



TRENNUNGSVÄTER

TRENNUNGSVÄTER

das Leben nicht abreißen lassen ...

männerarbeit

**Institut für Kirche und Gesellschaft
der Evangelischen Kirche von Westfalen**

Haus Villigst
Iserlohner Straße 25
58239 Schwerte
Telefon: 0 23 04 / 755 - 373
e-mail: vaterkindagentur@kircheundgesellschaft.de
www.maennerarbeit-westfalen.de
www.kircheundgesellschaft.de

Mitarbeitendenverzeichnis

Georg Behse
Prof. Dr. Florian Gerlach
Jürgen Haas
Ralf Höffken
Dr. Kristin Junga
Dieter Rothardt
Maike Siebold
Björn Süfke

Konzeption und Gestaltung

www.beckdesign.de

gefördert vom: **Ministerium für Familie, Kinder
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen**



ZU ALLER ERST

„...das Leben nicht abreißen lassen.“

- dieses Motto stand am Anfang unserer Angebote für Väter und Kinder. Die Idee war: Vätern gemeinsame Zeit mit den Kindern zu ermöglichen und Raum zu geben für den Erfahrungsaustausch von Vätern untereinander. Das Ziel war: Vätern Orientierung in den Veränderungen von Frauen- und Männerrollen zu bieten und sie zu ermutigen, die Vaterrolle aktiv auszufüllen. Auf diese Weise wurden viele Begegnungen möglich. In den Gesprächen tauchte immer wieder ein Thema auf, das Männer, wenn sie betroffen sind, nachhaltig bewegt: „Was wird aus meiner Vaterrolle, wenn meine Partnerin und ich uns trennen?“ Das Thema Vater-Sein in Trennungssituationen hat viele Aspekte: Die Seele ist erschüttert, rechtliche Fragen sind zu klären, Orientierung und Ermutigung sind nötig, um die Veränderungen gestalten zu können. Deshalb haben wir uns entschlossen, diesen Ratgeber zu schreiben. „Das Leben nicht abreißen lassen!“ - haben wir ihn überschrieben. Er will dazu einladen, in der schwierigen Phase einer Trennung und in der Zeit danach aktiv als Vater für die Kinder da zu sein.

Zu danken ist allen, die an diesem Ratgeber mitgedacht und mitgeschrieben haben. Ihre Erfahrungen, ihre Sichtweisen und ihre Fachkenntnisse haben dazu beigetragen, die Vielschichtigkeit von Trennungssituationen sichtbar zu machen. Das Kapitel „Trennungsväter und Recht“ hat Prof. Dr. Florian Gerlach beigesteuert und in der Gefühlswelt einer Trennungssituation reflektiert Björn Süfke seine Beratungserfahrungen im Kapitel „Trennungsväter und Gefühle“. Besonderer Dank gilt dem Ministerium für Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen, das durch seine Förderung die Entstehung dieses Ratgebers erst möglich gemacht hat.

Ich wünsche allen Trennungsvätern, dass ihnen dieser Ratgeber eine gute Hilfe sein wird.

Dieter Rothardt

Dieter Rothardt

Landesmännerpfarrer der Evangelischen Kirche von Westfalen

Brüche und Chancen

BRÜCHE SIND NORMALITÄT

Das Leben verläuft nicht immer geradeaus,
weder im Beruf, im Alltag und auch nicht in der Ehe..... 06 - 07

THAT'S MY WAY

Jede Trennung verläuft anders. Wie es gehen kann,
dass es nicht immer im Streit enden muss, zeigt unser
Beispiel eines Trennungsvaters.....08 - 09

TRENNUNG IN ZAHLEN

Hier finden Sie ein paar interessante Daten zum Thema
Ehe und Scheidung und deren Entwicklung in den
letzten Jahren 10

DEN WEG ZUM JUGENDAMT NICHT SCHEUEN

Gemeinsam mit dem Jugendamt nach Lösungen suchen,
die gut für die Kinder sind 11

Trennungsväter und Gefühle

KLEINE HILFEN FÜR DEN UMGANG MIT SCHWIERIGEN GEFÜHLEN

Die Gefühle, die ein Trennungsvater nach dem Ende der Partner-
schaft haben kann, sind mannigfaltig. Wir haben einmal
die stärksten herausgearbeitet und durchleuchtet..... 12 - 21

Kinder und Väter

WENN DEINE KINDER UNSERE KINDER WERDEN

Das Leben im Patchwork ist nicht einfach.
Ein Bericht beschreibt, was man bedenken sollte
und wie man mögliche Fallstricke meistern kann 22 - 24

GEMEINSAME ZEIT MIT DEN KINDERN

Die gemeinsame Zeit mit den Kindern sollte gut geplant,
abgesprochen und gelebt werden 25 - 28

KINDER BRAUCHEN VÄTER

Wir haben an dieser Stelle ein paar gute Gründe
zusammengefasst, warum Trennungsväter sich um
Ihre Kinder kümmern wollen 29

Trennungsväter und Recht

ANTWORTEN AUF RECHTLICHE FRAGEN

Neben den Rechtsfragen zur Vaterschaft und den
finanziellen Regelungen geht es in dem Kapitel auch
um die Rechte und Pflichten gegenüber dem Kind..... 30 - 42

Hilfen und Adressen

BERATUNGSSTELLEN, INTERNETADRESSEN UND FACHLITERATUR ...

Eine Sammlung von weiterführenden Literaturtipps,
wichtigen Adressen von Beratungsstellen und hilfreichen
Links zu interessanten Seiten im Internet 45 - 47

TRENNUNGSVÄTER

das Leben nicht abreißen lassen ...



Es gibt viele Arten von Trennungsvätern. Da sind auf der einen Seite die, die ihrer Erziehungsverantwortung gerecht werden, weil sie dazu den Willen, die Möglichkeit und die Befähigung haben. Sie kümmern sich um ihre Kinder und nehmen aktiv an deren Leben teil. So ist der Idealfall. Dann gibt es Trennungsväter, die in ihrer Rolle noch unsicher sind und dazulernen wollen, um richtig gute Väter zu werden. Und es gibt Trennungsväter, die ihre Erziehungsverantwortung gerne wahrnehmen würden.

Unser Ratgeber soll all diesen Trennungsvätern helfen sich in ihrer „ungewohnten Rolle“ zurecht zu finden. Er soll ihnen Mut machen, die Situation anzunehmen, sie zu meistern und möglichst gemeinsam mit ihren Kindern die Zukunft zu gestalten. Kinder brauchen ihren Vater - genauso wie ihre Mutter.

Trennungsväter, die das Wohl ihrer Kinder fest im Blick haben, werden es schaffen, gute Väter zu bleiben oder zu werden. Liebe, Anerkennung und dauerhafte Gefühlsbindungen werden sich selbst in komplizierten familiären Beziehungen entfalten können.

Wir hoffen, dass sich immer mehr Trennungsväter, trotz aller Schmerzen und Verletzungen, die eine Trennung verursachen kann, ihre Erziehungsverantwortung wahrnehmen und für ihre Kinder da sind.



Brüche und Chancen

BRÜCHE SIND NORMALITÄT

In der Vergangenheit war die Ehe eine Institution, die Familie ein festes Gebinde und Scheidung nur selten ein Thema. Und im Fall einer Scheidung haben zumeist die Männer ihre Frauen verlassen.

Seit gut 20 Jahren haben sich die Dinge gewaltig verändert. Ehen werden immer häufiger geschieden - beinahe jede zweite Ehe ist heute davon betroffen (aktuell ist die Entwicklung leicht rückläufig). Die Zahl der nichtehelichen Partnerschaften ist stetig größer geworden, aber auch hier ist eine hohe Trennungsquote anzunehmen. Und immer öfter sind es die Frauen, die die Beziehung beenden.

Die Gründe, warum sich Paare heute schneller trennen als in der Vergangenheit, sind vielfältig. Zum einen ist hier neben der Vereinfachung der Scheidungsgesetze vorrangig die gesellschaftliche Stellung der Frau zu nennen: Frauen sind heute eigenständig und immer häufiger wirtschaftlich unabhängig von ihrem Partner. Zum anderen ist die Scheidung kein gesellschaftlicher Makel mehr.

Für beide Partner ist die Trennungsphase in der Regel eine lange und harte Zeit und es dauert, bis sie für sich einen erträglichen Weg zurück in den Alltag finden.

Solche Brüche im Lebenslauf sind mittlerweile Normalität geworden: Der Ex-Außenminister Joschka Fischer ist fünfmal verheiratet, die Lichtgestalt des deutschen Fußballs, Franz Beckenbauer, heiratete 2006 zum dritten Mal und die ehemalige Landesbischöfin der Evangelisch-lutherischen Landeskirche von Hannover, Margot Käßmann, hat sich 2007 von ihrem Mann scheiden lassen.

In einigen großen deutschen Städten gibt es sogar Veranstalter, die organisieren so genannte Scheidungspartys. Dabei zelebrieren Mann und Frau öffentlich ihre Trennung: sie legen die Ringe ab und verstehen den Akt als einen feierlichen Neubeginn. Diese Form der Trennung ist sicherlich eine besonders ungewöhnliche Art und Weise, aber sie zeigt, dass eine Scheidung nicht das Lebensende ist, sondern nur das Ende einer Lebensphase - und manchmal ist es der Start in eine glücklichere Zeit.

THAT'S MY WAY

Erlebnis eines Trennungsvaters

Den Respekt nicht verlieren

„Ach, das habe ich nicht gewusst.“ Meine Bekannte schaut mich an, als hätte ich gerade eine schwere Krankheit oder den Tod eines Familienmitglieds bekannt gegeben. Dabei habe ich nur mitgeteilt, dass sich meine Frau und ich in diesem Sommer getrennt haben und ich jetzt nicht mehr jeden Tag mit Frau und Kindern zusammen wohne.

Überall mitleidvolle Gesichter, die mich anschauen, als könne es mir doch gerade nur total schlecht gehen. Ich fühle mich stigmatisiert, nein nicht als „schlechter“ Mensch, aber doch als „leidender“ Mensch, der damit nicht mehr zu den „normalen“ Familienmensen gehört. Ich stelle mir vor, dass meine drei Kinder mit den gleichen Mitleidsminen angesehen werden und wie sehr sie dann in diese Leidensfalle geraten und sich damit identifizieren: Trennungskinder, die doch nun eigentlich nicht mehr fröhlich sein können. Das geht doch gar nicht, dass die Kinder von Trennungsfamilien lachen können. Ich meine: doch! Das geht!

Besonders interessant wird es, wenn die moralischen Vorwürfe kommen: Hast du eine andere? Du hast doch deiner Frau die Treue versprochen. Weißt du, was du deinen Kindern damit antust?

Sicher, das Treueversprechen bei unserer Hochzeit war und ist mir wichtig. Und es ist mir nicht leicht gefallen, es außer Kraft zu setzen. Aber mir ist in den letzten Jahren klar geworden, dass ich etwas verändern musste. Dass das, was in den letzten Jahren passiert war, für mich nicht mehr ging – ich brauchte einen Neuanfang.



Es hat eine Weile gedauert, bis ich zu der Überzeugung kam, dass Trennung machbar ist und für alle Beteiligten, für Mann, Frau und Kinder so ablaufen kann, dass sie alle trotzdem auch glückliche und zufriedene Momente erleben können und nicht in tiefe Depression verfallen müssen. Die ersten Wochen stimmen mich zuversichtlich, dass es gehen wird.

Zugegeben, ich habe etwas verloren und das tut auch manchmal weh, aber die Liebe, die ich verloren habe, die habe ich nicht erst in diesem Sommer verloren, sondern schon vor 5 oder 6 Jahren – trotz einiger Versuche, trotz mancher Hoffnung, trotz einiger besserer Tage, die auch noch gekommen sind, kam diese Liebe nicht mehr so richtig zurück, war schließlich ganz weg.

Und jetzt? Jetzt geht es darum, ein „Familienleben“ für die drei schon jugendlichen Kinder mit zwei Wohnorten zu organisieren und zwar so, dass sie spüren, dass beide – Mutter und Vater – für sie da sind, dass sie von beiden geliebt werden.

