

## TRENNUNG, SCHEIDUNG – EINE HERAUSFORDERUNG FÜR KINDER UND ELTERN

Anastasia, 15 Jahre  
(ein Erlebnisbericht)

„(...) die Streitereien meiner Eltern wurden immer stärker. Ich wusste nicht ein und aus. Ich konnte nicht verstehen, wieso sie stritten. Und von mal zu mal wurde es doller. (...) Als ich dann von der Scheidung erfahren habe – da war ich gerade 13;5 Jahre alt – dachte ich, dass das gar nicht sein könnte. Meine Eltern würden sich nie scheiden lassen. Das konnte ich nicht fassen und wollte es nicht wahr haben. (...) Ich wusste gar nicht was ich zuerst denken sollte. Ich habe dann gesagt, sei tapfer Anastasia, sei tapfer. Du darfst nicht heulen, (...) du darfst deine Eltern nicht belasten. Ich muss jetzt ganz stark sein. Mama und Papa brauchen mich jetzt. Nachts hatte ich Alpträume. Gedanken quälten mich. Warum, weshalb, wieso? Zu wem gehe ich nun? Ich wusste einfach nicht weiter. Selbst mit Selbstmordgedanken habe ich

kurze Zeit gespielt. In der Schule und auch privat grenzte ich mich von allem andern aus. Ich redete kaum und versuchte meine Gefühle zu unterdrücken. (...) Erst nach gut einem Jahr hab ich mit meiner besten Freundin darüber geredet. Hätte sie mich damals nicht darauf angesprochen, hätte ich nie darüber geredet. Da ist's dann regelrecht aus mir heraus geplatzt und im Endeffekt war ich froh darüber. (...) Trotz der letzten Jahre haben meine Eltern immer noch ein relativ gutes Verhältnis zueinander. Trotzdem werden sie nie wieder ein Paar werden, auch wenn ich es mir tief im Innersten wünsche und jeden anderen Partner meiner Elternteile verabscheue. Ich weiss nicht wieso, aber im Innersten gebe ich mir und meiner Schwester noch heute die Schuld an der Trennung meiner Eltern.“

### 1. Einleitung

Scheidungen und Trennungen von Paaren mit Kindern haben in den letzten Jahrzehnten stark zugenommen. In der Schweiz werden täglich 40 Ehen geschieden, in mehr als der Hälfte der geschiedenen Ehen leben Kinder unter 18 Jahren.

Pro Jahr sind dies 10'000 bis 12'000 Kinder, die neu in getrennten Familien leben (Largo, 2003). Allein im Bezirk Horgen waren im Zeitraum 1991-2000 durchschnittlich 163 Kinder (zwischen 0 und 16 J.) pro Jahr betroffen (Statistisches Amt des Kantons Zürich).

Auch in unserer Arbeit im Schulpsychologischen Dienst begegnen wir immer öfters Kindern, die sich mit der Trennung ihrer Eltern und dem Zerfall ihrer Familie auseinandersetzen müssen. Dieser Schnitt in der Familiengeschichte stellt für alle eine grosse Herausforderung dar. Die Konfrontation mit der Trennung, der dadurch ausgelöste Schock, seine Verarbeitung, aber auch die Reorganisation des Familienlebens prägen Kinder wie auch Eltern. Oft finden sie nicht alleine aus diesem Gefühlschaos heraus und sind auf Hilfe angewiesen.

### 2. Was bedeutet Scheidung für ein Kind?

Eine Scheidung oder eine Trennung ist für Kinder immer ein schmerzliches und sehr einschneidendes Erlebnis, welches an die Grenze ihrer psychischen Belastbarkeit geht. Die Scheidung im weiteren Sinne ist als ein langfristiger Prozess zu betrachten, dessen Beginn lange vor der eigentlichen Trennung liegt und durch die Konflikte zwischen den Ehepartnern geprägt ist. Der oft jahrelange Prozess zeichnet sich durch drei Phasen aus: Die Situation im Vorfeld, die Phase der Trennung und die Nachscheidungszeit.

Die Phase, die einer Trennung vorausgeht, löst bei den Kindern Angst, Verunsicherung und auch Schuldgefühle aus, da für sie der schwelende Konflikt und die latente Aggression zwischen den Eltern spürbar ist.

Die Phase der eigentlichen Trennung ist mit der Vorphase verwoben. Die Vorahnungen der Kinder gehen in Gewissheit über. Manche empfinden es fast als eine Erleichterung, dass die Zeit des Zweifels und der Ungewissheit vorüber ist, andere hoffen weiter und

reagieren mit Ungläubigkeit und Nichtakzeptanz. Die Nachscheidungszeit, gemeint ist die Zeit nach der gerichtlichen Verhandlung, ist oft geprägt von weiteren Abschieden und Verlusten (Wohnsitz-, Schulwechsel, Verlust der Freunde etc.) (Pfleger, 2003).

