



Herausforderung für Trennungspare

Entfremdungs-Syndrome bei Scheidungskindern
 Marcel Hofmann*

Kinder entwickeln sich gut, wenn sie geliebt, geachtet und beachtet werden. Liebe, Beachtung und Achtung erhalten sie in den wichtigsten Entwicklungsphasen von ihren Eltern. Ein Kind liebt seine Eltern unabhängig von den äusseren Umständen. Fehlt ein Elternteil im Alltag, kann das zu Mangel an Zuwendung führen. Dann ist es wichtig, dass der fehlende Elternteil vom Verbleibenden beim Kind nicht schlecht gemacht wird.

Die folgenden Ausführungen setzen sich mit der Situation der Kinder auseinander und bilden keine Bewertung über die Situation von Paaren, die sich auseinander geliebt haben. Oft ist eine Scheidung für die Kinder die bessere Lösung, als wenn Eltern in Hass beieinander bleiben.

Warum für eine gesunde Entwicklung der Kinder in jedem Fall beide Eltern wichtig sind – also auch der Vater! Vater und Mutter, mit ihren je unterschiedlichen Geschlechterrollen, Genen, Persönlichkeits-Anteilen und Handlungsweisen, mit

ihren Begabungen und Schwächen, repräsentieren sich von der Verschmelzung von Ei- und Samenzelle an ihrem gemeinsamen Kind. Das Kind trägt beide in sich. Das Kind bekommt seine Struktur und Substanz, seine «Essenz» von beiden Eltern. Das Kind ist von seiner Zeugung an ein Pol in der Dreiecksbeziehung von Mutter, Vater und Kind und nicht wie früher angenommen wurde, eine Zweierbeziehung zwischen Mutter und Kind. Bereits während der Schwangerschaft nimmt das Kind unter anderem über die Regungen der Mutter und die Stimme des Vater seinen Vater wahr und erlebt sich im Zusammenspiel zwischen Vater und Mutter. In den ersten Lebensmonaten ist die liebevolle, nährnde, Sicherheit gebende und bestätigende Symbiose (dauerndes Zusammenleben) Mutter-Kind noch vorrangig.

Die Mutter vermag aber ihre Funktion in dieser Symbiose um so besser erfüllen, je sicherer und eingespielter sie im Kontakt mit dem Vater



*Ausbildungsleiter Autosuggestion-, Coué-Trainer, Ausbildung (ACTA)



des Kindes lebt. Bald aber beginnt sich das Kind ganz natürlich etwas von der Mutter weg zu entwickeln, sich zu lösen – und dazu braucht es ganz wesentlich seinen Vater. Normalerweise sind beide Elternteile mit den natürlichen Fähigkeiten ausgestattet, um ihrem Kind Mutter oder Vater sein zu können. Das kann durch keinen anderen, z.B. Zweitpartner, ersetzt werden.

12

Durch eine Trennung oder Scheidung verändert die Familie zwar ihre Gestalt. Besonders für das Kind bleibt aber die Ursprungsfamilie vor allem auf der Beziehungsebene dennoch, wenn auch verändert, erhalten. Das Kind braucht seine beiden Elternteile und will Vater und Mutter auch nach der Trennung als Paar lieben dürfen. Das gilt auch bei einer Wieder-Verheiratung der Eltern mit anderen Partnern und bei Adoptionen. Darum werden bei Adoptionen heute die leiblichen Eltern, wenn möglich auch nicht mehr vor ihren Kindern «verheimlicht» und «versteckt». Auch Kinder, die bei sehr kurzen Beziehungen gezeugt wurden, sollten ihre Eltern kennen und lieben können.