Wie das geht? Ganz wichtig ist zunächst, dass meine bisherige Frau und ich uns auf Augenhöhe und mit dem nötigen Respekt begegnen. Ein Respekt, der daher kommen kann, dass wir uns doch mal geliebt haben. Und dieser respektvolle und höfliche Umgang ist genauso ein Geschenk wie die Liebe, die uns früher mal verbunden hat. Unsere Kinder, sie sollen diesen Respekt spüren, sie sollen spüren, dass wir nicht schlecht über unsere frühere Partnerin/Partner sprechen. So bekommen sie auch nicht das Gefühl, dass wir über sie schlecht sprechen könnten. Ich gönne ihnen schöne Momente mit der Mutter, so wie ich gerne selbst schöne Momente mit ihnen erleben möchte, die von meiner Noch-Frau fair begleitet und ermöglicht werden.

Na ja, es ist noch nicht lange, aber die ersten Monate sind hoffnungsvoll verlaufen. Um das noch mal nachzuschieben; Ich glaube schon an die Chance der Liebe, die wir auch für weit mehr als 10 Jahren erlebt haben. Ich weiß von Paaren, die sich einen Rosenkrieg leisten, aber ich glaube an die Möglichkeit der respektvollen Trennung, die es mir ermöglicht, weiter ein fürsorglicher Vater für meine Kinder zu sein.



TRENNUNG IN ZAHLEN



Von einer Scheidung sind häufig nicht nur die Ehepartner, sondern auch deren minderjährige Kinder betroffen. Knapp die Hälfte der geschiedenen Ehepartner hatte Kinder unter 18 Jahren. Insgesamt erlebten deutschlandweit rund 145.700 minderjährige Kinder im Jahr 2009 die Scheidung ihrer Eltern. Das waren zwar 3% weniger als im Vorjahr aber 1,3% mehr als noch 1999.

Neben Familienformen, bei denen sich zwei Elternteile die Betreuung und Erziehung der Kinder teilen, gehören allein erziehende Mütter und Väter in Deutschland bereits zum Alltag. Im Jahr 2008 waren 43% der allein erziehenden Mütter und 42% der allein erziehenden Väter in Deutschland geschieden.

Frauen und Männer im mittleren Lebensalter werden am häufigsten infolge einer Scheidung zu Alleinerziehenden. 35% der allein erziehenden Frauen waren ledig, danach folgen die verheirateten, aber getrennt Lebenden (18%). Eine geringe Rolle spielten die Verwitweten mit 4%. Anders die Reihenfolge bei allein erziehenden Männern: Hier lagen die (noch) verhei-

rateten, aber in Trennung Lebenden mit einem Anteil von 27% an zweiter Stelle, gefolgt von den Ledigen mit 21% und den Verwitweten mit 10%.

2008 betreute mehr als die Hälfte (56%) der allein erziehenden Väter Kinder im Alter von 10 bis 14 Jahren. Allein erziehende Mütter versorgten deutlich seltener Kinder dieses Alters (39%). Sie waren häufiger für jüngere Kinder verantwortlich. So lebten bei 18% der allein erziehenden Mütter Kinder im Kleinkindalter von drei bis fünf Jahren. Nur 12% der allein erziehenden Väter betreuten Kleinkinder in dieser Altersgruppe. Insgesamt waren rund neun von zehn allein erziehende Frauen (91%). Kinder bleiben somit nach einer Trennung der Eltern in neun von zehn Fällen bei der Mutter.

Bei 77.000 der rund 82.300 Scheidungen im Jahr 2010 (94%), bei denen minderjährige Kinder betroffen waren, verblieb das Sorgerecht zunächst bei beiden Elternteilen, da weder Vater noch Mutter einen Antrag auf alleinige Sorge gestellt hatten. Im Jahr 2000, vor der rechtlichen Neuregelung des Sorgerechts, war dies

nur in sieben von zehn Scheidungen der Fall. Im Jahr 2010 wurde (wie im Jahr 2000) in 71% der strittigen Fälle der Mutter und in 7% (2000: 5%) dem Vater das alleinige Sorgerecht zugesprochen. In 20% der Fälle übertrug das Familiengericht 2010 trotz gegenteiligen Antrags das Sorgerecht beiden Elternteilen gemeinsam.

Von den Kindern unter 18 Jahren leben 1% mit einem allein erziehenden Vater, 15% mit einer allein erziehenden Mutter, 7% mit Eltern in einer Lebensgemeinschaft und 77% mit verheirateten Eltern.

Quellen: Statistisches Bundesamt: Frauen und Männer in verschiedenen Lebensphasen (2010), Wie leben Kinder in Deutschland? (2011), Familie, Lebensformen und Kinder (2011)

Patchworkfamilien gibt es in unterschiedlichen Zusammensetzungen: Das „neue“ Paar kann mit oder ohne Trauschein zusammenleben. Es können beide Kinder mit in die neue Beziehung bringen oder nur einer. Manchmal kommen weitere gemeinsame Kinder hinzu. Manchmal sind die Kinder eines Partners nur

DEN WEG ZUM JUGENDAMT NICHT SCHEUEN

am Wochenende und im Urlaub da. Deshalb lässt sich statistisch nicht genau erfassen, wie hoch die Zahl dieser Familien ist. Wenn 77% der Kinder unter 18 in einer Familie mit einem Ehepaar und 7 % in einer Familie mit einer Lebensgemeinschaft leben, steckt darin ein großer Teil „Patchwork“. Nach einer Einschätzung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend lebten 2010 in knapp 14 % aller Haushalte in Deutschland Kinder in Stiefamilien (Patchwork).

Quellen: Statistisches Bundesamt: Frauen und Männer in verschiedenen Lebensphasen (2010), Wie leben Kinder in Deutschland? (2011), Familie, Lebensformen und Kinder (2011)

Wenn sich eine Trennung abzeichnet sollten die Eltern oder gegebenenfalls auch Väter alleine beizeiten das Jugendamt aufsuchen. Die Beratung durch das Jugendamt ist kostenlos.

Bei der Scheidung wird die elterliche Sorge nur dann ausdrücklich geregelt, wenn es erforderlich ist. Bei der Entscheidung, ob eine Regelung erforderlich ist, spielt die Einschätzung des Jugendamtes eine wesentliche Rolle. Das Jugendamt versteht sich dabei als Anwalt des Kindes. Kommen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dort zu dem Schluss, dass die Eltern bei allem mit einer Trennung verbundenen Streit trotzdem das Wohl des Kindes im Blick haben, ist eine Sorgerechtsregelung nicht erforderlich und es bleibt bei der gemeinsamen Sorge.

Wenn ein Vater den Eindruck hat, das Jugendamt sei auf Seiten der Mutter, ist es wichtig sich klar zu machen, dass das Jugendamt sich selbst auf Seiten der Kinder sieht. Mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern dort nach Lösungen zu suchen, die gut für das Kind sind, hilft, eine Konfrontation mit dem Jugendamt zu vermeiden. Wichtig ist es, Kindern nur Entscheidungen zuzumuten, die sie Ihrem Alter entsprechend tragen können. Das Jugendamt wird mit den Eltern versuchen einen Rahmen abzustecken, in dem beide Elternteile ihre Elternschaft leben können und in dem das Kind sich gut zurechtfinden kann.

Dieses Selbstverständnis des Jugendamtes als Anwalt für das Kind reicht bis in die Verfahren vor dem Familiengericht. Das Jugendamt ist verfahrensbeteiligt und kann gegebenenfalls Urteile anfechten, wenn es der begründeten Auffassung ist, dass das Urteil nicht die optimale Lösung für das Kind bringt. Nicht zuletzt in solchen Situationen ist es wichtig, dass der Vater von Anfang an die Zusammenarbeit mit dem Jugendamt gesucht hat.



Trennungsväter *Trennungsväter* *und Gefühle* *und Gefühle*



KLEINE HILFEN FÜR DEN UMGANG MIT SCHWIERIGEN GEFÜHLEN

Im Folgenden möchte ich versuchen, zu beschreiben und auch mit Beispielen aus meiner Beratungstätigkeit mit Männern zu illustrieren, wie Gefühlslage von Vätern aussieht, die von ihren Kindern und ihrer Partnerin getrennt wurden oder sich getrennt haben. Was ich beitragen möchte, ist eine Strukturierung. Es ist mein Versuch, die Vielzahl von Gefühlen und Gedanken dieser Väter zu sortieren. Denn sehr viele Trennungsväter berichten, dass ihnen beständig eine Million verschiedener Emotionen, Gedankenketten und Impulse durch den Kopf jagen – häufig sogar Gefühle, die sich zu widersprechen scheinen! Dass sie auf diese Weise permanent hin- und hergerissen werden, dass sie keinen klaren Gedanken mehr fassen können und so letztlich handlungsunfähig werden. Ich weiß selbst: Das Sortieren ändert nichts an der Lage dieser Männer, es bringt die Familie nicht zurück. Aber es ist die Grundlage dafür, mit einer schwierigen Situation bestmöglich umgehen zu können und auch das Heft des Handelns, und zwar des durchaus gefühlsbezogenen Handelns, wieder in die Hand zu bekommen.

Schock

Am Anfang steht meist das Gefühl von Erschütterung; der Schock, den die Trennung für viele Männer darstellt. Einige sind geradezu verdattert, als sie von der Trennungsabsicht ihrer Frau erfahren, erleben die Entscheidung als völlig überraschend, aus heiterem Himmel kommend. Nun kann man sicherlich argumentieren, dass in den meisten Fällen einer Trennung der partnerschaftliche Himmel schon eine Weile so ganz heiter nicht mehr gewesen sein kann. Sicherlich haben viele Männer die Zeichen nicht erkannt oder nicht erkennen wollen. Das allerdings macht den Schock nicht geringer.

Trauer

Das elementare Gefühl, wenn man von geliebten Menschen getrennt/verlassen wird, ist Trauer. Wir alle wissen, was Trauer ist, sie braucht keine Illustration. Denn Trauer gilt weit- und weiterhin als „unmännlich“. Viele meiner Klienten sprechen im Zusammenhang mit Trauer – wenn sie denn überhaupt davon sprechen – von einem „negativen“ oder „schwachen“ Gefühl. Die Klassifizierung von Gefühlen wie Angst oder Trauer als „schwach“ lässt die Verinnerlichung

traditioneller Männlichkeitsvorstellungen erkennen: „Jungs weinen nicht, kennen keinen Schmerz, fürchten weder Tod noch Teufel. Und: Wer Schwäche zeigt, verliert!“ Ich wünsche allen Männern, die Trauer empfinden, dass sie diesen in der Kindheit gelernten und längst verinnerlichten Sätzen den inneren Riegel vorschieben können. Trauerbewältigung ist so schon schwer genug – auch ohne den zusätzlichen Ballast des Es-darf-nicht-sein!

Aus psychologischer Sicht grotesk ist die Kategorisierung von Trauer als „negativ“. Klar fühlt es sich nicht schön an, traurig zu sein. Aber jedes Gefühl hat seinen Sinn, hat sozusagen eine Hilfsfunktion für uns Menschen. So auch die Trauer. Sie zeigt uns beispielsweise, was uns im Leben besonders wichtig ist. Sie zeigt uns, wenn wir dieses Etwas verloren haben oder zu verlieren scheinen. So mancher Vater erkennt erst durch die intensive Trauer im Zuge einer Trennung, wie bedeutsam für ihn seine Kinder sind, wie sehr er sie eigentlich liebt, wie wichtig ihm ein wahrhaftiger Kontakt zu ihnen ist. Und viele der Männer, die diese Erkenntnis auf dem – zugegebenermaßen schmerzhaften – Weg der Trauer erlangen, sind im Anschluss

KLEINE HILFEN FÜR DEN UMGANG MIT SCHWIERIGEN GEFÜHLEN

daran die weitaus präsenteren und realeren und aktiveren Väter – selbst wenn sie zehn oder zwanzig Mal weniger Zeit mit ihren Kindern verbringen.

