haben. Sie haben aber besondere **Schwierigkeiten die Wut auszudrücken**. Die Kinder möchten einerseits den Eltern nicht noch mehr zumuten, andererseits möchten sie die Beziehung zu den Eltern nicht gefährden und besonders „brav“ sein. Kinder reagieren jedoch oft auch ziellos aggressiv auf ihre Umgebung. Als Hilfestellungen brauchen Kinder **neue Ausdrucksmöglichkeiten** für ihren Zorn und ihre Wut. So können sie einerseits wieder Vertrauen gewinnen, dass durch ihre Wut die Liebe und Zuwendung der Eltern nicht gefährdet wird. Andererseits erleichtert es ihnen den Kontakt zu anderen Kindern durch die Kontrolle der Aggressionen in der Gruppe. Die Überwindung von Wut auf die Eltern und die Aussöhnung mit ihnen, stellen einen Prozess dar, der Zeit braucht.

- **Schuldgefühle:**

Kinder (vor allem jüngere) geben sich oft selbst die Schuld für die Scheidung. Da Kinder oft in der Rolle der scheiternden Vermittler sind, Eltern sich oft über die Erziehung oder den Umgang mit dem Kind streiten, können große Schuldgefühle entstehen.

- **Loyalitätskonflikte:**

Kinder, die Angst haben einen Elternteil zu benachteiligen oder zuzugeben, dass sie den anderen Elternteil auch lieben. Eltern sollen den Kindern vermitteln, dass sie **beide liebhaben dürfen** und **von beiden geliebt werden**.

### **Komplizierte Neufindung**

Die Probleme der Erwachsenen tragen zu den Schwierigkeiten der Kinder bei. Eltern gehen **neue Partnerschaften** ein, welche Kinder mit in die Beziehung bringen können. Das Kind muss sich mit neuen Bezugspersonen und Familienmitgliedern auseinandersetzen. Es können „Patchwork-Familien“ entstehen, das Kind muss seine Rolle in der neuen Familienstruktur finden und verteidigen. Die Veränderung bringt mit neuen Beziehungen auch neue Bezeichnungen mit sich: leibliche Mutter, leiblicher Vater, Freund, Freundin, Stiefvater, -mutter, -bruder, -schwester, Halbbruder, -schwester, etc.

Eltern fühlen sich in der für sie schwierigen Zeit meist **überfordert**. Der Bedarf an **außerfamiliären Betreuung** und **Unterstützung der Kinder** steigt. Eine große Stütze können Horte, aber auch die Schule selbst bieten. In Kooperation der Schule mit den Eltern oder dem Elternteil ist eine gegenseitige Unterstützung und gemeinsame Erziehungsvorstellung von großer Bedeutung: Integration statt Isolation, Hilfe zur Bewältigung statt Tabuisierung des Problems.

### **Was sollten Eltern bei einer Trennung bei ihren Kindern beachten?**

Zu den günstigeren Verläufen einer Trennung gehört, dass die Kinder **zum weggeschiedenen Elternteil eine intensive Beziehung** aufrechterhalten können, was aber nicht immer möglich ist.

- **Familienstützende Beziehungen aufbauen:** Entlastung der angespannten Familienatmosphäre durch Einbeziehung von LehrerInnen, ErzieherInnen, Verwandten.
- **Beratungs- und Hilfsangebote nützen,** für Kinder Gruppen- oder Einzelangebote organisieren (wie z.B. „Rainbowgruppen für Kinder in stürmischen Zeiten“, Elternberatung, Psychotherapie)
- **Klärung der Beziehung** zwischen dem ehemaligem Paar
- **Akzeptieren der Dauerhaftigkeit** der Scheidung/ Trennung: Es gelingt nicht allen gleichzeitig, jedes Individuum benötigt dazu seine eigene Zeit, erst wenn alle Beteiligten sie akzeptieren, kann wieder Normalität entstehen.
- **Raum und Zeit** zum Verarbeiten der Gefühle geben
- **Altersgerechte klare Informationen** und konkrete Antworten auf Fragen der Kinder geben: eine realistische Vorstellung bekommen, was eine Trennung/Scheidung für die Familie bedeutet und welche positiven und negativen Folgen sie haben wird.
- **Informative Gespräche mit dem/der Lehrer/in** des Vertrauens führen zur Entlastung der Kinder und zur Entspannung der LehrerInnen-Kinder-Beziehung
- **Die Trennung ist Sache der Eltern!** Kinder sind hierfür nicht verantwortlich. Eltern treffen Entscheidungen, nicht das Kind. Keine unbegründete Hoffnung auf Versöhnung sollte geweckt werden. Verdeutlichen, dass das Kind beide Elternteile behalten wird.
- **Keine elterlichen Aufgaben** übernehmen lassen, keinen Trost durch die Kinder erwarten

- **Kinder aus dem Elternzwist heraushalten!** Kind nicht auf eigene Seite gegen den anderen Partner ziehen, nicht den anderen über Kinder ausspionieren lassen, nicht den Kindern die Ersatzrolle für den/die Ex-Partner/in geben.
- **Entlastung von Schuldgefühlen:** Möglichkeit Gefühle zu äußern und Verständnis zu erfahren. Dem Kind versichern, dass die Ursache der Trennung nicht beim Kind liegt und es sich um einen reinen Erwachsenen - Streit handelt.
- **Zuneigung und Zärtlichkeit geben:** das Kind braucht besonders viel Wärme, Sicherheit, Akzeptanz und Liebe.
- **Offene Gesprächsangebote** für das Kind, ohne das Kind unter Druck zu setzen.
- Der **Kontakt zu beiden Elternteilen** sollte gefördert werden: den anderen nicht schlecht machen, Möglichkeit, eine „unabhängige“ Beziehung zum Kind aufzubauen.
- Der „weggegangene“ Elternteil soll auf die **Qualität der Besuche** achten. Über längere Kontaktpausen hinweg, soll z.B. die Möglichkeit eines spontanen Anrufes, aktuelle Fotos verhelpen. Der Anteil am Alltäglichen ist hier besonders wichtig, z.B. Hausübungen machen.
- **Einhaltung von Kontinuität**, Routine im Erziehungsalltag und einem strukturellen Tages- und Wochenablauf.
- **Alltagsaufgaben fördern:** Leistungen bedürfen des Lobes, Fortführung von Aufgaben im Alltag sollte gewährleistet werden, aktive Freizeitgestaltung. Grenzen zeigen und nicht mit materiellen Geschenken verwöhnen.
- **Normalisierung des Alltages**, Zurückfindung zu Gewohnheiten, Berücksichtigung der kindlichen Bedürfnisse, bei Jugendlichen Zuwendung zum eigenen Leben.

**Literatur:**

FIGDOR, Helmut (1998). Scheidungskinder - Wege der Hilfe. (Psychoanalytische Pädagogik). Gießen: Psychosozial-Verlag.

Mag.<sup>a</sup> Alexandra Sartori  
Schulpsychologie Neunkirchen