

Kinder in der Zerreißprobe

Eveline Nohsislavsky /
Arndt Bay



Jede Trennung einer Beziehung oder Ehe hat zahlreiche Auswirkungen auf alle Beteiligten – besonders auf Kinder. Aus der Familie werden allein erziehende Mütter oder Väter, die sich mit ihren individuellen Lebenswirklichkeiten auseinandersetzen müssen. Die seelischen Belastungen können zu physischen Erkrankungen oder psychosomatischen Störungen führen. Die eigentliche Trennung, die vielleicht als Erleichterung für die Erwachsenen empfunden wird, wirkt auf die Kinder, je nach Lebensalter, sicher nicht erleichternd. In den ersten vier Jahren erfassen sie noch nicht deren Ausmaß. Die daraus resultierenden Konsequenzen können gedanklich noch nicht erfasst werden. Kinder erleiden sie einfach und zeigen eventuell Auffälligkeiten in ihrem Verhalten.

Jede Trennung ist ein Einschnitt in das bisherige gewohnte Leben. Die Beziehungen zwischen den Partnern, den Großeltern, Freunden und den Kindern ändern sich. Diese Veränderungen lassen Sorgen und Ängste entstehen, da sehr viele Bereiche von den Veränderungen einer Trennung betroffen sind:

- Wohnraum
- Materielle Versorgung / Erziehungszeit / Berufseinstieg / Arbeit
- veränderte Arbeitszeiten
- Unterbringung der Kinder / Krabbelgruppe / Tagesmutter / Großeltern / Verwandte / Freunde / Kindergarten / Hort
- Ferien- und Freizeitregelung
- Kinderkrankheiten / Erkrankung der Mutter oder des Vaters
- Erziehungsfragen
- Kontakt des Kindes oder der Kinder zum Vater oder zur Mutter
- Beziehung zu den ehemaligen »Schwiegereltern«
- Lebensgestaltung in der neuen Situation / Neufindung / Neudefinierung vom Elternbild zur Mutter- bzw. Vaterrolle
- Kontakt des Kindes oder der Kinder zum Vater bzw. zu ihren Eltern
- Kontakt zwischen den Eltern.

Anhand dieser Aufzählung wird sichtbar, dass Mütter und Väter ähnliche Schwierigkeiten in der Bewältigung des täglichen Lebens haben. Einige der genannten Bereiche können durch materiellen Einsatz wie Geld, Zeit, organisatorische Planung, zusätzliche

Tätigkeiten und Hilfe durch die Familien, Freunde usw. irgendwie bewältigt werden. Mit dem Zurechtfinden in der neuen Lebenssituation aber beginnt ein Hochseilakt für Mütter, Väter und Kinder, denn es gilt vor allem, den Verlust zu bewältigen:

- den Verlust eines Elternteils, teilweise oder ganz
- den Verlust der gewohnten Lebenssituation
- die Zerrissenheit zwischen den Eltern (Schuldentwicklung/Schuldzuweisung)
- den Verlust des vertrauten Wohnraumes bei Wohnungswechsel
- den Verlust der Freunde bei Wohnort-, Kindergarten-, Schulwechsel
- den Verlust bisheriger Bindungspersonen wie Erzieher, Lehrer.

Betrachten wir die Verlustseite der Kinder, so wird deutlich, wie wichtig es für beide Seiten ist, das eigene Leben wieder neu zu ergreifen. Im Folgenden möchte ich insbesondere auf die Probleme der Väter, die ohne ihre Kinder leben, blicken.

Ängste von Vätern nach einer Trennung

Nach einer Trennung von der Partnerin und von den eigenen Kindern, fallen viele Männer in ein Loch der Einsamkeit. Die arbeitsfreie Zeit wird nicht mehr durch die Familie und die Hobbys bestimmt. Und meist wenden sich die ehemaligen gemeinsamen Freunde der ehemaligen Partnerin zu, wodurch sich das Einsamkeitserlebnis noch steigert.