## 2.1. Der Trauerprozess

In den ersten zwei Jahren nach der Scheidung machen die Kinder, wie nach dem Tod eines geliebten Menschen, einen Trauerprozess durch. Die Literatur beschreibt für das Bewältigen der Krise – dem Verlust durch Tod resp. Scheidung – folgende Phasen: Verneinung, Wut, Verhandeln, Depression und Akzeptanz. In der Phase der ‚Verneinung‘ negiert das Kind die Trennung und den Schrecken, den sie auslöst. Es gibt sich äusserlich angepasst, leidet aber innerlich. Wenn das Kind schliesslich nicht mehr ausweichen kann und den Schrecken an sich heran lassen muss, beginnt die Phase der ‚Wut‘. Je nach Persönlichkeit und Alter des Kindes richtet sich sein Zorn gegen aussen (z.B. Wutanfälle) oder es frisst alles in sich hinein. In dieser Phase ist es wichtig den Kindern zu helfen, ihre Gefühle zu verbalisieren, oder ihnen auf anderem Weg Ausdruck zu verleihen und ihre Energien in konstruktive Aktivitäten umzuleiten. In einem nächsten Schritt (Phase des ‚Verhandelns‘) versuchen die Kinder durch Erzählen von unrealistischen Wunschfantasien ins Geschehen einzugreifen. Es beinhaltet die Hoffnung, die Menschen um sich herum soweit manipulieren zu können, damit sie das tun, was man möchte. Es ist ein kindlicher Versuch, eine einfache Lösung für die komplexe Situation zu finden. Nach dem Scheitern des Verhandeln verfallen die Kinder in Hoffnungslosigkeit. Sie erfassen ihre Machtlosigkeit und das Trauern um das Verlorene beginnt. Damit beginnt die Phase der ‚Depression‘. Die traurigen Gefühle können ein Jahr oder länger anhalten. Mit der ‚Akzeptanz‘ nehmen die Kinder das Geschehene an und beginnen, wieder in die Zukunft zu schauen. Der Prozess der Wiederherstellung ist nicht linear, so ist es immer wieder möglich, dass ein Kind in eine frühere Phase zurückfällt (Stover, 2003).

## 2.2. Reaktionen des Kindes auf Trennung / Scheidung

Durch die Scheidung der Eltern wird ein Kind, oft unter schwierigsten Umständen, mit der Tatsache konfrontiert, dass existenziell wichtige Beziehungen zerbrechen können. Sein Vertrauen in die Beständigkeit und Zuverlässigkeit menschlicher Beziehungen wird erschüttert. Verunsicherung, Verwirrung, und die damit verbundenen starken Gefühlsreaktionen wie Wut und Trauer sind die Folge. Dazu gesellen sich häufig Verhaltensauffälligkeiten, schulische Leistungsschwierigkeiten, oft auch psychosomatische Reaktionen. Wie Kinder spezifisch auf die Erfahrung von Trennung und Scheidung reagieren, ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Die Persönlichkeit des Kindes, die Unmittelbarkeit der Erfahrung, aber auch das Geschlecht und insbesondere das Alter der Kinder spielen eine Rolle. Knaben reagieren häufiger mit Aggressionen, Mädchen eher mit Abkapselung oder Überanpassung. Vorschulkinder bis ca. 6 Jahre verstehen sich entwicklungsgemäss als Mittelpunkt ihrer Welt und Urheber aller Geschehnisse („egozentrische Weltsicht“). Sie erleben die Trennung der Eltern als von ihnen verschuldet und sie leiden unter Schuldgefühlen. Die Trauer, Ängste und Aggressionen werden von den Eltern übernommen und als eigene erlebt. Sie wirken desorientiert, haben häufiger Trennungsangst, zeigen regressive Verhaltensweisen und oft unrealistische Versöhnungsfantasien. Dabei wirken sie sehr unausgeglichen und pendeln zwischen Aggressivität und Rückzugsverhalten. Unter- und Mittelstufenkinder stehen vermehrt in einem Loyalitätskonflikt zwischen den Eltern. Die Kinder empfinden grosse Ohnmacht und Hilflosigkeit. Neben Traurigkeit, Schweigsamkeit und Rückzug lassen sich auch autoaggressive Tendenzen erkennen. In der Schule häufen sich Verhaltensauffälligkeiten.