Einer meiner Klienten, der von seinen beiden Zwillingssöhnen ab deren 6. Lebensjahr getrennt lebte, formulierte es so: „Ich habe meinen Kindern bis zur Trennung nicht ein einziges Mal gesagt, dass ich sie liebe. Ich weiß nicht einmal, ob ich überhaupt wirklich gewusst habe, dass ich sie liebe. Zumindest nicht, wie sehr ... Aber jetzt sind sie 10 und ich bin 37 und ich sage es ihnen jedes Mal, wenn ich sie sehe.“

Erschwerend hinzu kommt, dass intensive Trauer noch immer sehr häufig mit „Depressivität“ oder sogar einer ärztlich und psychotherapeutisch zu behandelnden depressiven Erkrankung verwechselt wird! Ich möchte diesem Missverständnis ein etwas plakatives – und verkürztes – Erläuterungsbeispiel entgegenstellen: Trauer ist, wenn man abends mit Freunden ins Kino geht und einem mitten im Film die Tränen kommen, weil die Hauptfigur ihre Kinder umarmt. Oder bei einem Unfall sterben sieht. Oder einfach nur mit ihnen einkaufen geht. Trauer ist, wenn man schlucken muss,

weil die Freunde einen nach dem Film fragen, wie es einem so geht. Oder wenn einem zu guter Letzt schon wieder die Tränen kommen, weil man sieht, wie ein befreundetes Paar Arm in Arm zum Auto schlendert. Das alles ist Trauer. Sie kann tagelang dauern, wochenlang, manchmal – in sicherlich abnehmender Frequenz und Intensität – jahre- oder jahrzehntelang. Trauer ist menschlich in einer Trennungssituation sogar mehr als angemessen und gesundheitlich völlig unbedenklich. Im Gegenteil spricht eine aktive Trauerreaktion eher für eine intakte psychische Verfassung.

Depression hingegen ist, wenn man überhaupt nicht mehr mit Freunden ins Kino geht. Oder zum Fußball, zum Tanzen, zum Reden oder was auch immer. Wenn man lieber alleine vor dem Fernseher sitzen bleibt, um permanent Actionfilme, Verkaufsshows oder andere Sendungen zu sehen, die möglichst wenig mit Kindern, Partnerschaft, Liebe oder anderen wichtigen Dingen des Lebens zu tun haben. Depression ist, wenn man keinen Sinn mehr darin sieht zu duschen oder aufzuräumen oder sonst irgendetwas zu vollbringen. Depression ist, wenn man keinen Sinn mehr darin sieht, irgendwelche Beziehungen zu pflegen oder zu

knüpfen. Depression ist, wenn man keinen Sinn mehr darin sieht zu arbeiten, oder zu leben.

Die Depression ist also eher eine Flucht vor den Gefühlen als ein Versinken in ihnen.

Kennen Sie den Begriff „Trauerarbeit“? Mich hat er früher immer ziemlich verwirrt: Was soll denn an der Trauer „Arbeit“ sein? Ein paar eigene und dutzende therapeutisch begleiteter Trauerprozesse später weiß ich: Die Arbeit besteht darin, die beizeiten riesige Trauer auszuhalten!

Insofern ist das mit dem Trauern theoretisch recht einfach und entsprechend kurz und knapp darstellbar: Es geht darum, die Gefühle von Traurigkeit anzunehmen und zu ertragen, nicht vor ihnen wegzulaufen, egal wann, wo, wodurch und wie oft sie auftreten, zu welchen passenden oder – scheinbar – unpassenden Gelegenheiten, in welcher Häufigkeit oder Stärke. Das bedeutet nicht zwangsläufig, diese Trauergefühle stets und grundsätzlich nach außen zu bringen, also bei jedem Auftreten zu weinen, zu sprechen oder sonst irgendwie Trauer auszudrücken. Das wäre ja in der

Tat bei manchen Gelegenheiten eher unpassend: Wenn man mitten im Bewerbungsgespräch auf dem Schreibtisch des potentiellen neuen Chefs ein Familienfoto mit lachenden Kindern entdeckt, sollte man sich einfach zusammenreißen. Entscheidend ist, dass die Trauer innerlich zugelassen werden kann; im Inneren passiert die entscheidende Arbeit des Nicht-Verdrängens. Gespräche und andere Trauerausdrucksformen sind hilfreich, aber nicht derjenige, der viel weint, spricht und wahrnehmbar leidet, leistet automatisch die „bessere Trauerarbeit“.

Und ja, natürlich ist das hart, schmerzhaft, eben traurig. Aber was wäre die Alternative (gewesen)? Sie haben sich vor einiger Zeit auf eine Partnerschaft eingelassen, geliebt, sich emotional geöffnet. Dann haben Sie Kinder in die Welt gesetzt und sind eine – zumeist noch deutlich intensivere – Liebesbeziehung eingegangen, haben sich weiter geöffnet. So haben Sie – hoffentlich viel – Liebe, Anerkennung, Freude und vieles mehr bekommen. Aber Sie haben sich dadurch auch verletzt gemacht und für Tiefschläge und Trauer geöffnet. Eine „partielle Öffnung“, nur für das Angenehme, gibt es nicht.

Ärger

Über den Ärger muss sicherlich am wenigsten geschrieben werden, denn bei den meisten Männern, die eine schmerzhaft Trennung erlebt haben, ist er offensichtlich. Viele dieser Männer sind extrem ärgerlich auf die Mutter der gemeinsamen Kinder; und auch wenn es bei Gefühlen ja grundsätzlich kein „richtig“ oder „falsch“, kein „berechtigt“ oder „unberechtigt“ gibt, so wird man doch bei vielen Trennungsgeschichten nicht umhin können, diesen Ärger als „angemessen“ zu bezeichnen. Das gleiche gilt für den Ärger, den eine Vielzahl von Männern gegenüber Institutionen und Regelungen verspüren, die sie als parteiisch mit der Mutter wahrnehmen.

Hinzu kommt in manchen Fällen der Ärger auf die eigenen Kinder, etwa wenn diese den Kontakt zum Vater abbrechen oder ihm mit sehr ungerechten Vorwürfen entgegentreten. Dieser Ärger ist für viele Väter schwerer zu akzeptieren, da es ja gleichzeitig die große Liebe und starke Verbundenheit zu den Kindern gibt. Liebe und Ärger allerdings – das werden die meisten nicht erst nach Beendigung einer Beziehung merken – schließen sich nicht aus.

Für den Umgang mit Ärger brauchen Männer sicherlich am wenigsten Tipps, denn Ärger ist vielen Männern das vertrauteste Gefühl – vermutlich auch, weil es jenes Gefühl ist, welches Männern am ehesten zugestanden wird. Die meisten Männer haben daher im Laufe des Lebens relativ gute Ärger-Bewältigungsmechanismen ausgebildet. Sicher, manchmal schießt der eine oder andere Mann übers Ziel hinaus, aber meistens merkt er recht bald, dass er an dieser oder jener Stelle überzogen hat und kann korrigierend eingreifen. Ein Großteil männlicher Gewalt ist übrigens auch weniger Folge fehlgeleiteten und unkontrollierbaren Ärgers als Ausdruck von Hilflosigkeit sowie einer Unfähigkeit, mit dieser adäquat umzugehen.

Von daher nur zwei kurze Bemerkungen zum Thema „Ärger“: Tun Sie sich selbst den Gefallen und generalisieren Sie Ihren Ärger auf die Ex-Partnerin – so berechtigt er sein mag – nicht auf alle Frauen! Ich persönlich hasse es, wenn Frauen abwertende oder nicht-ernstzunehmende Kommentare über „die Männer im Allgemeinen“ machen – egal was sie im Einzelfall für Erfahrungen mit Männern gemacht haben. Andererseits finde ich es nicht weniger irritierend.

KLEINE HILFEN FÜR DEN UMGANG MIT SCHWIERIGEN GEFÜHLEN



Und was den Ärger auf die eigenen Kinder betrifft – etwa wenn diese sich ganz und gar auf die Seite der Mutter schlagen und jede Attacke gegen den Vater unterstützen –, so sollten Sie eines nie vergessen: Für Kinder, die ihre beiden Elternteile lieben und dann ohne eigenes Verschulden eine Trennung miterleben müssen, ist Parteilichkeit oftmals die einzige Rettung vor dem inneren Zerrissen-Werden.

Die größte Last tragen sicherlich diejenigen Männer, deren Ärger vor allem auf die eigene Person gerichtet ist. Sich selbst zu verzeihen, insbesondere Fehler, die sich als folgenschwer erwiesen haben, ist oft das Allerschwerste. In diesen Fällen sollten Sie sich vorstellen, wie Sie Ihrem besten Freund gegenüber treten würden, wenn dieser getan hätte, was Sie getan haben: Würden Sie ihm wirklich bei jeder sich bietenden Gelegenheit sein Fehlverhalten unter die Nase reiben?

Schuld

Wenn das Projekt „Familie“ nicht so geklappt hat wie es sich alle Beteiligten vorgestellt haben, dann wird das kaum ausschließlich an der Partnerin, den Schwiegereltern oder den Kindern gelegen haben. Auch der Vater wird einen großen, mittleren oder zumindest kleinen Anteil daran gehabt haben. Für Männer, die bei der Trennung eine aktive Rolle gespielt haben, ist der Umgang mit Schuldgefühlen eine besondere Herausforderung. Sie sehen sich mit einer Vielzahl von Vorwürfen konfrontiert. Und beizeiten stellen sich Selbstzweifel ein, ob der eingeschlagene Weg richtig ist: Hätte es nicht doch eine Alternative gegeben? War es richtig, zu gehen und so dem ständigen Streit ein Ende zu machen? Wäre es für die Kinder nicht doch besser gewesen, zusammen zu bleiben? Um den eigenen Weg gut weitergehen zu können und dabei im Kontakt mit den Kindern zu bleiben, ist es wichtig, die eigenen Schuldgefühle zu kennen. Schuld ist allerdings vermutlich jenes Gefühl, das am stärksten abgespalten, abgewehrt, verneint wird: Schuld sind dann immer die anderen, die Umstände, der Schiedsrichter. Oder aber es heißt ganz sanftmütig: „Es geht hier doch nicht um Schuld!“ Doch, tut es! Im Inneren von

jedem einzelnen von uns, geht es auch um Schuld!

Und zwar nicht nur um die Schuld der anderen, sondern auch und vor allem um die eigene. Das Gefühl von Schuld ist immer sehr subjektiv – objektive Schuld ist was für Anwälte und Gerichte! Aber dieses subjektive Schuldgefühl wird im Inneren auf quälende Weise präsent bleiben, so lange es nicht wahrgenommen und anerkannt wird. Solange man davor zu fliehen versucht. Ähnlich wie die Trauer muss also auch die Schuld zunächst akzeptiert werden, damit es letztlich einen guten Umgang damit geben kann.

Mit vielen Klienten, die sehr unter ihren Schuldgefühlen litten, habe ich buchstäblich einen Gerichtsprozess im Therapiezimmer initiiert. Mit einer „Anklageschrift“, also einer detaillierten und umfassenden Bestandsaufnahme der eigenen Vergehen, mit einem Plädoyer des Anklägers (diese Rolle übernimmt in der Regel der Klient, da er sie eh alltäglich ausfüllt), mit dem Plädoyer des Verteidigers (das kann oft der Therapeut gut übernehmen) und schließlich einem Urteil inklusive eventueller „gerichtlicher Auflagen“. Diese letzte Aufgabe kann natürlich dem Klienten nicht abgenommen werden, aber der Therapeut sollte – sozusagen als „Beisitzer“ – auf

die Verhältnismäßigkeit des Urteils achten. Bei einem Schuldspruch muss er mit dem Klienten zusammen die konkreten „gerichtlichen Auflagen“ bestimmen, wobei sich ein solches „therapeutisches Gericht“ grundsätzlich dadurch auszeichnet, dass es Maßnahmen bestimmt, die produktiv und zielgerichtet sind und die eine reale Wiedergutmachung oder zumindest ein „In-Zukunft-besser-Machen“ beinhalten.

Der Sinn eines solchen Verfahrens ist eine Strukturierung und innerliche Klärung: Statt dauerhafter, beständiger und diffuser Schuldgefühle soll eine konstruktive Auseinandersetzung mit den eigenen Verfehlungen erfolgen, mit der Möglichkeit zu einer effektiven (Be-)Handlung gegen die Schuld. Als Vater werden Sie das von Ihren Kindern kennen: Wenn man Blödsinn gemacht hat, ist eine klare, gerechte und angemessene Strafe meist leichter zu ertragen als ein latent schuldeinflößendes „Da sind Mama und Papa sehr, sehr traurig, wenn Du dich so verhältst!“ Zumal die Strafe – anders als solche Sprüche – ein klar definiertes Ende hat.