Entfremdung und Kontaktabbruch zwischen Eltern und Kindern bei Trennung Scheidung

Bei fehlendem oder abwesendem Vater bleibt das Kind in der Regel buchstäblich an der Mutter hängen, jedoch mit nachteiligen Folgen für die Persönlichkeits-Entwicklung,

Individuation, Ablösung und Autonomie. Daraus können im Erwachsenenalter Angst-Neurosen, Süchte, Essstörungen usw. entstehen. Dem Kind fehlt das Erleben zwischen ihm und dem Vater, aber auch zwischen der Mutter und dem Vater in der Dreiecks-Beziehung. In einer eigenen späteren Ehe zieht die oder der Erwachsene sich dann häufig aus der Eltern- oder Partnerrolle zurück und überlässt das Kind dem andern. Vielleicht verfällt es selbst in eine Art «Kinderrolle», was wiederum zu schweren Partner-Konflikten führen kann. Auch für ihre Identitätsbildung benötigen Jungen und Mädchen Erfahrungen mit **Mutter und Vater** sowie deren interessierte Zuwendung, Liebe und gutem Vorbild. Kinder lernen sich mit dem gleichgeschlechtlichen Partner zu identifizieren und den Umgang mit dem eigenen und dem andern Geschlecht. Nur so entwickelt sich ein starkes, gesundes Selbstkonzept und Selbstwertgefühl sowie ein stabiles Beziehungs- und Bindungsverhalten.

Beim Verlust eines Elternteils wird das Selbst, die Struktur und der Kern eines Kindes tiefgreifend erschüttert. Das Kind fühlt sich wie zerbrochen. Es erlebt den Verlust eines Elternteils gegen sich gerichtet. Es fühlt sich schuldig im Sinne von: «Ich bin es nicht mehr wert, dass Mama/Papa bleibt.»

Etwas vom Schlimmsten, das einem Kind zustoßen kann, ist das langfristige oder endgültige Verschwinden eines Elternteils, also ein Beziehungsabbruch, verbunden mit dessen Abwertung durch den verbliebenen Elternteil.

Selbst der Tod des Vaters oder der Mutter ist für ein Kind vergleichsweise weniger schwer zu ertragen. Vor allem, wenn der verstorbene Elternteil in der Familie liebevoll geachtet



wird. Für das Kind bleiben Vater und Mutter lebenslang die geliebtesten Personen, was auch immer geschieht.

Das Eltern-Kinder-Entfremdungs-Syndrom

Bei diesem Syndrom setzt ein Elternteil – meist derjenige mit dem das Kind ständig zusammenlebt – das Kind unter Missbrauch seiner oft uneingeschränkten Einfluss- und Verfügungsmacht bewusst oder unbewusst durch negative Suggestionen einer gezielten negativen Beeinflussung (Abwertung, Verurteilung, Verwünschung usw.) in Bezug auf den andern Elternteil aus. Den Kindern wird die eigene Version der Ehe- oder Trennungsgeschichte verbal oder nonverbal, direkt oder indirekt etwa so vermittelt. *«Mami/Papi hat uns verlassen, uns belogen, uns betrogen – wir wollen nichts mehr mit ihr/ihm zu tun haben. Sie/er ist böse»* (lauter negative Suggestionen). Das Ziel ist es, die Liebe des Kindes zum andern Elternteil zu zerstören und diesen aus dem Leben des Kindes auszugrenzen. Kinder verstehen die Botschaft und nehmen den Auftrag an, sich die Gefühle von Enttäuschung, Wut, Misstrauen, Rache und Ablehnung zu Eigen zu machen, die ihnen vorgelebt, vorgegagt und vorgelitten werden. Das Kind gerät in einen unglaublich schmerzhaften Loyalitäts- und Gefühlskonflikt: Einerseits liebt es den über es verfügenden Elternteil, mit dem es zusammenlebt und stimmt aus einem Abhängigkeits-Gefühl dessen Verwünschungen und Manipulationen zu, damit es nicht auch noch die Liebe und den Kontakt dieses Elternteils verliert. Andererseits liebt und braucht es den verwunschenen Elternteil dringend. Das Kind ist innerlich gespalten. Es übernimmt in der Regel die negativen Gefühle des Elternteils – bei dem es wohnt und

