

## Wie sagen Sie es Ihrem Kind?

Sie als Erwachsene stehen nun am Ende Ihrer Entscheidungsfindung und haben beschlossen, sich zu trennen oder scheiden zu lassen. Wahrscheinlich hat dieser Entschluss neben einer gewissen Trauer über das Scheitern Ihres Lebensplanes auch Erleichterung ausgelöst und Klarheit geschaffen. Der letzte Schritt vor dem endgültigen Countdown ist für Eltern meist der schwerste: ihre Kinder zu informieren.

Sie als Eltern wissen, dass Ihre Kinder über die Scheidung unglücklich sein werden, dass sie Mutter *und* Vater lieben und keinen von beiden verlieren wollen. Auch wollen die Kinder nicht umziehen, da sie an ihren Freundinnen und Freunden hängen und die Schule nicht wechseln möchten. Am allerliebsten hätten sie es, wenn alles bliebe wie immer, denn Vertrautes schafft Sicherheit. Sicherheit bietet Schutz, und Schutz verleiht Mut, Neues zu wagen. Kinder brauchen viel Mut, um sich verändern, reifen, erwachsen werden zu können.

Vordergründiges Anliegen scheidungsbereiter Eltern muss des-

49

halb sein, ihren Kindern das Bewusstsein beständiger Präsenz zu erhalten und auch für die Zukunft den beiderseitigen liebevollen Schutz zu gewährleisten, nach dem Kinder sich sehnen. Es kommt also nicht darauf an, die Kinder vor vollendete Tatsachen zu stellen, über die nicht mehr diskutiert werden darf. Es gilt vielmehr, ihnen zu vermitteln, dass Sie als Eltern zwar sicher sind, sich trennen zu wollen, über die Bedürfnisse der Kinder aber nicht hinweggegangen wird.

Sprechen Sie also mit Ihren Kindern nicht nur über die Gründe, aus denen heraus Sie als Eltern einander nicht mehr lieben und nicht mehr länger gemeinsam leben wollen. Zwar ist Ihr Wunsch verständlich, dass die Kinder diese Entscheidung verstehen, akzeptieren und am liebsten mittragen sollten. Dies läuft letztlich aber darauf hinaus, dass Sie von Ihren Kindern die Absolution erteilt haben möchten. Indem Ihre Kinder sagen: »Ja, ich verstehe, dass du die Mama nicht mehr lieben kannst und die Mama dich nicht mehr lieben kann und Ihr euch deshalb scheiden lassen müsst!«, würden sie die Berechtigung der Scheidung anerkennen und Ihnen als Eltern die Schuldgefühle abnehmen, von welchen Sie gegenüber den Kindern geplagt werden.

Mit einer solchen Last sind Kinder jedoch entschieden überfordert. Sie trauern. Sie sind verzweifelt. Sie ängstigen sich. Sie lehnen sich auf und protestieren. Dies alles ist ihr gutes Recht. Umso mehr, als die Scheidung nicht ihr Wille ist und absolut nicht ihrer Verantwortung obliegt. Erwarten Sie also keinen Freispruch und versuchen Sie auch nicht, einen solchen herbeizuführen. Wie immer Sie es vor Ihren Kindern drehen, die gescheiterte Ehe und die daran zerbrochene Familie bleibt Ihre Erwachsenensache.

Fragen Sie Ihre Kinder lieber, wie Sie sich ein Leben nach der

Scheidung vorstellen, was Sie gern möchten und wie Sie als Eltern dies verwirklichen könnten. Für den Fall, dass Ihre Kinder noch nicht sprechen gelernt haben oder mit der Vorausschau in eine ungewisse Zukunft überfordert sein sollten, versetzen Sie sich in ihre Lage. Vergessen Sie dabei nie, dass Kinder nicht Ihr Besitz sind.

50

Sie sind klein, sie wachsen noch, sie sind von Ihnen abhängig, auf Sie angewiesen. Aber sie sind dennoch bereits bei der Geburt eigenständige Persönlichkeiten. Nicht zwangsläufig sind deshalb die Interessen der Eltern auch diejenigen der Kinder.