In der ersten Zeit nach der Trennung stehen Schuldfragen und Schuldgefühle im Vordergrund. Warum ist die Beziehung in die Brüche gegangen? Was bin ich meinem Kind schuldig? Für den allein Lebenden kommt hinzu, dass diese Fragen in einem seelischen Umfeld des Schmerzes entstehen. Das Vermissen des Partners wird noch gesteigert durch den Verlust der Kinder. Man bekommt den Alltag der Kinder nicht mehr mit. Eine Entfernung von den Lebensinhalten der Kinder findet statt. Das sollte zunächst als Realität angeschaut werden. Ein Verlust der Lebensnähe zu den Kindern hat unterschiedliche Auswirkungen. Vor allem kann auf die Erziehung des Kindes oder der Kinder weniger Einfluss genommen werden. Besonders ist dies der Fall, wenn zwischen getrennten Partnern keine Beziehung mehr besteht, die Gesprächsebene zwischen den ehemaligen Partnern gestört ist oder sich erst wieder neu entwickeln muss. Zu den Erziehungsfragen kommt oft noch die Angst, das Sorgerecht zu verlieren, was in den zahlreichen Klagen zum Ausdruck kommt. Es entsteht bei vielen Männern der Gedanke, nur noch als materieller Versorger für die Kinder angesehen zu werden, der durch die Zeit, in der Väter ihre Kinder betreuen, nicht völlig kompensiert wird. Die Zeit, in der die Kinder beim Vater sind, ist eine besondere Situation. An einem Wochenende kann der Alltag nur angedeutet werden, die Mutter fehlt den Kindern. Nach dem Wochenende steht oft wieder die Trauer, der Verlust der Kinder im Blickpunkt des Alleinlebenden. Diese Trauer muss immer wieder überwunden werden.

Die Auswirkungen der väterlichen Ängste auf die Kinder dürfen nicht unterschätzt werden. Die Beziehungsebene zwischen den Kindern und den Vätern ist zunächst in Leidenschaft gezogen. Kinder vertrauen ihren Eltern bedingungslos. Sie möchten, dass

die Eltern zusammen bleiben, zusammenleben. Das Vertrauen wird durch die Trennung belastet. Deshalb ist es wichtig, nach einer Trennung die neue Lebenssituation aktiv für die Kinder zu gestalten. Dabei sollten die Väter verschiedenste Aufgaben für sich und ihre Kinder in Angriff nehmen.

Mögliche Aufgaben

Neue Lebenssituationen können neue Lebensaufgaben beinhalten oder fordern. An dieser Stelle seien sieben wichtige Aufgabenbereiche genannt:

1. Eine tragende Gesprächsgrundlage zum ehemaligen Partner schaffen.
2. Die Beziehung zum Kind aufrecht halten, gestalten und eine sichere Bindungsperson sein (Verlässlichkeit).
3. Die Zeit mit den Kindern gestalten / Erlebnisse für Vater und Kinder schaffen.
4. Die ehemalige Beziehung aufarbeiten.
5. Kein Rückzugsverhalten zulassen – auch nicht bei Schwierigkeiten mit Ämtern; Hilfe suchen (z.B. Kontakt zum Jugendamt herstellen).
6. Soziale Kontakte zur Familie und Freunden aufrechterhalten, neue Freundschaften pflegen.
7. Kinder sorgsam in das neue Umfeld einführen.

Dieser kleine Siebenpunkteplan kann nicht alle Sorgen, Ängste, Unsicherheiten bei Vätern beheben. Er kann aber eine erste Hilfestellung für die ersten Schwierigkeiten in der neuen Beziehung zwischen den Kindern und ihren Vätern bieten.

Wenn die Probleme schwerwiegender sind, braucht es professionelle Hilfe. Nach einer ersten Phase des Schmerzes und des Verlustes können neue Wege für Väter und ihre Kinder entstehen. Es ist wichtig zu betonen, dass neue Ziele aufleuchten können und angestrebt werden sollten.

Zentrale Fragen

In der langjährigen therapeutischen Tätigkeit mit Trennungseltern und -kindern rückten folgende Fragen ins Zentrum.

Im ersten Jahrsiebt ist das Kind noch eng mit dem Ätherleib der Mutter verbunden. Wie ist das mit dem gemeinsam gebildeten Lebensbildekkräfteleib (von Vater, Mutter, Kind) nach der Trennung? Wie wirkt sich eine Trennung auf den kindlichen Organismus aus? Was bildet sich ab, ahmt das Kind nach (gibt es Unterschiede bei Jungen und Mädchen)? Wie ist die Wahrnehmung der Mutter, des Vaters? Was erlebt es als unwahr oder kann es eben nicht mehr wahrnehmen, da es z.B. nur noch weibliche Bezugspersonen in seinem engeren Umfeld erleben kann? Was prägt und formt die kindliche Seele ohne den (täglichen) Einfluss des Vaters oder der Mutter? Wie wirkt sich das im Zahnwechsel und im Rubikon (9 Jahre) aus? Wie ist der Zusammenhang mit Essverhaltensstörungen und der Drogenproblematik in der Pubertät?