Zwischen 10-12 Jahren beginnt das „moralische Alter“. Die Kinder ergreifen Partei für den aus ihrer Sicht unschuldigen, hilflosen Elternteil. Die Ablehnung eines Elternteils geht einher mit massiven Schuldgefühlen. Sie versuchen oft möglichst rasch erwachsen zu werden und Distanz zwischen sich und der Scheidung der Eltern zu schaffen, was oft zu alterinadäquat erwachsenem Verhalten und damit verbundener Überforderung führt. Die Jugendlichen äussern oft wider elterliches Erwarten starke Schockreaktionen. Sie zeigen Trauer, Schmerz und Scham. Da durch die Trennung der familiäre Rückhalt für die Entwicklungsaufgaben des Jugendalters fehlt, ergeben sich vielfach Identitäts- und Selbstwertprobleme. Neben einer überstürzten Ablösung vom Elternhaus, können auch intensive Verlassenheitsgefühle, Vereinzelung, Depression, Suizidwünsche ausgelöst werden (Erziehungsberatungsstelle Spiez, 1993; Kodjoe, 1997).

### 2.2.1. Helfende Faktoren

Die Reaktion resp. die Reaktionsstärke eines Kindes auf die Scheidung der Eltern ist nicht alleine durch die Tatsache des Auseinanderbrechens der Familie bestimmt, sondern vor allem durch die Art und Weise wie dies geschieht. Die Art der familiären Konfliktbewältigung vor, während und nach der Scheidung ist ein entscheidenderer Faktor als das Ereignis der Trennung als solches (Erziehungsberatungsstelle Spiez, 1993). Familiensysteme haben die Kraft sich zu wandeln. Sie haben Elastizität und Rhythmus.

Diese Dynamik wird bei der Trennung der Eltern bis ans äusserste strapaziert. Geschieht die Scheidung nicht als Bruch, sondern als pulsierende Veränderung der Familienhülle, so bekommen die Kinder den Raum sich mitzubewegen, zu gewöhnen und zu wachsen (Rosenthal, 2003). Untersuchungen zeigen deutlich, dass klare familiäre Strukturen mit gut definierten Regeln und Verantwortlichkeiten, zusammen mit stabilen Betreuungsverhältnissen und möglichst guter Kooperation der getrennten Eltern, die Symptome und Folgen einer Scheidung für das Kind deutlich vermindern (Erziehungsberatungsstelle Spiez, 1993). Gemäss der Psychologin Frau M. Rosenthal ist es denn auch nicht die „Scheidung als prozesshaftes Familiengeschehen“, welche die negativen mittel- und langfristigen Scheidungsfolgen bei Kindern auslöst, sondern der Filmriss resp. der Bruch in der Biografie des Kindes und seiner Familie (Rosenthal, 2003).

### 2.3. Langzeitfolgen

Untersuchungen in den letzten 15 Jahren haben ergeben, dass die erwachsenen Kinder geschiedener Eltern mehr Probleme und niedrigere Werte in Bezug auf ihr Wohlbefinden haben. Auch ihr Gesundheitszustand wird schlechter eingeschätzt (Beal, 1992). Im statistischen Vergleich schneiden Scheidungskinder insbesondere bezüglich ihrer Selbstsicherheit, Lebensfreude und -kraft schlechter ab als Kinder aus ungeschiedenen Ehen. Sie sind anfälliger für körperliche und seelische Störungen und das vielleicht Bemerkenswerteste: sie weisen gegenüber Kindern aus ungeschiedenen Ehen später eine um 80% erhöhte Scheidungsrate auf. Scheidungskinder haben häufig Schwierigkeiten, eigene Eheprobleme zuzugeben, selbst jene die glauben, die elterliche Scheidung ‚überwunden‘ zu haben (Stover, 2003).