Sobald Sie offen mit Ihren Kindern sprechen, werden Sie feststellen, dass diese schon längst etwas ahnen. Auch dann, wenn sie noch klein sind und kein Wort für Scheidung haben. Oft genug haben sie Streitigkeiten, Tränen und leidenschaftliche Ausbrüche der Eltern mitbekommen. Selbst wenn Sie und Ihre Frau sich nicht vor den Kindern zu Auseinandersetzungen hinreißen ließen, haben diese die atmosphärischen Misstöne zwischen Ihnen gespürt. Sobald Sie als Eltern wissen, was Sie wollen, sollten Sie deshalb auch Ihre Kinder von ihren Vorahnungen erlösen.

Versuchen Sie ein gemeinsames Gespräch, dem später beliebig viele Einzelgespräche folgen können. Bleiben Sie stets ehrlich dabei, denn es hilft nicht, um den heißen Brei herum zu reden. Klare, besonnene Worte in einer dem Sprachvermögen des Kindes angemessenen Ausdrucksweise holen das hochsensible, emotional beladene Thema auf eine mit Hilfe des Verstandes distanziertere Ebene. Ihr Kind muss wissen, dass es selbst keine Schuld am Scheitern der Ehe hat. Sie lassen sich nicht scheiden, weil das Kind ungezogen war oder weil Sie sich mit der Mutter über Erziehungsfragen gestritten haben. Es soll auch begreifen, dass es selbst vor keiner Entscheidung steht. Es muss nicht klären, auf wessen Seite es steht oder wen es lieber hat. Indem Sie als Eltern Ihrem Kind vermitteln, dass Sie beide immer da sein werden, kann es erfassen, dass die Liebe zwischen Eltern und Kind nicht automatisch endet, wenn Mutter und Vater einander nicht mehr lieben.

Aber bitte versprechen Sie nichts, was Sie nicht einhalten wollen oder können. Für Sie mag ein gegebenes Wort korrigierbar sein. Für Kinder, speziell für Scheidungskinder, deren Welt aus den Fugen zu geraten droht, sind Versprechen wie Balancierstangen bei einem Drahtseilakt. Sie halten sich daran nicht nur fest und bleiben so im Gleichgewicht, sondern sie stürzen innerlich ab, wenn

51

Versprechen sich als Worthülsen entpuppen: Zweifel brechen auf, Ängste schleichen sich ein, Verunsicherung macht sich breit. Ihr Kind weiß plötzlich nicht mehr, was es von Ihnen, und auch nicht mehr, was es von sich selbst halten soll. Woher soll es nun noch

eine vertrauenswürdige Antwort auf die Frage finden, ob Sie als Eltern Ihr Versprechen gebrochen haben, weil das Kind nichts Besseres wert war, oder ob Sie wortbrüchig wurden, weil Sie als Eltern versagt haben.

Da Kinder dazu neigen, Eltern als unfehlbar anzusehen, werden sie die Gründe für einen Fehler bei sich selbst suchen. Sie werden vermuten, nicht lieb genug, nicht gehorsam genug, zu laut, zu leise, zu wild, zu feige, zu dumm, zu frech, zu oft bei Freunden gewesen zu sein, zu wenig im Haushalt geholfen zu haben, ihr Zimmer nicht sauber genug gehalten zu haben - irgendetwas so falsch gemacht zu haben und irgendwie so schlecht gewesen zu sein, sodass sie nicht mehr geliebt werden können. Kinder wollen nichts so sehr, wie geliebt zu werden. Also werden sie entweder versuchen, wieder oder vielmehr noch liebenswerter, sprich angepasster zu werden und darüber jeden Mut zur Eigenständigkeit verlieren. Oder sie werden sich trotzig auf sich selbst reduzieren und sich aus Prinzip jeder elterlichen Erwartung widersetzen. Beides stört die Persönlichkeitsentwicklung eines Kindes nachhaltig.

Bedenken Sie deshalb unbedingt: Ihr Kind hat ein Recht auf Wahrhaftigkeit und Vertrauenswürdigkeit ohne Netz und doppelten Boden oder das Schlupfloch irgendeiner Ausrede. Sie als Eltern aber haben die Pflicht, genau diese Wahrhaftigkeit und dieses Vertrauen zu gewährleisten. Immer.