Ich möchte Sie animieren, die Fehler, die Sie begangen haben, ähnlich zu betrachten wie die Fehler Ihrer Kinder: Mit klarer Akzeptanz der Schuld, d.h. ohne Verharmlosungs- oder Nivellierungstendenzen, mit grundsätzlicher Verurteilung der Taten, nicht aber des Menschen.

Wie die Wiedergutmachung oder das „In-Zukunft-besser-Machen“ im Einzelfall konkret aussieht, da sind der Kreativität natürlich keine Grenzen gesetzt. Aber wenn mein Sohn etwas gemacht hat, dessen er sich schämt, wofür er sich schuldig fühlt, dann frage ich ihn manchmal, was er jetzt wohl am besten machen könnte. Meist antwortet er einfach: „Entschuldigen!“ Da weiß er mit seinen vier Jahren mehr als viele Erwachsene beizeiten – seinen Vater eingeschlossen.

Hilflosigkeit

Zum Thema der männlichen Hilflosigkeit gibt es etliche Fallbeispiele. Von den Trennungsvätern ist mir aber Herr Menzel am stärksten im Gedächtnis geblieben: Herr Menzel ist ein sympathischer, offener, unkomplizierter Mann Anfang 40, der sich in der

Beratungsstelle mit dem Thema „krankhafte Eifersucht“ angemeldet hat. Seine – erwachsene – Lebensgeschichte gleicht der vieler Männer: Er hat relativ früh geheiratet und ein Kind gezeugt und daraufhin als ungelernter Arbeiter den nächstbesten Job in einer Düngemittelfabrik angenommen, um mit Doppelschichten seine – später auf drei Kinder angewachsene – Familie zu ernähren. In den vergangenen 15 Jahren hat er sich nicht nur in der Firma bis auf die mittlere Führungsebene hochgearbeitet, sondern zudem in seiner „Freizeit“ einen heruntergekommenen Bauernhof zu einem Wohnhaus für die Familie ausgebaut. Vor einigen Monaten nun ist seine Frau, die bei der Kinderversorgung die Hauptlast getragen hat, mit einem Burnout-Syndrom in eine Kurklinik eingewiesen worden. Dort hat sie einen anderen Mann kennengelernt und sich bei der Rückkehr aus der Klinik von Herrn Menzel getrennt und ihn vor die Tür gesetzt – oder besser gesagt: hinter die Tür des Appartements, zu dem Herr Menzel den einstigen Pferdestall umgebaut hat und das eigentlich für den heranwachsenden Sohn gedacht gewesen war.

KLEINE HILFEN FÜR DEN UMGANG MIT SCHWIERIGEN GEFÜHLEN

Bei Herrn Menzel scheint es überraschenderweise wenig Ärger auf die Ehefrau zu geben und auch von akuter Trauer ist nicht übermäßig viel zu spüren. Stattdessen berichtet er von Eifersuchtsattacken, die ihn um den Schlaf und an den Rande der Arbeitsunfähigkeit bringen. Das zweite Gespräch beginnt er mit dem Eingeständnis, dass er am vorigen Abend in den Gelben Seiten nach einem Privatdetektiv gesucht hätte, da er über die „Machenschaften“ seiner Frau mit dem neuen Mann endlich richtig Bescheid wissen wolle: „Sie spricht ja nicht mehr mit mir!“, sagt er völlig niedergeschlagen. Herrn Menzel geht es wie so vielen Männern: Die Trauer kann er bewältigen, so schwer es auch sein mag; selbst den Ärger und die Schuldgefühle kann er ertragen. Was er aber nicht aushält, das ist die Hilflosigkeit. Wenn er nur irgendetwas tun könnte, um seine Situation zu verändern, ein Haus bauen oder auch zwei, er würde es tun. Aber er kann nichts tun. Also tut er das, was viele Männer in seiner Situation tun: irgendetwas! Obwohl er genau weiß – wie er später im Beratungsgespräch zugibt –, dass es Unsinn, blinder Aktionismus, ja geradezu kindisch ist!

Hilflosigkeit ist für Männer ganz offensichtlich das schwerste Gefühl überhaupt. Das ist kein Wunder, denn Hilflosigkeit steht im diametralen Gegensatz zu jener Männlichkeitsvorstellung, die wir alle – schon als Jungen – eingetrichtert bekommen haben: „Ein Mann ist aktiv, ein Mann weiß Bescheid, ein Mann weiß immer weiter!“

Bei Hilflosigkeit kann man nicht sehr viel tun. Was man tun kann, steckt ebenfalls schon im Namen: Man könnte sich Hilfe holen. Damit aber tun sich viele Männer schwer. Ebenso wie mit der folgenden Bemerkung zum Thema „Hilflosigkeit“: Was oft – zumindest ein bisschen – hilft, ist Sprechen! Aber das wäre dann auch schon mein ganzer Rat. Denn wir können noch so viele Medikamente und Sicherungssysteme erfinden: Hilflosigkeit wird immer ein Bestandteil menschlichen Lebens bleiben. Insbesondere wenn dieses Leben soziale Beziehungen beinhaltet. Insofern ist in vielen Hilflosigkeitssituationen derjenige der Weiseste, der es schafft, die Hilflosigkeit einfach auszuhalten. Der es schafft, gar nichts zu machen und damit auch keinen Blödsinn.

Angst

Herr Siekmann ist Anfang Dreißig und schon seit circa sechs Jahren von seiner Frau getrennt. Auf eine mir nicht nachvollziehbare Weise schafft seine Ex-Frau es – trotz Einbeziehung des Jugendamts –, den gemeinsamen Sohn von ihm fernzuhalten. An Herrn Siekmanns Verhalten kann es jedenfalls nicht liegen, denn die Begriffe „Anstand“ und „Aufrichtigkeit“ sind eigens für Herrn Siekmann erfunden worden. Sogar im geschützten therapeutischen Raum schildert er seine schlimmen Erfahrungen, ohne ein einziges schlechtes Wort über seine Ex-Frau zu verlieren. In die Beratung kommt Herr Siekmann auch mehr wegen eines anderen Themas, welches jedoch mit seiner Trennungserfahrung zusammenhängt: Seine neue Partnerin, mit der er seit vier Jahren glücklich liiert ist, wünscht sich ein Kind von ihm. Und er sich von ihr. Oder eben doch nicht ... Wobei, im Grunde seines Herzens ... Aber nein, denn was ist, wenn sie ... So oder so ähnlich geht es über mehrere Beratungssitzungen hinweg her und hin: Er liebt seine Freundin, wünscht sich prinzipiell auch Familie, aber schon das Wort „Heiraten“ löst bei ihm quasi-traumatische Erinnerungen aus.



Der Gedanke ans Kinderkriegen treibt ihm buchstäblich den Schweiß auf die Stirn. Herrn Siekmann zu verstehen, ist nicht schwer. Mit ihm mitzufühlen, auch nicht. Natürlich hat er Angst. Wer hätte das nicht, an seiner Stelle? Mit seinen Erfahrungen? Er ist als junger Mann eine Beziehung eingegangen, die nun einmal nicht überdauert hat. Er hat keine schlimmeren Verfehlungen begangen, die Bestrafung rechtfertigen würden. Nicht einmal schmutzige Wäsche hat er gewaschen. Er ist so anständig, dass ich mich im Gespräch mit ihm manchmal wegen meiner eigenen Gedanken und Handlungen schäme. Und trotz alledem darf er keinen Kontakt zu jenem Menschen haben, den er über alles liebt und der ihn braucht. Wir alle öffnen uns, wenn wir eine Familie gründen, für das Unerwartete, auch für das unangenehm Unerwartete. Und wir alle wissen das – deshalb haben wir auch alle, mehr oder weniger stark ausgeprägt, Angst. Herr Siekmann aber weiß es nicht nur theoretisch, nicht nur im Kopf, er kann die Angst spüren, jeden Tag, er kann gar nicht anders ...

Wie jedes Gefühl hat auch die Angst eine wichtige Funktion: Sie mahnt uns zur Vorsicht. Das ist gar nicht so dumm, manchmal sogar lebensrettend, auf jeden Fall keine Schande. Man muss nicht zwangsläufig einmal Fallschirm gesprungen sein oder einen Achttausender erklimmen haben, um ein erfülltes Leben gehabt zu haben. Um also von seinen Ängsten nicht gelähmt zu werden, ihre wichtige Funktion aber auch zu nutzen, muss man sie handhabbar machen. Und das bedeutet zunächst einmal, sie genau zu erkennen – und vielleicht sogar zu verstehen. Sinnvoll ist es, sich seine Ängste ganz bewusst zu machen, ohne Tabus und falsche Scham, und vor allem ohne Bewertung: Vor welchen Dingen habe ich Angst? Was genau daran macht mir Angst? Vor welchen konkreten Konsequenzen fürchte ich mich? Was bedeuten diese für mich? Mit welchen Ereignissen in meinem Leben hängt das alles zusammen?

Wenn nun die eigenen Ängste klipp und klar auf dem Tisch liegen, kann man sie vielleicht mal für einen Moment zur Seite schieben, um eine andere Frage zu klären, die eben normalerweise mit den Ängsten vermischt ist. Die Frage: Was wünsche ich mir? Versuchen

Sie mal, genau zu bestimmen, möglichst unabhängig von den Ängsten oder anderen – scheinbaren – Hindernissen, was Sie sich eigentlich wünschen im Leben. Und wie sehr Sie es sich wünschen, welche emotionale Bedeutung es für Sie hat. Wäre dieser oder jener Wunsch „ganz schön“ oder doch eher „zentral“ oder gar „alternativlos“? Ich persönlich fände „Fallschirmspringen“ oder „Sänger werden“ ganz spannend, aber ehrlich gesagt ist mir beides – und noch vieles mehr – den Angang, auch den emotionalen Angang, nicht wirklich wert. Auch Sie werden eine Menge Wünsche haben, die vermutlich eher in diese Kategorie fallen, vielleicht sogar Wünsche, die Ihnen bislang immer so „zentral“ erschienen, die aber vielleicht nicht wirklich Ihre Wünsche waren. Zumindest nicht Ihre zentralen Wünsche! Und dann wird es hoffentlich auch jene Wünsche geben, die für Sie von entscheidender Bedeutung sind, um die Ihr Leben von Grund auf kreist oder kreisen sollte. Dummerweise sind gerade diese Wünsche nicht selten am meisten mit Angst besetzt. Sei's drum! Wenn ein Wunsch von zentraler Lebensbedeutung ist, dann sollte man sich einen dieser vielen Sprüche an die Seite holen, die sich der Volksmund als Hilfestellung

KLEINE HILFEN FÜR DEN UMGANG MIT SCHWIERIGEN GEFÜHLEN



ausgedacht hat: „Wo die Angst ist, ist der Weg!“ oder „Was getan werden muss, muss getan werden!“ Oder mein persönlicher Favorit: „Es gibt nichts Gutes außer man tut es!“ Denn eine Angst ist nicht, durch Zeit oder Darüber-Sprechen zu beseitigen oder zu verringern. Das Darüber-Sprechen dient lediglich der oben angeratenen Klärung. Wirklich überwunden werden kann eine Angst nur durch die Tat: Eine Spinnenphobie ist nun einmal ohne Spinnen schlecht zu behandeln. Die allgegenwärtige männliche Angst vor Frauen ist ohne Kontakt zu Frauen schwer zu verändern. Man wird nicht Löwendompteur, indem man einfach nur sehr, sehr viel über Löwen liest.

Insofern steckt in dem meist ironisch verwandten Satz, „Ein Mann muss tun, was ein Mann tun muss!“, letztlich ein wahrer Kern: Wenn der Mann erst einmal weiß, was seine persönliche Richtung ist (und nicht jene, die ihm die Gesellschaft, die Ehefrau oder sonst wer vorgegeben hat), wenn er also tatsächlich weiß, was von ihm ganz persönlich „getan werden muss“, dann muss er es tatsächlich tun. Und wenn noch so viele Ängste dagegenstehen ...