### 2.4. PAS – Parental Alienation Syndrom

Das konstruktive Verarbeiten der schmerzlichen Erfahrungen, der Trauer, der Verlust- und Verlassenheitsängste, der enttäuschten Hoffnungen und unerfüllten Erwartungen ist für die Eltern die Voraussetzung um neue Chancen für das eigene Leben nutzen zu können. Gelingt dieser Schritt nicht und wird die Trennung des Paares weiterhin als unwiderbringlicher Verlust und Zurückweisung erlebt, kann die Angst, nun auch noch die Kinder an den Partner zu verlieren, übermächtig werden. Die Vorstellung ihre Liebe mit ihm teilen zu müssen, wird unerträglich. So wenden die Eltern sich den Kindern zu und machen sie zum Partnerersatz (Parentifizierung), um Trost und Unterstützung zu erhalten. Dabei wird die Schuld am Scheitern der Ehe zur Gänze auf den Partner projiziert (Kodjoe, 2001). Bei den Kindern löst der Auszug eines Elternteils grosse Angst aus, nun auch noch den anderen Elternteil zu verlieren. Aus Abhängigkeit und einem Sicherheitsbedürfnis heraus stellen sie sich auf die Seite des versorgenden, anklagenden Elternteils. Wie die Eltern, die das Böse im Anderen sehen und in sich selbst nur das Gute wahrnehmen, neigen die Kinder dazu, sich mit dem ‚guten Elternteil‘ zu identifizieren und lehnen den ‚bösen Elternteil‘ ab. Dies kann eine Entfremdung zwischen dem Kind und dem nichtbetreuenden Elternteil zur Folge haben (Kodjoe, 2001). Man spricht von einem Parental Alienation Syndrom (PAS). PAS heisst soviel wie ‚Eltern-Kind-Entfremdungssyndrom‘ oder ‚Eltern-Feindbild-Syndrom‘, das durch teils unbewusste Manipulation oder Programmierung durch einen oder auch beide Elternteile erzeugt wird. Es handelt sich um einen Zustand von unbegründeter, kompromissloser Zuwendung eines Kindes zu dem ‚guten und geliebten Elternteil‘, mit dem es zusammenlebt, und ebenso kompromissloser, feindseliger Abwendung vom angeblich ‚bösen und verhassten‘ Elternteil (Von Boch-Galhau, 2001). Je nach Stärke der Beeinflussung zeigen Kinder grosse Widerstände gegen den sogenannten ‚bösen‘ Elternteil. Frühere, schöne Ereignisse werden ausgeblendet, die normale Ambivalenz der menschlichen Beziehung fehlt und sie entwickeln ein selektives Schwarz-weiss-Denken. Im Gespräch nehmen sie reflexartig Partei für den Koalitionsernteil. Oft wird die Ablehnung und die Feindseligkeiten auf die erweiterte Familie des zurückgewiesenen Elternteils ausgedehnt. Trotz der hemmungslosen Ablehnung eines Elternteils stellen die Kinder oft unangemessene Forderungen nach Geld und Geschenken. Dies geschieht in völliger Abwesenheit von Schuldgefühlen. Schon im Vorschulalter verteidigen die Kinder ihr Verhalten und ihre Aussagen mit dem Hinweis auf ihre ‚eigene Meinung‘. Dieses Phänomen wirkt entlastend für den ‚programmierenden‘ Elternteil und unterstützt ihn in der Annahme, dass sich die Kinder ja endlich ‚trauen zu sagen, was sie wirklich denken‘. Allgemein produzieren die Kinder für ihre feindselige Haltung irrationale und absurd wirkende Rechtfertigungen, die in keinem realen Zusammenhang mit tatsächlichen Erfahrungen stehen. Sie spiegeln häufig in Wortwahl und Geschichten die Vorwürfe der betreuenden Erwachsenen, deren tiefere Bedeutung sie noch nicht erfassen. Die Ausschliessung des nicht sorgeberechtigten Elternteils führt oft zu scheidungsbedingten Störungen. Viele der betroffenen Kinder bekunden im Erwachsenenalter grosse Schwierigkeiten, ihr Leben eigenständig zu bewältigen. Denn Kinder brauchen die interessierte und liebevolle Zuwendung und das Vorbild von Mutter und Vater, um eine männliche bzw. weibliche Identität, ein gesundes Selbstkonzept resp. Selbstwertgefühl und ein stabiles Beziehungs- und Bindungsverhalten entwickeln zu können (Von Boch-Galhau, 2001).

Beim PAS handelt es sich um eine extreme Form von kindlicher Abspaltung. Natürlich gibt es auch andere Ursachen für Umgangs- und Kontaktverweigerung eines Kindes nach der Trennung. Diese müssen im Einzelnen sehr genau untersucht, identifiziert und behandelt werden.

