

Scheiden und danach - Vom heimlichen Gedanken bis zur Realität der Durchführung

Dr.med. U. Davatz, www.ganglion.ch

Die Rolle des POS-Kindes im Ehekonflikt

Jedes Paar, das beschliesst Kinder zu haben, geht vermutlich von der Idealvorstellung der "heilen Familie" aus. Doch die Realität sieht heute anders aus, ca. jede 3. Ehe wird geschieden, sei dies nach drei, sieben, zehn, zwanzig oder mehr Jahren.

Warum wohl?

Die Anforderungen an die Familie und ihre Struktur sind in unserer heutigen Wettbewerbsgesellschaft enorm. Die Berufswelt verlangt vom berufstätigen Familienmitglied, sei dies vom Vater, von der Mutter oder von beiden zusammen, vollen Einsatz. Die Familie gibt es nicht im Businessplan. Der Arbeitsprozess kennt während der Arbeitszeit keinen Schutzraum für das Familienleben.

Die Familie muss sich quasi aus sich selbst organisieren. Dies tut sie in der Regel nach zwei verschiedenen Mustern, demjenigen der Frau und demjenigen des Mannes. Frau und Mann wiederum sind geprägt in ihrer Organisationsstruktur durch ihre jeweilige Herkunftsfamilie. Diese beiden Muster können mehr oder weniger gut zusammen passen, man spricht dann von Passung. Oder sie können sich gegenseitig konkurrenzieren und bekämpfen. Eine Anpassung und Angleichung ist jedoch in jedem Fall von beiden Seiten notwendig, selbst bei der besten Passung. Es gibt keine massangefertigte Partnerschaft. Diese Anpassungsleistung braucht Zeit. Sie kostet seelische Energie und setzt eine natürliche Lernbereitschaft beider Partner voraus. Will oder kann man diese Anpassungsleistung nicht mehr erbringen oder sich die Zeit für die Partnerschaftspflege nicht nehmen, kommt es zum Bruch der Beziehung, zum Ende der Partnerschaft, zur Ehescheidung.

Sind beide Elternteile in ihrer Anpassungsleistung und gleichzeitig in ihrer Konfliktlösung überfordert, wollen aber dennoch nicht auseinander gehen, so werden meist die Kinder in die Konfliktlösung mit hineingezogen, d.h. sie übernehmen einen Grossteil der fehlenden elterlichen Anpassungsleistung.

POS-Kinder sind ganz speziell gefährdet, diesen fehlenden Teil der elterlichen Konfliktlösung zu übernehmen, da sie ausserordentlich sensibel sind und die Spannungen zwischen den Eltern wie Seismographen sehr schnell und schon früh wahrnehmen. Sie agieren diese dann auf ungewohnte und unerwartete Art und Weise aus und werden so unvermittelt zum Symptomträger. Häufig nehmen POS-Kinder den Konflikt schon in der Frühphase wahr, noch bevor die Eltern sich dies selbst eingestehen. Sie funktionieren als eine Art Vorwarnung. Je nachdem welches Naturell das POS-Kind hat, agiert es diesen Konflikt als Symptomträger entweder aktiv aggressiv aus oder passiv, indem es sich zurückzieht. Für das aktive aggressive Verhalten setzt es meist Strafe ab. Das POS-Kind wird zum bösen Kind, ohne dass die Eltern oder das Umfeld die eigentliche Ursache des Problems erfragen

und erkennen. Man könnte auch sagen, das Kind lenkt durch sein Verhalten vom Ehekonflikt ab und schützt somit die Eltern vor einer sozialen Blamage. Denn Ehekonflikte sind keine rühmensewerte Sache, man kann sich nicht damit brüsten. Auch wenn sie häufig vorkommen und weit verbreitet sind, hat man dennoch die Tendenz, Ungereimtheiten zu leugnen, und ist deshalb häufig noch so froh, wenn das POS-Kind davon ablenkt.

So willkommen dieses Ablenkungsmanöver für die Eltern sein mag, so schädlich ist dieser Vorgang für das POS-Kind. Dieses wird durch seine Rolle als Vermittler oder Ablenker im weiteren Verlauf vom Symptomträger schlussendlich zum Sündenbock und dadurch in seiner eigenen persönlichen Entwicklung behindert. Seine Entwicklung macht einen Stillstand und kann in der Folge eine pathologische Wendung nehmen.