Sinnlosigkeit

Herr Friedrich, ein ruhiger, besonnener Mittvierziger, macht mir richtig Sorgen. Er macht mir Sorgen, weil seine Welt bis vor sechs Wochen so völlig in Ordnung zu sein schien und nun, wo ihn seine Frau verlassen hat, so völlig zerstört. Er hat – oder hatte – eine „tolle Ehefrau“, zwei wohlgeratene Kinder, ein Haus und eine Menge Geld. Letzteres verdient er damit, Maschinen zu verkaufen, deren Zweck ich nicht so recht verstehe. Herr Friedrich erzählt aber auch derart dröge von seiner Arbeit, dass ich ihn irgendwann frage: „Und, macht Ihnen Ihre Arbeit Spaß?“ Er guckt mich erschrocken an – offenbar fühlt er sich ertappt – und stammelt eine Weile etwas davon, dass er sehr viel Geld verdient, weil er das mit dem Verkaufen ziemlich gut kann, er habe schon alles Mögliche verkauft, Autos, Software und jetzt eben diese Maschinen. Dann aber wird er plötzlich ganz ernst und sagt: „Nein, es macht mir keinen Spaß! Es macht mir überhaupt keinen Spaß, es ist der langweiligste Job unter der Sonne!“

Herr Friedrich ist ein Kind unserer Zeit: Für viele Männer ist die Arbeit, die sie alltäglich verrichten, nicht

mehr wirklich sinnstiftend. Vorbei sind die Zeiten, in denen man 40 oder 50 Jahre im selben Unternehmen beschäftigt war. Als man noch „ein Leben für die Firma“ gelebt hat. Als man im Alter von 15, 17 oder spätestens 20 Jahren einen Beruf gewählt hat, den man bis zur Rente ausgeübt hat. Als es zwangsläufig eine hohe Identifikation mit dieser Berufstätigkeit gab – auch weil es sie geben musste, denn ein Umsatteln wäre mit größten Schwierigkeiten verbunden gewesen.

Heute ist nicht nur die Identifikation mit dem jeweiligen Arbeitgeber geringer geworden, sondern auch die Identifikation mit der eigenen Berufstätigkeit an sich. Ihre Sinnhaftigkeit wird immer häufiger angezweifelt. Das ist nicht grundlegend gut oder schlecht. Natürlich ist es eine Erleichterung, dass man nicht mehr unbedingt den Hof der Eltern weiterführen muss, obwohl man eigentlich mehr mit einer Trompete als mit einem Traktor anfangen kann; es birgt aber auch höhere Unsicherheiten und bewirkt labilere berufliche Existenzen.

In diesem Zusammenhang steigt die Bedeutung der Familie für viele Männer. In welcher Form auch immer

gelebt, ist die Familie, das Zusammenleben, das Sich-Kümmern, das Sorgen für die anderen, kurz: der familiäre Verbund für viele Männer das einzig sinnstiftende Element im Leben. Und wenn der wegbricht ... Ich habe diesen Aspekt so ausgeführt, um deutlich zu machen, vor welcher heftigen Umbrüchen, ja teilweise sogar Zerbrüchen so mancher Trennungsvater in seinem Leben steht. Meiner Meinung nach wird diesem Aspekt des Sinnverlusts im Zusammenhang mit der Trennungsproblematik nicht die Bedeutung geschenkt, die ihm gebührt. Das mag mit dem Vorurteil zusammenhängen, dass Männer in erster Linie karriereorientiert seien und daher der Zerfall der Familie für sie nur eine unschöne Randerscheinung darstelle. Und doch ist der Verlust des sinnstiftenden Elements „Familie“ möglicherweise die größte Herausforderung, vor der Trennungsväter stehen.

Wenn man etwas verloren hat, ist Trauer angebracht. Was könnte die Alternative zu dem Verlorengegangenen sein? Das gilt für Sachen, Beziehungen und letztlich auch für den Sinn des Lebens. Was also könnte in Ihrem Leben noch sinnstiftend sein? Was gibt es für andere

Interessen, Tätigkeiten, Philosophien oder Religionen, Einstellungen oder einfach menschliche Eigenschaften, die dem Leben – Ihrem Leben – Sinn verleihen?

Diese Frage ist schon deshalb angebracht, weil der Wegfall der aktiven, alltäglichen Väterlichkeit eine Lücke reißt, die es zu schließen gilt. Je nach dem wie Sorgerecht und Umgang geregelt sind, kann es sein, dass der tägliche Kontakt zu den Kindern, die permanente Erziehungsarbeit, das dauerhafte Vorbild-Sein in allem, was man tut – diese Aspekte der Vaterrolle in den Hintergrund rücken. Dass das tieftraurig ist, muss nicht nochmals ausgeführt werden. Den tieferen und zentralen Sinn des Eltern-Seins, des Vater-Seins tangiert es aber nicht im Geringsten. Denn der Sinn des Eltern-Seins ist es, die Kinder gut ins Leben zu geleiten, sie dafür auszubilden und zu stärken.

Was wegfällt für Väter, die von ihren Kindern getrennt leben und sie nur zu bestimmten Zeiten sehen, ist die Belohnung! Die Belohnung, die im täglichen Kontakt, in den Umarmungen, in den gemeinsamen Späßen und Ritualen steckt. Die Freude, die es bereitet, das

Strahlen des eigenen Kindes zu sehen, wenn man ihm den langersehnten Playmobil-Polizeiwagen überreicht. Das alles ist reduziert; was aber bleibt, ist der Sinn, nämlich diese Freude zu bewirken, die Sicherheit zu vermitteln, dass der Vater immer für einen da sein wird, egal was passiert, die Gewissheit zu schaffen, dass es – mindestens – einen Menschen auf der Welt gibt, der nie, nie, niemals den eigenen Geburtstag vergessen wird. Dieser Sinn bleibt bestehen – und auch die damit verbundene Verantwortung.





Kinder und

*Kinder und
Väter*

Väter

WENN DEINE KINDER UNSERE KINDER WERDEN

Vom Gelingen einer Patchworkfamilie

Patchworkfamilie ist ein Modell mit biblischem Alter. Mose schipperte in einem Schilfkörbchen in seine Stiefelternfamilie, Josef und seine Brüder hatten alle Probleme miteinander, die wir auch heute von Stiefgeschwistern kennen. Früher war es jedoch meistens der Tod einer der leiblichen Elternteile, die die Gründung einer Patchworkfamilie nötig machte. Das drückt auch die Vorsilbe „Stief“ aus. Sie kommt aus dem Germanischen und bedeutet „beraubt“. Zwischen dem 17. und 18. Jahrhundert lebte jedes fünfte Kind nicht bei den leiblichen Eltern. Frauen starben im Wochenbett und die Witwer brauchten für die Kindererziehung und Haushaltsführung eine neue Frau. Nach dem zweiten Weltkrieg war beinahe eine ganze Generation von Vätern für ihre Frauen und ihre Kinder nicht mehr da.

In dieser Zeit erlebten mehr Kinder als heute die neue Partnerschaft eines Elternteils. Die Ausgangslage war damals allerdings eine andere. Heute beenden Eltern eine Ehe oder Partnerschaft und lösen die darin begründete Familie aus mehr oder minder frei gewählter Entscheidung und nicht aus äußerem Zwang. Dies ist vor allem für die Kinder der entscheidende

Unterschied. Denn so müssen sie mit etwas zurecht kommen, was ihre Eltern entschieden haben.

Vater oder Mutter wird man von Geburt des Kindes an durch gemeinsam erlebte Zeit. Stiefvater oder -mutter wird man mitunter sehr schnell. Verliebt in eine Frau, die Kinder hat – und schon wird man in welcher Form auch immer Bezugsperson für die Kinder, mit denen einen – außer der Liebe zur Mutter – keine Geschichte verbindet. So ist es auch aus der Perspektive der eigenen Kinder. Da taucht an der Seite des Vaters eine neue Frau auf und beizeiten ist sie in der Rolle der „Stiefmutter“. Alle müssen sich neu finden und das Leben ändert sich auf einen Schlag. Es fehlt die genetische Einheit, gemeinsam gelebte Zeit und gefühlte Alltäglichkeit. Alle Beteiligten betreten ein neues Feld, das sie sich nur langsam erobern. Unterschiedliche Hoffnungen und Erwartungen treffen aufeinander. Schuldgefühle, unterschiedliche und neue Erziehungsideen und Loyalitätskonflikte zwischen den Kindern und dem Partner machen das Miteinander „spannend“. Die Kinder kämpfen vielleicht mit der Trauer um die verlorene Ursprungsfamilie, sind

eifersüchtig auf den neuen Partner des leiblichen Elternteils, müssen neue Geschwisterrollen erlernen, sich in mehrfache Geschwisterbeziehungen einfinden oder erleben räumliche Veränderungen. Neben der Verarbeitung von Trennung, müssen neue Beziehungen zu den noch „fremden“ Familienmitgliedern aufgebaut werden. Es kommt vor, dass die abwesenden Elternteile für Spannungen sorgen. Und über all dem schweben noch die ungeklärten rechtlichen Fragen, weil der Gesetzgeber für Patchworkfamilien zum Beispiel im Erb- oder Unterhaltsrecht so gut wie keine Regelungen bereithält.

Wie kann das Experiment „neue Familie“ gelingen?

Erwachsene in Patchworkfamilien brauchen vor allem eines: einen langen Atem. Es dauert, bis sich Normalität einstellt. Dass es dauert, ist normal. Beratung und Tipps von außen (Menschen in der gleichen Situation, Beratungsstellen, Internetseiten, Bücher usw.) können in der Anfangszeit helfen. Das eigene „Bauchgefühl“ wirkt bei Stiefkindern nur bedingt. Sie sind nicht die eigenen Kinder und dürfen und brauchen deswegen auch nicht so behandelt werden.

Vater oder Mutter wird man von Geburt des Kindes an durch gemeinsam erlebte Zeit. Stiefvater oder -mutter wird man mitunter sehr schnell.

WENN DEINE KINDER UNSERE KINDER WERDEN

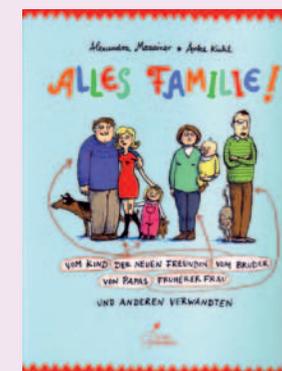
Es gilt die Kinder anzunehmen und zu stärken, aber sich nicht dem Zwang unterzuordnen, sie wie die eigenen lieben zu müssen. Es gibt Aufgaben, die bleiben Aufgaben der leiblichen Elternteile. Sanktionen zum Beispiel sind – vor allem zu Beginn – Aufgabe des leiblichen Elternteils. Selbstverständlich wirkt der oder die Neue im Spiel Familie durch seine Person und sein Handeln an vielen Stellen auch auf die Kinder. Wie mit diesem Wirken und unbewusstem und bewussten Einflussnehmen auf die Kinder in der Partnerschaft, die die neue Familie trägt, umgegangen wird, muss individuell abgewogen werden. Einige Familien kommen vielleicht gut zurecht, wenn sich die oder der Neue heraushält. Andere brauchen andere Formen. Es ist eine Aufgabe aller, eine gemeinsame „Familienidee“ zu entwickeln, die es den Neuen ermöglicht, einen guten Platz zu finden.

Für solche Abstimmungen braucht das neue Paar Zeit und Offenheit. Zu den Ideen und Wünschen des jeweils anderen kommen die Ideen und Wünsche der eigenen Kinder und der Kinder der Partnerin. Es kann gelingen,



dieses alles miteinander in Einklang zu bringen, wenn die Kinder eine starke Bindung in der neuen Partnerschaft der Erwachsenen wahrnehmen. Zum Leben im Patchwork gehört darüber hinaus der Respekt des bzw. der Neuen vor der Bindung der Kinder an den leiblichen Vater und an die leibliche Mutter. Und wenn es gut läuft, entsteht ja mit der Zeit auch so etwas wie eine leise Loyalität zwischen dem leiblichen Vater und dem „Stiefvater“, die es den Kindern erlaubt, eine entspannte Beziehung zu beiden „Vaterfiguren“ zu leben.

Bilderbuchtip
Eine anschauliche Hilfe, um sich mit Kindern im Patchwork zurechtzufinden ist das Bilderbuch von Alexandra Maxeiner und Anke Kuhl: **Alles Familie! Vom Kind der neuen Freundin vom Bruder von Papas früherer Frau und anderen Verwandten.** Erschienen im Kett Verlag.