### 3. Bewältigungs- und Verarbeitungsmöglichkeiten

#### 3.1. Präventive Massnahmen, Einflussfaktoren und Ressourcen

Bei der kindlichen Verarbeitung des Scheidungsprozesses spielen viele Einflussfaktoren eine Rolle. Wie bereits erwähnt, wird ein Kind je nach individueller Persönlichkeit und Alter unterschiedlich mit den Folgen der Scheidung umgehen. Durch die eingeschränkte Beziehungsmöglichkeit oder den Verlust eines Elternteils gehen dem Kind Geborgenheit und Zuwendung, gemeinsame Erfahrungen und ein Vorbild verloren. Die Verfügbarkeit von zusätzlichen Bezugspersonen gewinnt nun wesentlich an Bedeutung. Wie es dem Kind ergeht, hängt auch eng mit dem Wohlbefinden der Eltern ab, insbesondere davon, wie diese die Scheidung psychisch verarbeitet haben. Die Bewältigung des Scheidungskonflikts ist abhängig von der Bereitschaft der Eltern zur Konfliktbewältigung (Trauerarbeit, Verzeihen), von der emotionalen (neue Partnerschaft) und existentiellen Sicherheit (finanziell, beruflich, sozial) aber auch vom familiären, gesellschaftlichen und kulturellen Umfeld. Ein weiterer wichtiger Faktor ist die Beziehung zwischen den Eltern nach der Trennung. So kann es den Scheidungskindern, deren Eltern miteinander auskommen sogar besser gehen als Kindern aus sog. intakten Familien, deren Eltern sich streiten oder ablehnen. Ein vermindertes Einkommen kann sich ebenfalls auf die Lebensbedingungen des Kindes auswirken, muss aber nicht zwangsweise negative Folgen für seine Entwicklung haben. Ebenso bedeutsam sind die ausserfamiliären Lebensbedingungen. Das soziale Netz (Verwandte, Bekannte, Lehrer) kann eine wichtige Stützfunktion in schwierigen Zeiten darstellen. So können sich die Lebensbedingungen für das Kind durch die Scheidung gravierend verändern. Durch Umzug, Verlust von Verwandten und Bekannten, Wechsel der Schule und dem damit verbundenen Verlust von Kameraden wird zusätzlicher Stress hervorgerufen. Im weiteren Sinn sind auch die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen (Bildungs-, Gesundheits-, Sozial- und Wirtschaftssysteme, sowie kulturelle und religiöse Faktoren) für die Entwicklung des Kindes prägend, z.B. im Sinne von Einstellungen und Vorurteilen gegenüber Scheidungskindern (Largo, 2003).

##### 3.1.1. Unterscheidung der Paar-/ Elternebene

Menschen können sich als Paar scheiden lassen, als Eltern eines Kindes bleiben sie jedoch das Leben lang verbunden. Diese Unterscheidung zwischen Paar und Elternschaft ist enorm wichtig, stellt in der Praxis jedoch eine grosse Herausforderung für Trennungspaare dar. In einer Situation, in der die verschiedensten Gefühle (Wut, Angst, Ärger, Kränkung, Rachegefühle) mobilisiert sind, in der das Selbstwertgefühl des Verlassenen durch die Zurückweisung existenziell bedroht ist und beim Verlassenden ein Bedürfnis nach Rechtfertigung besteht, soll die Trennung von Paar- und Elternebene gelingen (Von Boch-Galhau, 2001; Kodjoe, 2001). Die Bedürfnisse der Kinder nach weitergehender Beziehung zu beiden Eltern erfordern die Reorganisation der Familienbeziehungen. Neue Partner sollen miteinbezogen werden ohne die früheren Partner aus dem eigenen Leben und vor allem dem Leben der Kinder auszugrenzen. Diese Herausforderung ist zu bewältigen, wenn man das Wohl der gemeinsamen Kinder und nicht eigennützige Motive – so verständlich diese auch sein mögen – im Auge behalten will (Von Boch-Galhau, 2001).

#### 3.2. Lebensraum Schule – Welche Verhaltensweisen sind hier hilfreich ?

Auch für die Lehrperson ist es wichtig, eine Unterscheidung zwischen Ehepaar und Eltern zu machen. Es hilft ihr aus der Perspektive des Kindes zu denken. Dadurch vermindert sich die Gefahr, unbewusst eigene Schuldzuweisungen vorzunehmen und damit jene des sorgeberechtigten Elternteil resp. des Kindes zu verstärken. Anteile von Vater und Mutter leben im Kind weiter. Schuldzuweisungen und damit Entwertungen eines Elternteils entwerten also immer auch einen Anteil des Kindes. Die eigene Haltung in der Frage ‚wer ist schuldig‘ muss reflektiert werden. Getrennte Eltern sollten auch als solche angesprochen werden. Es sollte versucht werden, mit den Eltern die Verantwortlichkeit der Schule gegenüber klar zu regeln. Laut Gesetz ist der versorgende Elternteil Ansprechpartner. In der Praxis hat es sich bewährt, allgemeine Informationen bezüglich der Schule möglichst beiden Elternteilen zuzustellen.