gegenüber dem entfernten Elternteil – und macht sie zu seinen eigenen. Der unglaublich tiefe Schmerz des Kindes kann sich ganz unterschiedlich äussern: Verhaltens-Auffälligkeiten, Depressionen, Ängste, psychosomatische Symptome. Häufig unterbleibt eine Hilfe, weil die Signale von der Umwelt nicht registriert oder nicht richtig erfasst werden. In vielen Fällen verdrängt oder spaltet das Kind den Schmerz ab, um die Situation irgendwie auszuhalten. Man merkt dann von aussen nichts mehr. Es verstummt, passt sich an und «weint nach innen», ohne seine Not noch äussern zu können, sodass es auch nicht mehr gehört werden kann. Einem Teil der Scheidungskinder gelingt es nach ca. zwei Jahren, sich in die neue Situation zu integrieren. Dennoch muss etwa ein Drittel der Kinder mittel- oder langfristig eine erhebliche Beeinträchtigung der Entwicklung in Kauf nehmen. Im Erwachsenenleben tauchen dann diese Kinder oft mit körperlichen, psychischen und Verhaltens-Problemen in psychiatrischen und psychotherapeutischen Praxen und Kliniken auf.

Was ist zu tun?

Aufbauende, positive Suggestionen

Aufbauende Suggestionen sind dort am nötigsten, wo Not ist! Eltern, deren Differenzen in der Ehe nicht mehr zu ertragen sind, sich trennen oder sich scheiden lassen, dürfen bei noch so grossem Hass oder grosser Wut aufeinander den Partner beim Kind in keinem Fall durch negative Suggestionen abwerten,



13

nicht schlecht machen, nicht verurteilen. Die Achtung und Liebe des Kindes zu beiden Elternteilen und umgekehrt muss erhalten bleiben. In der Praxis bedeutet das eine enorme Herausforderung für Trennungspaare.

In einer Situation, in der Ärger, Kränkung, Wut, Angst und Rachegefühle vorherrschen, soll die Unterscheidung von Paarebene und Elternebene möglich sein. Genau das ist zu leisten, wenn der Mutter und dem Vater das Wohl der gemeinsamen Kinder wichtig ist und nicht nur eigennützige Motive. Auto-suggestion der Eltern: «*Mein Ex-Mann, meine Ex-Frau mögen mir als Partner noch so zuwider sein, für das Kind sind sie als Vater oder Mutter einmalig und unersetzbar*». Das Kind braucht beide und will in der Tiefe seines Herzens auch beide als Paar lieben und die bestehende Bindung zu ihnen aufrecht halten – auch nach der Trennung. Keiner der Elternteile darf das Kind gegen den andern Elternteil aufhetzen oder diesen beim Kind schlecht machen. Die Liebe und Achtung des Kindes zum andern Elternteil darf nicht zerstört werden – auch nicht mit nebenbei fallengelassenen abschätzigen Bemerkungen oder Gesten gegenüber dem andern Elternteil.

Der direkte Kontakt durch den abwesenden Elternteil soll beim Säugling und Kleinkind in möglichst kurzen Abständen (ideal sind tägliche Kontakte mit nahen Wohnorten der Eltern) geschehen. Das Kleinkind hat kein Zeitgefühl. Jeder längere Kontakt-Unter-



liebe zu den Kindern
Herausforderung für Trennungspaare

bruch erlebt das Kleinkind als eine Ewigkeit und damit immer wieder als endgültiger Verlust des gegangenen Elternteils. Auch mit grösseren Kindern soll der Kontakt regelmässig aufrecht erhalten bleiben. Was kann ein zurückgewiesener Elternteil tun? Er versichert seinem Kind seine gleichbleibende Liebe und Zuneigung: «*Ich bin immer für dich da, wenn du mich brauchst*.» Für das Kind ist es auch wichtig, dass verzerrt dargestellte Ereignisse richtig gestellt werden – ohne den andern Elternteil zu verunglimpfen. Die einfache objektive Richtigstellung genügt. Wichtig sind darüber hinaus stärkende, aufbauende allgemeine und spezifische Suggestionen für das Kind. Von Bedeutung ist auch, dem Kind zuzuhören, ohne gleich zu jeder Mitteilung einen Kommentar oder eine Richtigstellung, Besserwisseri und Nörgelei von sich zu geben. Behandle es wie ein gut befreundeter Erwachsener; akzeptiere seine einmalige Persönlichkeit, auch wenn sie nicht deiner Norm entspricht. Sei tolerant zum Andersartigen, zur Persönlichkeit und Eigenheit des Kindes.