NACH DER TRENNUNG

Gemeinsame Zeit mit den Kindern

Trennungen haben viele Gesichter. Je nach Vorgeschichte, Situation und Folgen bewirken Trennungen bei den Beteiligten Erleichterung, Freude, Schmerz, Hass, Gleichgültigkeit, Gefühle der Lähmung, Hilflosigkeit, Verzweiflung, Orientierungslosigkeit, Mut und Aufbruchstimmung. Manchmal sind diese Gefühlslagen durch Coolness verdeckt, etwa durch den Willen, sich nichts anmerken zu lassen. Manchmal ist es einfach so, dass die Betroffenen über die Trennung nur ungerne oder gar nicht reden wollen.

Verallgemeinernd lässt sich sagen: Die meisten Trennungen sind mehr oder weniger schmerzlich, für beide oder einen Beteiligten. Es gibt fast immer kleine oder große Wunden. Diese verheilen nicht von heute auf morgen. Enttäuschung, Wut, manchmal Hass brauchen oft lange, um zu verglimmen. Hinzu kommen die finanziellen Schwierigkeiten, die eine Trennung mit sich bringt und die auch die Stimmung trüben können. Die Kinder brauchen ihren eigenen Platz im neuen zu Hause des Vaters, so klein die Wohnung auch sein mag. Scham, einem bestimmten „Ausstattungs-niveau“ nicht mehr zu genügen, kann alle belasten.

Selbstvorwürfe, und Schuldgefühle machen die Sache nicht einfacher. Die Kinder reagieren verstört. Sie spüren oder kriegen hautnah mit, dass die Eltern sich auch nach der Trennung nicht verstehen. Wenn sie schlecht übereinander reden, oder wenn sie sich die Zeit mit den Kindern missgönnen und vor den Kindern streiten, so belastet diese Situation auch die Kinder. Die Trauerarbeit der Mutter oder des Vaters lässt sich vor den Kindern nicht verheimlichen. Hinzu kommt, dass die Kinder ihre eigene Trauer über den Verlust des gemeinsamen Zuhauses bewältigen müssen.

Deshalb ist es wichtig, dass Trennungsmütter und Trennungsväter lernen, mit dem Getrenntsein so umzugehen, dass die Liebe, die ihre Kinder für sie empfinden, keinen Schaden nimmt. Den Kindern hilft es, wenn ihnen verständlich wird, dass die Eltern sich einmal geliebt haben und diese Liebe nun zu Ende ist. Das erleichtert es ihnen, ihre Situation zu akzeptieren und sich zurechtzufinden. Auch dann, wenn Vater und/oder Mutter eine neue Partnerschaft eingegangen sind.

Unabhängig davon, wie die Trennung abgelaufen ist: nach der Trennung beginnt ein neuer Lebensabschnitt mit einschneidenden Veränderungen, die bei der Organisation des Alltags anfangen und bei der Herausforderung, einen neuen Lebensplan zu basteln, aufhören. Die Kinder sind davon betroffen. Sie sind, wenn der Vater weiter seine Rolle aktiv gestalten will, Akteure in dessen neuen Lebensplan. Sie bestimmen mit, sie reden mit.

Wenn Vater und Mutter das Nötige unter sich regeln können, ist das gut. Beratung und Hilfe zu suchen, kann die Situation entspannen. Viele Beratungsstellen haben Erfahrung bei der Begleitung in Trennungssituationen und können so zwischen streitenden Partnern vermitteln, dass auch die Perspektive der Kinder gut berücksichtigt wird. Bei Unstimmigkeiten sollte das Jugendamt rechtzeitig einbezogen werden. Das Jugendamt versteht sich als Anwalt der Kinder und spielt auch eine wichtige Rolle, wenn das Familiengericht mit einer Trennung befasst werden muss.

NACH DER TRENUNG

Gut für die Kinder ist, wenn der Vater für sie Erzieher, Begleiter, Ratgeber ist, wenn er auf sie eingeht und wenn er dabei eine Autorität ist.

Liebevoll, verlässlich, unverstellt, wenn es sein muss streng. Gut für die Kinder ist, wenn der Vater sich auf ihr Alter einstellt.

Aber immerhin kommt oft ein für Eltern und Kinder tragbares Ergebnis heraus. Verletzend für den Vater ist es, wenn man ihm nicht zutraut, sich um seine Kinder zu kümmern. Wenn er das anders sieht, wird er kämpfen. Er wird für sich und seine Kinder einen guten Kompromiss erreichen können, wenn er an sich, an seine Liebe zu seinen Kindern, an seine Zuverlässigkeit glaubt. Die meisten Regelungen sehen einen festen Zeitplan vor.

Der Vater ist zum Beispiel jedes zweite Wochenende mit seinen Kindern zusammen, dazu jeden Mittwoch, einmal im Jahr in den Ferien, an einigen Festtagen. Das mag manchmal zu wenig sein. Aber die Erfahrung zeigt, dass ein derartiger oder ein ähnlicher Rhythmus oft gerade richtig ist für die Kinder, deren Lebensschwerpunkt bei der Mutter ist. Auch für den Vater kann es, unabhängig vom Reiseaufwand, gut passen, weil ihm Zeit für sich bleibt. Viele Trennungsväter müssen lange Reisen machen, um ihre Kinder zu sehen. Das gilt umgekehrt auch für Kinder, die ihre Väter (oder ihre Mütter) besuchen. In solchen Fällen ist ein besonders gründliches Zeitmanagement erforderlich. Weniger kann mehr sein. Seltene Treffen können

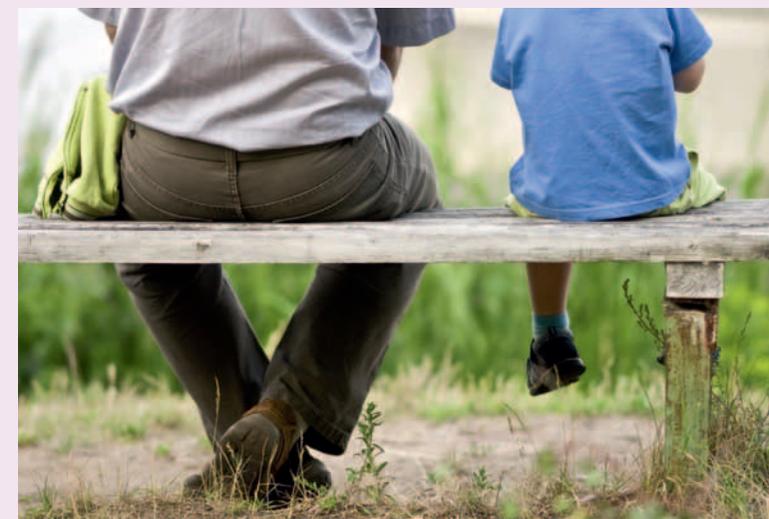
für die Beziehung zu den Kindern förderlicher sein als häufige, die mit ungeliebter Mühe verbunden sind.

Wenn die gemeinsame Zeit knapp bemessen ist, will gut überlegt sein, wie diese Zeit gestaltet wird. Der Vater kann die Kinder fragen, was sie wollen. Aber sie bestimmen den Plan nicht alleine. Der Vater sollte eine möglichst klare Vorstellung davon entwickeln, was die Kinder brauchen. Er sollte herausfinden, was er ihnen geben kann und will. Die Zeit mit den Kindern wird nicht konfliktfrei sein. Sie probieren Grenzen aus und deshalb ist es gut, eine klare Vorstellung von Grenzen zu haben. Sich die Sympathie der Kinder durch besondere Nachgiebigkeit sichern zu wollen, hilft auf die Dauer nicht.

Gut für die Kinder ist, wenn der Vater für sie Erzieher, Begleiter, Ratgeber ist, wenn er auf sie eingeht und wenn er dabei eine Autorität ist. Liebevoll, verlässlich, unverstellt, wenn es sein muss streng. Gut für die Kinder ist, wenn der Vater sich auf ihr Alter einstellt.

Peter Ballnik ist seit mehr als 15 Jahren Psychotherapeut mit eigener Praxis. Seit fast ebenso langer

Zeit begleitet er Eltern, Jugendliche und Kinder nach Scheidungs- oder Trennungsfällen. Bereits im Jahr 1993 initiierte er das Projekt „Kinder- und Elternbegleitung bei Scheidung oder Trennung“, im Rahmen dessen er bis heute zahlreiche Eltern und Kinder unterstützt. Er hat zahlreiche Bücher für Väter veröffentlicht. Er hat Faktoren aufgeschrieben, die für Trennungsväter und Trennungskinder eine gute Vater-Kind-Beziehung ausmachen. Er hat die Faktoren in Pyramidenform dem ungefähren Alter der Kinder bis





zur Schwelle des Erwachsenseins zugeordnet. Ballniks Faktoren sollen benennen, was die Kinder in bestimmten Altersphasen vom Vater brauchen und wozu er ihnen verhelfen kann. Auf der Grundlinie der Pyramide stehen Zuneigung, Vertrauen, die hier in Rede stehende gemeinsame Zeit, verlässliche Grenzen und Stolz. Diese Faktoren sind das Fundament einer guten Trennungsvater-Trennungskind-Beziehung. Schon die ganz Kleinen brauchen sie.

Zuneigung, damit sie sich geborgen fühlen und sich entwickeln können. Vertrauen, damit sie nicht ins Leere fallen. Gemeinsame Zeit, damit die Beziehung überhaupt eine lebendige Beziehung ist und nicht versandet. Verlässliche Grenzen, damit die Kinder sich sicher fühlen – Erziehung muss sein. Väter müssen Kindern nicht jeden Wunsch erfüllen.

Stolz, damit die Kinder Selbstwertgefühl bekommen. Der Vater sollte seine Kinder ihre Talente ausprobieren lassen und er sollte sie loben, wenn ihnen etwas gelingt. Aber die Kinder sollten sich auch unabhängig von besonderen Leistungen der Anerkennung und Wertschätzung durch ihren Vater gewiss sein können.

Auf der nächst höheren Linie der Pyramide stehen – gedacht besonders für Kinder ab 5, 6 Jahre – gemeinsame Unternehmungen, Vorbild, Zuhören, Nähe und Distanz.

Damit die Kinder die Trennung der Eltern als positive Normalität erfahren lernen, ist es wichtig, gemeinsame Unternehmungen aufrecht zu halten. „Ihr könnt euren Kindern beibringen was ihr wollt – sie machen es sowieso wie ihr.“ – so die Einsicht eines erfahrenen Großvaters. Väter sind Vorbilder für Kinder. Sie wollen stolz auf ihren Vater sein. Sie orientieren sich an seinen moralischen Vorstellungen und Werthaltungen. Schwächen zugeben können, ist auch eine Stärke. Und wenn man deutliche machen kann, dass man andere nicht verletzen und fair bleiben will, ist das eine für Kinder überzeugende Haltung.

Nähe und Distanz, damit die Kinder zu ihrer Freiheit finden. Zu viel Nähe verschlingt, zu viel Distanz vernachlässigt. Wie in einer Paarbeziehung kommt es auch in der Beziehung zum heranwachsenden Kind auf die richtige Mischung an.

Auf der zweithöchsten Ebene seiner Vaterpyramide hat Peter Ballnik die Faktoren Gewissen und innere Beziehungsbilder eingetragen.

Gewissen, weil Kinder lernen müssen „richtige“ Entscheidungen zu treffen. Weil sie ein „Wertege-
rüst“ brauchen, das ihnen den inneren Kompass gibt, aufbauend auf dem Vermögen, zwischen Gut und Böse unterscheiden zu können. Der Vater ist hier ein wichtiges Vorbild.

Innere Beziehungsbilder, damit die Kinder später ihr Glück in der Liebe finden können. Ballnik berichtet aus seiner Erfahrung als Therapeut, wie glücklich es Trennungskinder macht, wenn sie nachfühlen können, dass ihre Eltern sich einmal geliebt haben, und wie wichtig es für sie ist, dass die Eltern zu einem fairen Umgang miteinander gefunden haben. Es macht ihnen Mut zur Liebe, es begründet ihr Selbstvertrauen, später eine Liebespartnerschaft eingehen zu können. Das bedeutet, dass Trennungsmütter und Trennungsväter gerade an dieser Stelle ihre Erziehungsverantwortung sensibel wahrnehmen müssen. Auch wenn es ihnen

Nähe und Distanz, damit die Kinder zu ihrer Freiheit finden. Zu viel Nähe verschlingt, zu viel Distanz vernachlässigt. Wie in einer Paarbeziehung kommt es auch in der Beziehung zum heranwachsenden Kind auf die richtige Mischung an.