Es regelt sich nicht von alleine

Ängste, Wut, Aggressionen der Bindungspersonen prägen sich tief in Kinderseelen, in deren Befindlichkeit und Verhalten ein. Erkenntnisse der Neurobiologen über die Spiegelneuronen belegen dies. Der Kampf mit den eigenen Emotionen (gescheiterte Beziehungsebene zum ehemaligen Lebenspartner, Vater der Kinder, früheste Erinnerungen an den eigenen Vater bzw. Mutter), ihre Bewältigung bzw. Verdrängung führen oft aus eigener mangelnder Feinfühligkeit zu einer Unfähigkeit, die Seelennot des Kindes und deren erste Anzeichen in Form von Verhaltensauffälligkeiten zu erkennen. Oftmals wird ein Beratungsgespräch, eine therapeutische Maßnahme erst in Anspruch genommen, wenn das Kind bereits »in den Brunnen gefallen« ist. In solch einer »ausweglosen« Situation kann der Therapeut dennoch eine neue, sichere Vertrauensperson für das Kind und ebenso für die Alleinerziehenden werden. Es ist keine Schande, »am Ende zu sein«, jeder Neubeginn hat den Abschluss eines Prozesses verkraftet. Wie äußern sich nun erste Anzeichen einer Verhaltensauffälligkeit, woran kann ein Kind im Trennungsdesaster erkranken? Ich werde im Folgenden drei Fallbeispiele schildern (Namen sind geändert).

Fallbeispiel: Sabine, 2 Jahre, und Maria, 5 ½ Jahre

Die Eltern leben in Trennung. Die Erzieherin des Kindergartens, sensibilisiert durch die ersten verhaltensauffälligen Anzeichen, ist im Gespräch mit den Eltern. Weitere therapeutische Hilfsmaßnahmen können erfolgen. Sabine ist zwei Jahre alt, die Zweitgeborene und in einer Krabbelgruppe. Nach der Geburt hatte sie an Hals und Armen Neurodermitis. Das Hautbild war bis zur Trennungssituation der Eltern gut verheilt. Nun sind auch die Beine und ehemals betroffene Stellen stark entzündet. Das Kind ist mit dem neuen Familienverband ohne Vater seelisch stark irritiert und aufgeregt. Die Berührungen des Vaters fehlen ihm, so dass es diesen Berührungsverlust im Äußersten sichtbar macht (Entzündung der Haut). Die fünfjährigjährige Schwester reagiert anders. Jede Nahrungsaufnahme ist mit Widerständen verbunden und im Essverhalten problematisch, die Nahrung ist nie recht für sie. Maria kann die Situation seelisch nicht »verdauen« und zeigt dies durch Unmut und Appetitlosigkeit einerseits, andererseits muss sie alles loswerden und redet unaufhörlich.

Für die zweijährige Sabine wird die Behandlung mit dem musikalischen Erleben des Quintenraumes eröffnet. Ein schöner Zwerg wird sie zu seinem Schatz im Berg führen. Wir werden in die Schatzhöhle aus zarten, pflanzengefärbten Seidentüchern krabbeln und dort auch Bären entdecken usw., bis wir beim Ton- und Lautheurythmischen angekommen sind. Mit der fünfjährigjährigen Maria wird die Therapieeinheit singend, musizierend begonnen, und sie darf eine schöne Landschaft nach ihren Vorstellungen in einer freien Spielsituation aufbauen und gestalten. Dabei entwickle ich im rhythmischen Prozess eine Geschichte usw. Im heileurythmischen Verlauf harmonisiert sich ihre Atmung, das Kind ist gestärkt in seiner Mitte (rhythmisches System) und ruht in sich. Im weiteren Behandlungsverfahren können die Verdauungsprozesse so aktiviert werden, dass sie wieder »Lust auf Essen« hat, Neues aus ihrer Umgebung wieder aufnehmen möchte, da sie physisch wie seelisch wieder verdauen kann.

2. Fallbeispiel: Sven, 8 Jahre

Im zweiten Fall ist der Junge bei der Trennung acht Jahre alt. Sven ist ein Einzelkind. Der Vater zieht wegen einer jüngeren Frau aus. Sven erlebt, wie seine Mutter um die Liebe des Vaters, den Erhalt der Ehe kämpft. Beide Eltern lieben den Sohn. Sven war vor der Trennungszeit bereits in psychotherapeutischer Behandlung und in der Heileurythmie. Er war schon immer ein »Eigenbrötler« gewesen, sehr intelligent, aber verhaltensauffällig. Nun, da der Vater die Familie verlassen hatte, litt Sven unter großen Schuldgefühlen. Er fühlte sich schuldig, dass der Vater nicht mehr bei ihnen leben wollte. Er zog sich noch mehr in sich zurück, hatte massive Schlafstörungen und knirschte nachts mit den Zähnen. Er litt auch unter den Anschuldigungen des Großvaters dem Vater gegenüber. Während der Trennungsphase standen die Schlafstörungen und der tiefe Biss (Distalbiss) sowie das Aufrichten des Selbstwertgefühles im Vordergrund der Therapieeinheiten. Die Eltern ihrerseits waren bei der Kinder- und Jugendpsychologin in Paartherapie. Die Eltern leben heute wieder gemeinsam mit Sven.