Auch die Eltern haben keinen Profit davon. Sie konzentrieren sich nur noch auf dieses Kind und lösen ihre eigenen Probleme dadurch in keiner Weise. Dieses pathologisch hergestellte Gleichgewicht lässt sich jedoch über kurz oder lang nicht aufrechterhalten. Meist wehrt sich das POS-Kind dann in der Pubertät vehement gegen seine Sündenbockrolle und legt ein aggressives Verhalten an den Tag. Der Konflikt eskaliert mit dem Vater, mit der Mutter oder mit beiden zusammen und einer der Drei nimmt schlussendlich den Standpunkt ein, entweder „du oder ich“. Die Mutter hält, wenn es brenzlich wird, meistens zum Kind und der Vater springt über die Klinge, d.h. er zieht sich zurück. Wenn er die Familie nicht verlässt, so kündigt er zumindest innerlich die Familienbeziehung auf.

In dieser Phase laufen zwischen den Eltern täglich Streitereien ab über ihre unterschiedlichen Ansichten und Überzeugungen, was die richtige Erziehungsmethode bei diesem Kind betrifft. Häufig pocht der Vater auf mehr Konsequenz und Härte, während die Mutter den Eindruck hat, dass dieses rigide Vorgehen zu nichts führt. Die Rollen können aber auch umgekehrt verteilt sein. Diese Streitereien um die richtige Erziehung des POS-Kindes sind ein Deckmantel und lenken natürlich vom Ehekonflikt ab.

Grundsätzlich können alle Kinder eine solche Blitzableiter- oder Sündenbockrolle im elterlichen Ehekonflikt übernehmen. POS-Kinder ziehen diese Rolle aber leichter auf sich und eignen sich besonders gut für dafür wegen ihrer hohen Sensibilität.

Zusammenbleiben trotz Ehekonflikt wegen den Kindern – eine schlechte Lösung

Wenn bei den Ehepartnern der Gedanke der Trennung oder Scheidung aufkommt nach länger andauerndem Ehekonflikt, hört man oft den Ausspruch: „wir bleiben wegen der Kinder zusammen, eine Scheidung wollen wir den Kindern nicht antun“. Dies tönt nach einem löblichen Vorsatz, der oft fast wie eine goldene Regel vorgebracht wird. Häufig wird dies vom einen oder anderen Elternteil dann quasi als aufopfernde Heldentat dem Kind später vorgehalten mit den Worten: „Nur wegen dir habe ich mich nicht scheiden lassen“, „...bin ich so lange beim Partner geblieben“, „...wenn du nicht gewesen wärst, wäre ich längst gegangen“ etc. Eine solche Haltung der Eltern stellt natürlich eine enorme Belastung für das Kind dar, wird es dadurch doch indirekt verantwortlich gemacht für den Zustand der elterlichen Ehe, eine Verantwortung, die es niemals tragen kann. Trotzdem fühlen sich viele Kinder verantwortlich beziehungsweise schuldig für die Scheidung der Eltern und gehen immer wieder vom Gedanken aus, sie hätten etwas gegen die Zerrüttung der elterlichen Beziehung tun können oder müssen.

Der Aufschub einer elterlichen Trennung mit der Begründung, man tue dies für die Kinder, ohne dass gleichzeitig aktiv produktiv am Ehekonflikt gearbeitet wird, ist aus heutiger Sicht keine gute Lösung.

Untersuchungen an der Universität Fribourg von Guy Bodenmann haben gezeigt, dass das Zusammenbleiben von Eltern mit chronischem Ehekonflikt sich für die Kinder schlimmer auswirkt als die Scheidung. Eltern, welche die Kraft nicht finden, um eine Scheidung durchzuziehen, aber dennoch ständig ungelöste Konflikte vor sich her schieben, schaden ihren Kindern viel mehr, als wenn sie mutig eine Scheidung vollziehen würden.

Dies entspricht auch unserer Erfahrung aus der Praxis. Wir haben viele solche Kinder als Erwachsene in Therapie gehabt. Sie können glaubhaft und eindrücklich davon berichten, wie sie unter den ungelösten Konflikten und der ständigen Spannung in der Familie gelitten haben. Ihr Lebenslauf legt beredtes Zeugnis ab, wie dies ihre Entwicklung behindert hat. POS-Kinder leiden ganz speziell unter diesen emotionalen Spannungen, da sie sehr sensibel sind und ihre Antennen ständig ausgefahren haben. Sie werden deshalb besonders stark in Mitleidenschaft gezogen und somit geschädigt in ihrer Entwicklung. Deshalb ist es ganz wichtig, dass der Ehepartner, der keine Lösung des Ehekonfliktes mehr sieht und sich deshalb innerlich auch zu distanzieren beginnt, dies klar zum Ausdruck bringt, damit die Trennung eingeleitet werden kann.