NACH DER TRENNUNG

Das Leben mit den Kindern braucht Alltagsroutinen wie Kochen, Aufräumen, Fernsehgucken, Schweigen können, wenn jeder für sich allein in einem Zimmer beschäftigt ist.



schwer fällt, sollten sie den Kindern mit Worten und Verhaltensweisen zeigen, dass ihre Beziehung einmal anders war als in der Zeit des Scheiterns. Nicht schlecht über einander zu sprechen, ist ein passender Anfang. An der Spitze der Pyramide hat Ballnik den väterlichen Segen eingetragen.

Väterlicher Segen, damit die Kinder unabhängig werden können, damit sie sich als junge Erwachsene akzeptiert fühlen. Väterlicher Segen bedeutet Loslassen und Löslösen und begründet zugleich partnerschaftliche Vater-Kind-Beziehung.

Wenn die Kinder meist bei ihrer Mutter sind, erwarten sie vom Vater in aller Regel Freizeitaktivitäten. Das ist okay, auch dem Vater werden Events Spaß machen. Abwechslungsreiche Freizeitgestaltung ist jedoch nicht alles, mit dem Freizeitpapa ist es nicht getan.

Das Leben mit den Kindern braucht Alltagsroutinen wie Kochen, Aufräumen (Väter sollten die Kinder mitmachen lassen), Fernsehgucken, Schweigen können, wenn jeder für sich allein in einem Zimmer beschäftigt ist. Auch das ist sinnvoll verbrachte gemeinsame Zeit, es stiftet und festigt Vertrauen, es fördert die Langfristigkeit der Vater-Kind-Beziehung. Manche Erziehungsaufgabe wird dem Trennungsvater spontan gelingen, er bringt Erfahrung aus der eigenen Kindheit mit. Manchmal ist es jedoch gut, sich Rat zu holen. Dazu gehört der Erfahrungsaustausch mit anderen Vätern. Gut ist es auch in Abstimmung mit der

Mutter, das Gespräch mit Erzieherinnen und Erziehern bzw. Lehrerinnen und Lehrern der Kinder zu suchen. Nicht zuletzt sind die „Vater-Kind-Angebote“ der Männerarbeit gute Gelegenheiten, um Unterstützung in Erziehungsfragen zu erhalten.

Fernsehen, Zeitschriften und andere Medien haben ihre eigene „erzieherische“ Wirkung auf die Kinder. Diese Einflüsse gilt es sorgfältig zu beobachten und zu begleiten. Vieles im Umfeld der Kinder verlangt vom Vater ein spezielles Einfühlungsvermögen und Entscheidungen, die man nicht aus dem Bauch treffen kann.

Insgesamt gilt: die Anforderungen an altersgerechte Erziehung sind im Wandel und kein Erwachsener kann einfach sagen, er komme da mühelos mit. Erziehung ist eine Gemeinschaftsaufgabe allerer, die mit ihr betraut sind. Das alles klingt anstrengend, nach Aufgaben für den perfekten Papa. Aber natürlich muss der Papa nicht immer gut drauf sein, nur: ein fester Halt muss er sein, ein Fixpunkt. Das Wichtigste ist Zuverlässigkeit. Verabredungen mit den Kindern haben jetzt erste Priorität.

KINDER BRAUCHEN VÄTER

Gute Gründe, sich weiter um die Kinder zu kümmern

Der Kontakt zum Vater ist wichtig für die weitere Entwicklung der Kinder. Väter ermöglichen es dem Kind, Eigenständigkeit zu entwickeln. Kommt zum Vertrauen zur Mutter das Vertrauen zum Vater hinzu, entstehen die notwendigen Freiräume für die eigene Entwicklung.

Väter spielen anders mit den Kindern und ermöglichen den Kindern eine andere Sicht der Welt. Väter helfen Kindern in einer eigenen Weise, sich die Welt zu erschließen.

Väter sind Vorbilder für Jungen und bedeutsame Bezugspersonen für Mädchen. Das, was die Väter bewegt, ist auch für die Kinder spannend. Ihre Einstellungen und Werthaltungen werden aufmerksam wahrgenommen und sind prägend.

Kinder suchen im Vater einen verlässlichen Bezugspunkt. Väterliche Liebe und unvoreingenommene Wertschätzung durch den Vater sind die Voraussetzungen dafür, dass Kinder mit gesetzten Grenzen gut umgehen lernen.

Stolz ist ein wichtiger Antrieb, die Vaterrolle weiter zu spielen. Dieses Motiv setzt bei manchen Männern viel Energie frei. Sensibilität für die Perspektive und die Gefühle der Kinder schützt davor, die Kinder mit eigenen Erwartungen zu überfordern.





Trennungsväter
Trennungsväter
und Recht

RECHTE VON KINDERN UND ELTERN IM TRENNUNGSFALL



Eltern die sich trennen oder scheiden lassen, müssen neben einer Vielzahl von persönlichen Fragen auch Rechtsfragen lösen. Neben den wichtigen finanziellen Fragen geht es dabei vor allem auch um die Ausgestaltung der Beziehungen zum gemeinsamen Kind oder zu gemeinsamen Kindern. Viele Eltern scheuen die Auseinandersetzung mit den rechtlichen Regelungen, weil sie fürchten, in einen juristischen „Kampf ums Kind“ hineingezogen zu werden. In der Tat gibt es Eltern, die harte Auseinandersetzungen um das Sorgerecht oder um das Umgangsrecht führen. Die große Mehrzahl der Eltern findet jedoch einvernehmliche Lösungen, die in der Regel den Interessen aller Beteiligten gerecht werden. Die einzelnen rechtlichen Regelungen zum Sorgerecht und zum Umgangsrecht orientieren sich am Wohl des Kindes. Es geht also nicht darum die Interessen des einen Elternteils gegenüber dem anderen Elternteil stark zu machen. Diese am Kindeswohl orientierten Lösungen werden hier in ihren Grundzügen erklärt. Konfliktlösungen, die sich nicht an diesem Ziele orientieren, führen in der Regel für alle Beteiligten zu unbefriedigenden Lösungen. Der „Kampf ums Kind“ beschädigt nicht nur das Kind, sondern führt auch auf

Seiten der Eltern zu viel Leid und Unzufriedenheit. Die folgenden Ausführungen sollen Sie ermutigen nach konstruktiven Lösungen im Interesse des Kindes zu suchen.

Dafür ist ein Verständnis der rechtlichen Grundlagen nützlich. Wer die angegebenen Paragraphen nachlesen möchte, findet sie unter www.gesetze-im-internet.de. Zwei Beispielfälle sollen das Verständnis erleichtern:

Fall 1:

Nadine und Hendrik Gausmann sind seit acht Jahren verheiratet. Beide haben sich auseinandergeliebt. Beide haben jeweils neue Partner. Geschieden sind Nadine und Hendrik noch nicht. Zwar waren beide bereits bei einer Anwältin, um sich wegen der Scheidung und der Möglichkeit einer einvernehmlichen Trennung beraten zu lassen. Ein Scheidungsverfahren ist aber noch nicht eingeleitet worden. Nadine lebt inzwischen mit ihrem neuen Partner Stefan zusammen und bekommt von diesem das Kind Sophie.

Fall 2:

Andrea und Jens Pohlman leben seit 2 Jahren unverheiratet als Paar zusammen. Sie haben ein gemeinsames Kind, die 2½-jährige Ann-Kristin. Jens hatte kurz nach der Geburt die Vaterschaft für Ann-Kristin anerkannt, weil er glaubte, der Erzeuger des Kindes zu sein. Außerdem haben Andrea und Jens eine gemeinsame Sorgeerklärung abgegeben. Jens hat deshalb auch das Sorgerecht für Ann-Kristin. Tatsächlich ist aber Ludger Rademacher der Erzeuger des Kindes. Mit diesem hatte Andrea vor der Geburt von Ann-Kristin in einer Beziehung gelebt. Hiervon erfährt Jens erst jetzt. In der Folge trennen sich Jens und Andrea.

VATERSCHAFT – WAS HEISST DAS?

Nicht jeder Vater ist ein Vater

Der Gesetzgeber hat in einem eigenständigen Abschnitt im Bürgerlichen Gesetzbuch und zwar im sogenannten „Abstammungsrecht“ geregelt, wie man Vater wird. Darüber mag man sich wundern, weil die Frage, wie man Vater wird, eigentlich keine rechtliche Frage ist. Anders gesprochen: wie man Vater wird weiß heute jedes Kind. Leider ist es rechtlich nicht ganz so einfach, weil der Gesetzgeber nicht immer den Erzeuger zum Vater macht. Vater sein und werden kann nämlich auch, wer biologisch nicht der Vater ist.

Was hat dies mit Trennung und Scheidung zu tun? Auch in Trennungs- und Scheidungsverfahren kommt dieses Thema auf, weil es Fälle gibt, in denen die bisherige Partnerin ein Kind von ihrem neuen Partner erwartet. In diesen Fällen kann es unklar sein, wer der Vater des Kindes ist. In beiden obigen Fällen stellt sich die Frage, wer der Vater der Kinder ist. Im Fall 1 können sowohl Hendrik als auch Stefan und im Fall 2 könnten sowohl Jens als auch Ludger die Väter der Kinder sein.

Wie wird man Vater?

Der Gesetzgeber hat die Frage, wie ein Mann Vater wird, gesetzlich geregelt. Dies deshalb, weil der Gesetzgeber ein Interesse daran hat, dass möglichst jedes Kind einen Vater hat und weil die Vaterschaft – anders als die Mutterschaft – nicht offensichtlich ist. Es gibt drei verschiedene Varianten, wie man Vater werden kann. Sie sind klar und sprachlich einfach im Gesetz formuliert (§ 1592 BGB):

- *Vater eines Kindes ist der Mann, der zum Zeitpunkt der Geburt mit der Mutter des Kindes verheiratet ist oder*
- *Vater eines Kindes ist der Mann der die Vaterschaft anerkannt hat oder*
- *Vater eines Kindes ist der Mann dessen Vaterschaft gerichtlich festgestellt ist.*

Ist eine Frau (noch) verheiratet und bekommt diese Frau ein Kind, so wird automatisch der Ehemann der Vater des Kindes. Das ist die Aussage des § 1592 Nr. 1 BGB. In dem obigen Fall 1, in dem Nadine ein Kind von ihrem neuen Partner Stefan erwartet, während sie noch mit Hendrik verheiratet ist, wird also automa-

tisch der (noch) Ehemann Hendrik der Vater von Sophie. Das Kind Sophie wird also rechtlich einem Mann zugeordnet der tatsächlich nicht der Erzeuger des Kindes ist, nämlich Hendrik. Hiervon gibt es Ausnahmen, wenn das Kind geboren wird, nachdem die Scheidung bereits beantragt wurde.

Sind die Eltern bei der Geburt nicht miteinander verheiratet, kann die Vaterschaft durch Anerkennung entstehen. Wer die Vaterschaft für ein Kind anerkennt wird dessen Vater und zwar ganz unabhängig davon, ob er wirklich der Erzeuger dieses Kindes ist. Das ist die Aussage von § 1592 Nr. 2 BGB. In dem obigen Fall 2, in dem Jens die Vaterschaft für das Kind Ann Kristin anerkannt hatte, ist und bleibt er (zunächst) Vater, auch wenn er feststellt dass er nicht der Erzeuger des Kindes ist. Oder anders ausgedrückt: auch wenn er biologisch nicht der Vater des Kindes ist, rechtlich ist er es. Man wird in dieser Variante Vater durch Abgabe einer so genannten Willenserklärung. Dieser Willenserklärung muss die Mutter zustimmen. Außerdem bedarf diese Erklärung einer bestimmten Form. Sie muss vor einer dafür zuständigen Stelle, zum Beispiel dem Jugendamt, abgegeben und beurkundet werden. Eine



Anerkennung der Vaterschaft, bei der diese Formvorschriften nicht beachtet wurden, ist unwirksam.