Um möglichst hilfreich auf die Krise des Kindes reagieren zu können, sind Lehrkräfte auf Informationen angewiesen. Viele Eltern schämen sich der Tatsachen, werden oft aber auch entlastet, wenn ein offenes Gespräch über die familiäre Situation möglich wird. Eltern in Scheidung geraten in Gefahr, durch die eigenen Verletzungen und Enttäuschungen, die Verantwortung für die Kinder zu vernachlässigen. Um schulischen Vernachlässigungerscheinungen vorzubeugen, ist es deshalb besonders wichtig, mit den Eltern klare Absprachen zu treffen, was von ihnen erwartet wird. Häufig wird es nötig sein, die Ansprüche von Seiten der Schule zu reduzieren, vielleicht mitzuhelfen, Unterstützungen (Aufgabenhilfe, Mittagsbetreuung etc.) zu organisieren.

Durch das Auseinanderbrechen der bisherigen Familienform gehen Alltagsroutinen, Tagesstrukturen und bisher geltende Regeln verloren. Umso wichtiger werden die vertrauten Strukturen der Schule. Das Kind braucht nun viel Verständnis und Rücksichtnahme. Bewusste Wertschätzung für seine Fähigkeiten und Talente helfen dem angeschlagenen Selbstwertgefühl. Aber auch Scheidungskinder dürfen nicht aus Mitleid aus der Eigenverantwortung entlassen werden. Das Selbstwertgefühl wird gestärkt, wenn auch in schwierigen Situationen Eigenverantwortung zugetraut und verlangt wird. Denn häufig gelingt es den Kindern nach einem Leistungsabfall während

der akuten Krise nicht mehr, das ihren intellektuellen Voraussetzungen entsprechende Leistungsniveau zu erreichen, da dies von ihnen auch gar nicht mehr erwartet wird. Hilfreich ist es, den Gefühlen von Wut und Trauer, Hoffnung und Enttäuschung, die das Kind vielleicht äussert, Platz zu schaffen diese zu akzeptieren und auszuhalten. Kinder schätzen sehr fein ab, was und wieviel das Gegenüber bereit ist zu hören und zu ertragen. Der Versuch Kinder zu (ver)trösten, kann sie auch zum Verstummen bringen. Scheidungskinder bilden in Schulen und Kindergärten, durch die gemeinsame Erfahrung, eine unsichtbare Gruppe. Durch die Enttabuisierung des Themas ‚Scheidung‘ im Unterricht ermöglicht man den betroffenen Kindern aus dem Schatten der sozialen Stigmatisierung herauszutreten (Erziehungsberatungsstelle Spiez, 1993).

### 3.3. Mediation – Individualtherapie – Gruppenangebote

Mit der gesellschaftlichen Entwicklung von Ehescheidungen ist auch die Entwicklung der Hilfestellungen für die betroffenen Familien einhergegangen – in Form von Therapie, Mediation und Gruppenangeboten. Generell ist sowohl in der Literatur wie auch in der Praxis eine Verlagerung von klinisch-therapeutischer zu präventiver Orientierung der Interventionsangebote zu beobachten. Hauptziele von Interventionsangeboten für Scheidungsfamilien sind demnach vermehrt Prävention, Konfliktverminderung und Kompetenzerhöhung (Fthenakis, Niesel & Griebel, 1997). Dabei geht es gemäss Schneewind (1999) immer weniger um die Behebung oder Verminderung manifester psychischer oder psychosomatischer Störungen sondern vermehrt um das Bereitstellen von Wissen, die Erweiterung von Handlungsmöglichkeiten sowie die Stärkung des Bewältigungspotentials des Einzelnen und der Familie (Griebel, 2001). Die Verarbeitung der Scheidung durch die Kinder verlangt nach Normalisierung im Sinne einer Destigmatisierung und Enttabuisierung; ebenso verlangt sie nach Klärung der Situation, der Auseinandersetzung mit der Erfahrung und den damit verknüpften Emotionen.

Aus diesen Anforderungen an Scheidungskinder, die auch als Entwicklungsaufgaben gesehen werden können, lassen sich Ziele für Interventionen ableiten: Förderung von Kommunikationsfertigkeiten, Erwerb von Konfliktlösefertigkeiten, Problemlösetechniken, Begegnen von Diskriminierung, Umgang mit Macht / Ohnmacht bzw. Abhängigkeit und Kontrolle, Wissenserwerb über Scheidung, über rechtliche Begriffe, über die Rollen der beteiligten Berufsgruppen (Griebel, 2001).