Das sorgfältige Vorgehen bei der Trennung und Scheidung

Das Auseinandergehen einer Familie durch Trennung oder Scheidung ist immer ein traumatischer Prozess für alle Beteiligten. Es stellt eine Art Trauerprozess dar, ein Abschiednehmen von einer idealen Familienstruktur, ein Loslassen-Müssen vom Mythos Familie. Dieses Loslassen vom Mythos Familie stellt für viele einen umso schmerzlicheren Prozess dar, je mehr sie an diesem Mythos hängen, bedingt durch ihre Herkunftsfamilie, die entweder diesen Mythos ebenfalls sehr hoch hielt oder in der dieser Mythos überhaupt nicht verwirklicht werden konnte, was genau der Grund ist, weshalb man jetzt selbst so stark daran hängt.

Das zweite ist das Loslassen vom Partner, inklusive von der Idee, man könne ihn ändern, so dass die Ehe fortgeführt werden könnte. In allen Ehekonflikten verfallen die beiden Ehepartner immer wieder der Fehlvorstellung, sie könnten ihren Partner zu einer Veränderung veranlassen.

Die Veränderung kann jedoch nur immer bei jedem selbst stattfinden. Merkt man bei sich selbst, dass man nicht in der Lage ist, sich entsprechend zu ändern, dann stösst man an die eigenen Grenzen des Aushaltbaren. Vis à vis vom Partner muss man diese Grenzen sich selbst gegenüber eingestehen und somit auch den entsprechenden Schritt machen und Abschied nehmen vom Partner. Das Abschiednehmen vom Partner beinhaltet auch immer das Abschiednehmen von der grossen Liebe, ebenfalls ein hochgehaltener Mythos. Auch dieser Abschied ist schmerzlich.

Das dritte ist das Abschied nehmen des scheidenden Elternteils vom täglichen Kontakt mit den Kindern. Der Elternteil, der auszieht, muss sich vom täglichen Kontakt mit den Kindern verabschieden, was sowohl für den Vater wie für die Mutter äusserst schmerzlich ist. Sind die Kinder noch klein ist es meist der Vater, der weggeht, bzw. weggehen muss. Somit hat er diesen Abschied zusätzlich zum Abschied von der Beziehung zu vollziehen. Dabei ist es äusserst wichtig, dass der Abschied nehmende Elternteil den Kindern klar zum Ausdruck bringt, dass er den Kindern nie verloren gehen wird und dass sie immer Zugang zu ihm haben werden. Der bei den Kindern bleibende Elternteil hat die schwierige Aufgabe, über den wegziehenden Partner vor den Kindern nichts Schlechtes zu sagen, ihn nicht schlecht zu machen, um dadurch diesen Elternteil den Kindern nicht zu entfremden. Das gleiche gilt natürlich auch für den wegziehenden Elternteil, auch dieser darf nichts Schlechtes über den anderen, bei den Kindern lebenden Elternteil äussern. Bei POS-Kindern und auch anderen sensiblen Kindern dürfen beide auch nichts Schlechtes über den anderen Elternteil

denken, denn diese schlechten Gedanken werden von diesen Kindern unbewusst wahrgenommen. Gleichzeitig nimmt man ihnen auf diese Weise den anderen Elternteil weg. Die Eltern zerstören sich dadurch gegenseitig in ihrer Rolle als Garant für eine sichere und verlässliche Beziehung den Kindern gegenüber. Leider passiert es relativ häufig, dass auch seit Jahren geschiedene Eltern ihren Partnerkonflikt unverändert und verbissen aufrechterhalten und über die Kinder ausagieren. Eine äusserst fatale und in der Tat krankmachende Situation für die Kinder.

Selbstverständlich stellt sich bei dieser Trennungs- und Scheidungseinleitung immer die Frage „wie sag ich's meinem Kinde“. Bei der Aufklärung der Kinder über das Trennungs- bzw. Scheidungsvorhaben ist es äusserst wichtig, dass jeder Elternteil seine persönliche Situation, die ihn zu dieser Entwicklung gebracht hat, aus der Ich-Position erklärt und nicht aus der Schuld zuweisenden Du-Position. Dies bedeutet, dass man seine eigenen Grenzen beschreibt, die man erreicht hat, und erklärt, dass man aus der eigenen Beschränkung heraus nicht anders kann, aber nicht etwa dem anderen Elternteil Schuld zuweist, um damit die Trennung und Scheidung zu begründen. So sehr dieser Rat einleuchten mag, so schwierig ist es, ihn umzusetzen, fällt man doch allzu leicht immer wieder in die Schuldzuweisung zurück. Offensichtlich ist es schmerzlicher, seine eigenen Grenzen einzugestehen und deshalb einfacher, die Schuld den anderen in die Schuhe zu schieben.