3. Fallbeispiel: Michael und Oliver, 2 ½ Jahre

Die Zwillinge Michael und Oliver waren zum Zeitpunkt der Trennung zweieinhalb Jahre alt und in ärztlicher Behandlung wegen Neurodermitis, Asthma und wiederkehrender Bronchitis. Der Vater hielt nach der Trennung einen intensiven Kontakt zu den Kindern aufrecht. Bis zum vierten Lebensjahr der Zwillinge gab es dreimal wöchentlich ein gemeinsames Mittagessen (mit beiden Eltern) in der Schulkantine. Einen Nachmittag und ab und zu an Wochenenden übernachteten sie beim Vater. Nach ca. zwei Jahren »Single-dasein« lebte der Vater in einer neuen Beziehung, in einer neuen Wohnung mit der neuen Partnerin. Behutsam und »mit allen Regeln der Kunst« wurde eine neue Familienkonstellation gefügt. Michael und Oliver leben bei der Mutter. Regelmäßig sind sie einen Tag in der Woche beim Vater und der neuen Lebensgefährtin, ab und zu auch am Wochenende. Die Jungen lieben ihren Vater sehr, sie vermissen ihn, wollen nach Besuchstagen oder Wochenenden nicht weggehen. Andererseits lieben sie die Mutter und klammern sich hilflos an die neue Frau. Anfangs (viereinhalbjährig) äußerten sie den Wunsch, die Mama könnte doch auch mit dabei sein. Seit dem sechsten Lebensjahr haben sie angefangen, die unabänderliche Situation zu verstehen, aber sie verkraften sie nicht. Michael fing an, Nägel zu kauen (Autoaggression). Bei jedem Händewaschen musste er die Seife in ganz kleine Stückchen zerpfücken. Er ist verträumt, der Nachgiebigere von beiden mit einer hohen Sozialkompetenz. Oliver ist ein waches, schlaues Bürschchen. Seine Wut, seine Enttäuschung setzt er aggressiv nach außen, lotet ständig die Grenze mit dem Vater aus. Er tritt, schlägt und erprobt sich in unflätigen Ausdrücken. So verschieden wie das Wesen beider Kinder ist, genauso unterschiedlich äußert sich ihre Bedrängnis. Mit sechsdreiviertel Jahren fing Oliver an, einzunässen. Jede Nacht und ab und zu im Kindergarten. Empfindungsgemäß kann er sich nicht gut mit seiner Leiblichkeit verbinden und lässt im Ausscheidungsbereich los – die ungeweinten Tränen. Dieser Fall zeigt deutlich, dass selbst bei bewusster Lebensneugestaltung und sehr engem Kontakt zum Vater, die Not

und das Leid der Kinder trotzdem groß sein kann und der professionellen Hilfe bedarf.

Bei beiden Jungen muss die rhythmische Organisation gekräftigt werden. Die Bedrängnis – sichtbar in der seelischen Enge, den Ängsten, der Autoaggression und Aggression – kann so aufgelöst werden. Ihre Konstitution mit kindlichem Asthma und Bronchitis wird behandelt. Oliver wird lernen, seine Kraft zu lenken und geschickter in der Feinmotorik zu werden. Körperorientierte Heileurythmie (Leibeserfahrung mittels Tastsinn) und Gleichgewichtsübungen werden ihm eine Hilfestellung sein. Die ärztliche Therapie für die Blase wird heileurythmisch unterstützt. Für den verträumten Michael werden sehr große, pflanzengefärbte Tücher verwendet, die die Wirkung der Übungen verstärken.

Zu den Autoren:

Eveline Nohsislavsky, Dipl.-Heileurythmistin im Therapeutikum am Kräherwald Stuttgart und freischaffende Künstlerin, musikalisch-eurythmische Frühförderung bei Verhaltensauffälligkeiten, Entwicklungsverzögerungen und Bindungsstörungen, Safe-Mentorin (http://hauner.klinikum.uni-muenchen.de/dt_psy.htm).

Arndt Bay, Musiker
und Vater von
zwei Kindern.