Die heute verbreitetsten spezifischen Hilfsangebote für Kinder sind die Individualtherapie in Form von Psychotherapie / Spieltherapie, die Mediation unter Einbezug der Kinder und die immer häufiger werdenden therapeutischen Gruppenangebote. Während in der Psychotherapie vermehrt die Stärkung des Kindes und dessen Verarbeitung der Scheidung und ihrer Auswirkungen im Zentrum stehen, sieht die Mediation mehr die Beratung, Vermittlung und Klärung der Situation zwischen den sich trennenden Eltern vor. Der Einbezug der Kinder in die Mediation ist noch umstritten, wird jedoch beim Einverständnis aller Parteien als hilfreich und bereichernd sowohl für die Eltern wie auch für die Kinder eingeschätzt. Die Stärke der Gruppenangebote liegt in der Geborgenheit der sozialen Gemeinschaft. Das Konzept baut darauf auf, dass neben der Familie auch Kontakte zu Freunden oder Gleichaltrigen für Kinder entwicklungsnotwendige und wichtige Ressourcen sind. In diesem Sinne kann die Gruppe ein Ort sein, an dem die Kinder – fernab von ihren streitenden Eltern – über ihre Sorgen sprechen können (Dorsten-Gnädig, 2003).

#### 3.3.1. Projekt Papillons – Gruppentherapie für Scheidungskinder

Da für Kinder in Trennungs- und Scheidungssituationen im Bezirk Horgen trotz ausgewiesenem Bedarf kaum ausreichende spezifische Beratungsangebote und vor allem keine entsprechenden Gruppentherapien bestehen, wird zur Zeit das Projekt Papillons gemeinsam mit dem Jugendsekretariat Horgen aufgebaut. Beim Projekt Papillons handelt es sich um eine zeitlich begrenzte Gruppentherapie für Kinder in Trennungs- und Scheidungssituationen. Die Gruppe besteht aus ca. 6-10 Kindern im Alter von 8-12 Jahren. Im Therapieprozess finden 10 Gruppensitzungen à 2 Stunden sowie zwei Elternabende statt. Die Gruppe wird von einem Psychotherapeutenpaar (Herr Dr. phil. M. Hilber und Frau lic. phil. M. Trutman) geleitet, was Mädchen und Knaben gleichermaßen Identifikationsmöglichkeiten bietet. In den Gruppensitzungen wird mit verschiedenen Ausdrucksformen gearbeitet. Mittels Gesprächen aber auch Malen, Imaginieren, Rollenspiel, Psychodrama oder sonst einer kreativen Ausdrucksweise sollen die Kinder an ihre eigenen Erlebnisse und Erfahrungen herangeführt werden, diese wahrnehmen und verstehen lernen. Sie sollen erleben, dass sie nicht alleine sind, denn es gibt andere Kinder, denen es ähnlich geht. Die Kinder sollen unterstützt werden, die Trennung ihrer Eltern anzunehmen und allmählich ein realistisches Bild der veränderten Verhältnisse zu entwickeln. Auch soll ihnen geholfen werden ihre Verunsicherung zu überwinden und konstruktiv mit der veränderten Familiensituation umzugehen.

Dank Beiträgen von verschiedenen Seiten wird das Projekt am 28.10.2003 beginnen können. Je nach Erfolg und Möglichkeit soll das Projekt weitergeführt werden.

#### 4. Schlusswort

Aufgrund steigender Scheidungsraten wird es immer wichtiger, sich mit dem Thema Trennung / Scheidung und deren Folgen für die Kinder auseinanderzusetzen. Das Wissen um das innere Erleben der Kinder hilft uns, die Reaktions- und Handlungsweisen besser zu verstehen und ermöglicht uns selbst helfend einzugreifen. Kinder und ihre Familien benötigen eine Begleitung durch die schwierige

Zeit. Dies braucht jedoch nicht immer in Form einer Therapie zu sein. Immer mehr wird auch versucht, die positiven Kräfte der Familie – in Form von Beratung und Vermittlung zwischen den Eltern sowie Aufklärung, Begleitung und Förderung der Selbstheilungskräfte betroffener Kinder – zu aktivieren. Allgemein ist Scheidung nicht nur ein Thema der Familie, sondern auch eines der Gesellschaft. Die Enttabuisierung des Themas ‚Scheidung‘ in der Gesellschaft soll Kindern ermöglichen, aus ihrer Sprachlosigkeit herauszutreten. An uns liegt es nun diese Stimmen wahrzunehmen und sie verstehen zu lernen.