Die natürliche Reaktion der Kinder unter solchen Umständen ist die, dass sie die Trennung nicht möchten, weil sie ja beide Eltern behalten wollen. Dennoch müssen die Eltern die Kinder durch diesen schmerzlichen Prozess mit sicherer Überzeugung führen und dürfen, wie zuvor beschrieben, nicht dem momentanen Wunsch der Kinder nachgeben, wenn sie überzeugt sind, dass sie ihren Konflikt nicht lösen können.

Das Kind als Ersatz-Ehepartner

Der Elternteil, der nach der Trennung oder Scheidung mit den Kindern zusammen lebt, hat darauf zu achten, dass er den fehlenden Partner nicht mit einem der Kinder, meist dem ältesten, ersetzt. Auch dies ist ein Missbrauch des Kindes. Kinder bieten sich natürlicherweise für diese Rolle an. Damit dies nicht passiert ist es notwendig, dass sich der allenfalls überforderte allein erziehende Elternteil offiziell zusätzlich Unterstützung holt. Dies kann durch einen Therapeuten/in geschehen, durch einen Paten oder Patin, durch eigene Geschwister, durch die Grosseltern oder andere Personen in der Familie oder im Freundeskreis. Eine solche Unterstützung entlastet das Kind und verhindert, dass es parentifiziert wird.

Auch ein neuer Partner kann diese unterstützende Funktion einnehmen. Bei der allzu schnellen Einführung eines neuen Partners muss allerdings immer damit gerechnet werden, dass sich das Kind dagegen wehrt, weil dieser das Kind in einen Loyalitätskonflikt mit dem abwesenden Elternteil bringt. Kinder empfinden einen neuen Partner/in ihrer Eltern in der Regel als Eindringling und wehren sich häufig als erstes dagegen. Manchmal begrüssen sie aber eine neue Partnerschaft ihrer Eltern auch und empfinden dies als Entlastung, was sich auf lange Sicht hinaus tatsächlich auch so verhält. Wichtig ist aber in jedem Fall, dass man als geschiedene Eltern seinen neuen Partner den Kindern mit Bedacht vorstellt und behutsam in den Familienkreis einführt und die Kinder nicht einfach vor vollendete Tatsachen stellt.

Abschliessend möchten wir nochmals festhalten, dass es für Kinder, insbesondere für POS-Kinder, die am meisten belastende Situation darstellt, wenn die Eltern mit chronischem Ehekonflikt den Mut und

die Kraft zur Scheidung nicht aufbringen, obwohl diese längst fällig wäre und unter dem Vorwand, dies um der Kinder willen zu tun, beieinander bleiben. Die Kinder werden dadurch im chronischen Ehekonflikt instrumentalisiert und in ihrer eigenen Entwicklung massiv behindert.

Entschliessen sich Eltern zur Scheidung, ist das umsichtige und sorgfältige Vorgehen bei diesem schmerzhaften Trennungsprozess von grosser Bedeutung, damit keine Traumata bei den Kindern zurückbleiben. Professionelle Hilfe, nicht nur von kämpfenden Anwälten, sondern auch von Familientherapeuten oder Mediatoren kann dabei sehr hilfreich sein.

Ist die Scheidung einmal vollzogen und haben sich neue Patchworkfamilien gebildet, kann dies für die Kinder auch zur positiven Erfahrung werden im Sinne von einem erweiterten Familiensystem. Sie haben auf einmal zwei Väter und zwei Mütter und vielleicht noch weitere Stiefgeschwister, quasi eine Grossfamilie. Dabei ist darauf zu achten, dass die Stiefväter und Stiefmütter niemals die leiblichen Eltern zu konkurrenzieren versuchen. Im Idealfall akzeptieren sie sich gegenseitig und lassen in kritischen Situationen immer den leiblichen Eltern den Vortritt für die Pflicht der Entscheidungsfällung. Unter diesen Umständen müssen die Kinder bei Scheidungen keinen Schaden nehmen, im Gegenteil, sie machen einen früheren Reifungsprozess durch.