Was tun, wenn das Kind einen Elternteil ablehnt? Geduld haben, das Kind ernst nehmen und ihm versichern: «*Ich liebe dich, in bin dein Vater/deine Mutter. Es ist mir wichtig, für dich da zu sein und dich in dem Grosswerden zu begleiten*.»

Was tun, wenn sich das Kind respektlos verhält? Wichtig: Ruhig bleiben. Achtungslosigkeit grundsätzlich nicht einfach so hinnehmen, sondern ruhig und sicher Grenzen setzen und gegenseitige Achtung einholen: «*Ich beschimpfe dich nicht und möchte nicht, dass du so mit mir sprichst*.» Flexibel sein. Wichtig ist, die Kinder in die eigenen Gedankengänge einzubeziehen und sie immer



wieder nach ihren eigenen Bedürfnissen zu fragen. Dem Alter entsprechend dem Autonomie-Bestrebem der Kinder Rechnung tragen. Bei starkem Widerstand bleibt oft nur das geduldige Abwarten.

Eine Hilfe ist, sich bewusst zu sein, dass **jede Suggestion – auch wenn sie im Moment abgelehnt wird – sich im Unbewussten des Kindes festsetzt und von dort aus wirkt.**

Deshalb sind die aufbauenden Suggestionen so wichtig. Abwertende Worte und Sätze sollen selbst im grössten äusseren oder seelischen Stress vermieden werden.

Als Elternteil gilt es, für das Kind «Da-Sein», ihm Wärme, Liebe, Geborgenheit und Wertschätzung zu vermitteln. Das Kind mit all seinen Schwächen und seelischen Schmerzen annehmen. Ehrlichkeit und Vertrauen ausstrahlen. Vorsichtig in der Themen- und Wortwahl, aber auch in der Ausdrucksweise sein. Ermutigung und Unterstützung geben, aktiv zuhören, humorvoll sein, sich nicht von der Aggressivität des Kindes betroffen fühlen. Das Kind mit Rat und Informationen unterstützen.

Als Aussenstehende können wir Kindern von getrennten Eltern wirkungsvoll helfen, wenn wir Alleinerziehende mit unserer Zuwendung und Worten in ihrem Selbstwertgefühl und in ihrem Zukunftsglauben unterstützen. Wenn solche Menschen mehr Lebensenergie haben und spüren, dass es um sie herum viele Menschen gibt, die ihnen gut gesinnt sind, fällt es ihnen leichter, sich mit ihrem



liebe zu den Kindern
Herausforderung für Trennungspaare

ehe-maligen Partner soweit zu versöhnen, dass sie dessen Achtung beim gemeinsamen Kind erhalten können.

Weiterführende Literatur (Erscheinungsjahr 2001)

- «Eltern sägen ihre Kinder entzwei: Trennungserfahrungen und Entfremdung von einem Elternteil». Auer Verlag
- «Das elterliche Entfremdungssyndrom; Anregungen für gerichtliche Sorge- und Umstandsregelungen». VWB Verlag

Worterklärungen

- psycho** seelisch; griechisch Psyche: Lebensodem, Lebenskraft
- somatisch** leiblich, körperlich; griechisch soma: Körper
- Syndrom** Zusammentreffen mehrerer für sich allein uncharakteristischer Anzeichen eines Krankheitsbildes; griechisch Syndrome: Zusammenlauf
- Symptom** Anzeichen, Merkmale; griechisch symptoma: Zusammenfallen

Das **Leben** selbst ist eine gute **Therapie**.