Wanda Scheidegger, SPD Bezirk Horgen, im September 2003

#### Regionale Hilfsangebote

Schulpsychologischer Dienst des Bezirkes Horgen, Alte Landstr. 26, 8810 Horgen

Jugendsekretariat Bezirk Horgen, Bahnhofstrasse 6, 8810 Horgen

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst Horgen, Bahnhofstr. 6, 8810 Horgen

Interkonnektionelle Partner-, Ehe- und Familienberatungsstelle im Bezirk Horgen, Gotthardstrasse 36, 8801 Thalwil

Projekt Papillons – Gruppentherapie für Scheidungskinder, SPD und Jugendsekretariat Bezirk Horgen, Alte Landstrasse 26, 8810 Horgen

Gruppe für alleinerziehende Eltern, Kleinkindberatung, Jugendsekretariat Bezirk Horgen, Bahnhofstrasse 6, 8810 Horgen

#### Informationen

##### Internet:

<http://www.scheidungskinder.de>

<http://www.trialog.ch>

#### Buchtipps für Kinder

Balscheit-von Sauberzweig, P. et al. (2000). Scheidung. Meine Eltern trennen sich. Zürich: pro juventute.

Brown, L. & Brown M. (1995). Scheidung auf Dinosaurisch. Hamburg: Carlsen.

Maar, N.(1993). Papa wohnt jetzt in der Heinrichstrasse. Verlag Modus Vivendi.

Pfleger, A. Die zweigeteilte Anna.

Spangenberg, B. (2002). Märchen helfen Scheidungskinder. Wie Kinder die Trennung ihrer Eltern besser akzeptieren. Herder.

#### Buchtipps für Eltern

Balscheit-von Sauberzweig, P. et al. (2000). Scheidung. Was tun wir für unsere Kinder. Zürich: pro juventute.

Swan-Jackson, Alys (1998). Zwischen den Stühlen. Wie Jugendliche mit der Scheidung ihrer Eltern klarkommen. Freiburg/Wien: Kerle im Verlag Herder.

#### Literaturliste

Beal, E. & Hochmann, G.(1992). Wenn Scheidungskinder erwachsen sind. Psychische Spätfolgen der Trennung. Frankfurt am Main: Wolfgang Krüger.

Erziehungsberatungsstelle Spiez (2003). Scheidungskinder in Kindergarten und Schule.

Fthenakis, W., Niesel, R. & Griebel, W. (1997). Scheidung als Reorganisationsprozess: Interventionsansätze für Kinder und Eltern. In: Menne, K., Schilling, H. & Weber, M. (Hrsg.). Kinder im Scheidungskonflikt: Beratung von Kindern und Eltern bei Trennung und Scheidung (S. 261-289). Weinheim: Juventa, 1993, 2. Auflage 1997.

Griebel, W. (2001). Bewältigungshilfen für Scheidungskinder: Von der Individualtherapie zu Gruppenangeboten. Beitrag zu 2.

Münchner Tagung für Familienpsychologie „Familien heute: Herausforderungen an Partnerschaft und Elternschaft“. München.

Kodjoe, U. (2001). Die feindselige Ablehnung eines Elternteils durch sein Kind. In: Bäuerle, S. & Moll-Strobel, H. (Hrsg.). Eltern sägen ihr Kind entzwei. Donauwörth: Auer.

Kodjoe, U. (1997). Scheidung aus der Sicht der Kinder. Vortragsmanuskript. Hofstatt in Gipf-Oberfrick.

Largo, M. & Czernin, M. (2003). Glückliche Scheidungskinder: Worauf kommt es an? Tagung. Scheidungskinder – Trennung und wie Kinder damit fertig werden. Kinderspital Zürich.

Pfleger, A. (2003). Wie Kinder die Trennung ihrer Eltern erleben.  
Internet: [www.Medwell24.at](http://www.Medwell24.at).

Rosenthal-Rabner, M. (2003) „Familien, Eltern, Trennung... und ich“- Einblicke in kindliche Erlebensräume. Tagung Scheidungskinder – Trennung und wie Kinder damit fertig werden. Kinderspital Zürich.

Schneewind, K. (1999). Familienpsychologie. Stuttgart: Kohlhammer, 2. Aufl.

Stover, J. (2003). Scheidungskinder. Hilfe im Umgang mit Jugendlichen deren Eltern geschieden oder getrennt sind. Internet: [www.stover.de/scheidung.htm](http://www.stover.de/scheidung.htm).

Von Boch-Galhau (2001). Trennung und Scheidung im Hinblick auf die Kinder und die Auswirkungen auf das Erwachsenenleben unter besonderer Berücksichtigung des Parental Alienation Syndrome (PAS). In: Bäuerle, S. & Moll-Strobel, H. (Hrsg.). Eltern sägen ihr Kind entzwei. Donauwörth: Auer.

Von Dorsten-Gnädig, I. (2003). Scheidungskinder-Gruppe. Internet: [www.zif-online.de/ueberblick/gruppe\\_b.htm](http://www.zif-online.de/ueberblick/gruppe_b.htm).

8