Ein Mann kann auch Vater eines Kindes werden, indem die Vaterschaft gerichtlich festgestellt wird. Das ist die Aussage des § 1592 Nr.3 BGB. Hier geht es darum, dass jeder der Partner und auch das Kind die Möglichkeit hat, die rechtliche Vaterschaft zu erzwingen. In dieser Variante kann die Vaterschaft gegen den Willen des Erzeugers in einem gerichtlichen Verfahren auf der Grundlage eines biologischen Gutachtens festgestellt werden. Zur Vaterschaft „verurteilt“ wird man in diesem Verfahren also nur, wenn man auch wirklich der Erzeuger des Kindes ist. In diesem Verfahren geht es meistens darum, dass die Frau diesen Vaterschaftsfeststellungsprozess in die Wege leitet, weil das Kind und auch sie auf Unterhalt angewiesen sind.

Wie, durch wen und in welchem Verfahren kann eine Vaterschaft angefochten werden?

Die Vaterschaft für ein Kind kann unter bestimmten Voraussetzungen angefochten werden. Dieses rechtliche Instrumentarium nennt man „Vaterschaftsanfechtung“. Eine Vaterschaftsanfechtung ist nur erfolgreich,

wenn der rechtliche Vater nicht der biologische Vater des Kindes ist. Umgekehrt gilt: Ist also der rechtliche Vater auch der biologische Erzeuger des Kindes, kann eine Vaterschaftsanfechtung nicht erfolgreich sein. Die Vaterschaftsanfechtung ist im Gesetz an relativ enge Voraussetzungen geknüpft (§§ 1600 – 1600 d BGB). Erste Voraussetzung ist, dass man zum Kreis der Anfechtungsberechtigten gehört. Nicht jeder kann also die Vaterschaft anfechten, sondern nur derjenige der im Gesetz als Anfechtungsberechtigter genannt wird. Grundsätzlich können nur der rechtliche Vater, die Mutter und das Kind die Vaterschaft anfechten.

Von diesem Prinzip gibt es Ausnahmen, die hier aber nicht wichtig sind. In unserem Fall 1, in denen Nadine ein Kind von ihrem neuen Partner bekommen hat, kann daher die Vaterschaft nur von ihren Ehemann Hendrik als rechtllichem Vater, von Nadine oder von Sophie angefochten werden. In unserem Fall 2, in dem Jens in einem Irrglauben die Vaterschaft für Ann Kristin anerkannt hatte, können Jens als rechtlicher Vater, Andrea und Ann Kristin die Vaterschaft anfechten. Wichtig ist: in den Fällen 1 und 2 haben die neuen Partner Stefan und Ludger grundsätzlich kein eigenes

Anfechtungsrecht. Sie können also nicht bewirken, dass die biologisch „falschen“ Vaterschaften beseitigt werden. Dieses Recht haben sie nur dann, wenn zwischen dem Kind und dem rechtlichen Vater keine „sozial-familiäre Beziehung“ entstanden ist. Verdeutlicht am Fall 2 bedeutet dies: wenn Andrea und Jens sich einig sind, dass Jens weiterhin Vater von Ann Kristin bleiben soll und deshalb Jens sich weiterhin um Ann Kristin kümmert, besteht zwischen beiden eine „sozial-familiäre Beziehung“. Ludger kann deshalb nicht anfechten. Anders wäre es im Fall 1, wenn Hendrik keine „sozial-familiäre Beziehung“ zu der neugeborenen Sophie aufbaut. In diesem Fall könnte Stefan als neuer Partner die Vaterschaft anfechten. Dieser Fall tritt allerdings selten ein, weil in dieser Konstellation Hendrik selbst ein Eigeninteresse daran hat, die Vaterschaft anzufechten, weil er sonst unterhaltspflichtig würde.

Die Vaterschaftsanfechtung ist darüber hinaus an Fristen geknüpft. Sie kann also nicht beliebig lange erfolgen. Man kann eine Vaterschaft nur innerhalb von zwei Jahren anfechten. Diese Frist beginnt jedoch erst zu laufen, nachdem der Anfechtungsberechtigte

VATERSCHAFT – WAS HEISST DAS?

„von den Umständen erfährt, die gegen die Vaterschaft sprechen“. Im Fall 2 beginnt die Frist für Jens nicht schon mit der Geburt von Ann Kristin zu laufen, sondern erst in dem Zeitpunkt zu dem Jens davon erfährt, dass nicht er, sondern Ludger der Erzeuger des Kindes ist.

Warum kann eine Vaterschaftsanfechtung wichtig sein?

Die rechtliche Vaterschaft gibt dem Vater nicht nur Rechte am Kind sondern führt umgekehrt auch zu rechtlichen Verpflichtungen seinerseits gegenüber dem Kind und auch der Mutter. Die rechtliche Vaterschaft führt insbesondere zu Unterhaltsverpflichtungen gegenüber dem Kind (§ 1601 BGB). Sie kann auch zu Unterhaltsverpflichtungen gegenüber der Mutter führen, wenn diese wegen der Pflege und Erziehung des Kindes nicht selbst für ihren Unterhalt sorgen kann und das Kind unter drei Jahren alt ist (§ 1615 I BGB). Diese Dreijahresfrist kann in Ausnahmefällen auch verlängert sein. Wer also verhindern will, als rechtlicher Vater in Anspruch genommen zu werden, weil er nicht der Erzeuger des Kindes ist, muss zunächst die Vaterschaft anfechten.

Wie kann die Vaterschaft angefochten werden?

Die Vaterschaftsanfechtung geschieht in einem gerichtlichen Verfahren. Derjenige der die Vaterschaft anfechten will, muss beim Amtsgericht eine Klage erheben und dort beantragen, dass festgestellt werden möge, dass man nicht der Vater des Kindes ist.





FRAGEN ZUM UNTERHALT

Wer ist unterhaltspflichtig?

Eltern sind ihren Kindern zum Unterhalt verpflichtet. Dies steht so direkt nicht im Gesetz. Dort ist vielmehr davon die Rede, dass „Verwandte in gerader Linie“ verpflichtet sind „einander Unterhalt zu gewähren“ (§ 1601 BGB). Und weil Eltern mit ihren Kindern in gerader Linie verwandt sind, schulden sie ihren Kindern eben Unterhalt. Grundsätzlich müssen beide Eltern Unterhalt leisten (§ 1606 BGB). Die Höhe der jeweiligen Unterhaltsverpflichtung richtet sich dabei nach dem jeweiligen Verdienst der Eltern. Nehmen wir zur Erläuterung unseren obigen Fall 2 und gehen wir davon aus, dass Jens auch nach der Trennung weiterhin der Vater von Ann Kristin bleibt, so müssen sowohl Andrea als auch Jens für den Unterhalt für Ann Kristin aufkommen. Wenn allerdings das Kind Ann Kristin (überwiegend) von ihrer Mutter, Nadine, betreut wird, braucht Nadine keinen Unterhalt in Geld zu zahlen, weil sie ihrer Unterhaltsverpflichtung durch die Betreuung des Kindes nachkommt. In diesem Fall müsste Jens alleine zahlen (§ 1606 Abs.3 Satz 2 BGB).

Etwas anderes gilt dann, wenn beide sich die Betreuung des Kindes gleichmäßig aufteilen, das Kind also in etwa die eine Hälfte der Zeit bei dem einen und die andere Hälfte der Zeit bei dem anderen lebt. In diesem Fall gilt wieder die Grundregel, dass beide Eltern im Verhältnis ihrer jeweiligen Einkünfte Unterhalt leisten müssen. Nehmen wir wieder unseren Fall 2: Gehen wir davon aus, dass Jens 2000 € und Nadine 2000 € verdient und das Kind einen Unterhaltsbedarf von 300 € hat, dann muss Jens 200 € und Nadine 100 € Unterhalt zahlen.

Muss ich für den Unterhalt jede Arbeit annehmen?

Ein unterhaltspflichtiger Elternteil ist gezwungen, jeder zumutbaren Erwerbstätigkeit nachzugehen. Er muss also notfalls auch eine Arbeit annehmen, die nicht seiner Qualifikation entspricht. Auch darf er sich nicht ohne Not seines Arbeitsplatzes entledigen, also zum Beispiel kündigen, wenn es hierfür keine ausreichenden Gründe gibt. Bemüht er sich nicht ausreichend um Arbeit oder kündigt er seinen Arbeitsplatz muss er mit Sanktionen rechnen. Er wird dann – obwohl er kein Einkommen hat – trotzdem zum Un-

terhalt verurteilt. Man nennt dies „fiktiven Unterhalt“. Monat für Monat laufen dann Unterhaltsschulden auf, die sich innerhalb eines kurzen Zeitraumes zu einer hohen Summe aufbauen und darüber hinaus noch zu verzinsen sind. Dies führt den Unterhaltspflichtigen dann in eine oft lebenslang nicht mehr zu lösende Überschuldungssituation. Vor einem solchen Verhalten muss deshalb mit Nachdruck gewarnt werden.

Wieviel Unterhalt schulde ich?

Die Art und Weise der Unterhaltsberechnung ist im Gesetz selbst, also im BGB, nur relativ ungenau geregelt. Die genauen Regeln zur Berechnung des Unterhaltes haben die Gerichte in vielen Jahren in der Rechtsprechung entwickelt und in den sogenannten Unterhaltstabellen der Oberlandesgerichte niedergelegt. Diese Tabellen gelten als wichtige und für die Gerichte verbindliche Quelle zur Berechnung von Unterhaltsansprüchen. Die bekannteste dieser Tabellen ist die so genannte „Düsseldorfer Tabelle“. Wer sich damit auseinandersetzen will, findet sie im Internet unter www.olg-duesseldorf.nrw.de.

FRAGEN ZUM UNTERHALT

Die genaue Berechnung des Unterhaltes gehört zu einer der kompliziertesten Rechtsfragen des Familienrechtes und kann deshalb nur durch spezialisierte Anwältinnen und Anwälte erfolgen. Hier können nur einige wenige Prinzipien aufgezeigt werden:

Unterhalt schuldet nur derjenige der auch leistungsfähig ist (§ 1603 BGB). Wer also selbst nicht genug Geld zum Leben hat, schuldet keinen Unterhalt. Im Verhältnis zu den Kindern gibt es das Sprichwort, dass man für diese „das letzte Hemd“ geben muss. Dies ist nur bedingt richtig, denn das „letzte Hemd“ muss man gerade nicht geben. Dem Unterhaltspflichtigen Elternteil wird vielmehr ein bestimmter Betrag zugestanden, den er selbst zum Leben braucht. Diesen Betrag nennt man „Selbstbehalt“. Er beträgt bei erwerbstätigen Unterhaltspflichtigen gegenüber minderjährigen unverheirateten Kindern mindestens 900 €. In unseren beiden Beispielfällen könnten Hendrik und Jens in jedem Fall 900 € für sich behalten, weil die beiden Kinder minderjährig und unverheiratet sind. In dieser so genannte Selbstbehalt kann erhöht sein, wenn der Unterhaltspflichtige ein höheres Einkommen hat als 1500 €. Eine grobe Orientierung bekommt man, wenn

man in der Düsseldorfer Tabelle beim Kindesunterhalt nachschlägt und dort in die letzte Spalte (Bedarfskontrollbetrag) schaut. Man kann dann ablesen, wie sich der Selbstbehalt (dort Bedarfskontrollbetrag genannt) in Abhängigkeit vom Einkommen erhöht. Allerdings sind die Einzelheiten auch hier komplizierter, als es auf den ersten Blick scheint. Diese Regeln können wieder durchbrochen sein, wenn der Unterhaltspflichtige mehreren Kindern Unterhalt schuldet und sein Einkommen nicht für alle Kinder ausreicht. Dann wird sein unter Umständen erhöhter Selbstbehalt wieder gekürzt. Bei Erwerbstätigen allerdings nie unter 900 €.

Schulde ich neben den Kindern auch der vormaligen Partnerin Unterhalt?

Sofern die Partnerin nicht selbst für ihren Unterhalt sorgen kann, weil sie zum Beispiel das Kind pflegt und erzieht und das Kind unter drei Jahre alt ist, wird auch der vormaligen Partnerin Unterhalt geschuldet. Allerdings ist hier zu berücksichtigen, dass die Partnerin nur einen so genannten „nachrangigen Unterhaltsanspruch“ hat. Wenn also das Einkommen des Unterhaltspflichtigen durch seinen eigenen Selbstbehalt und den Unterhalt für das Kind aufgebraucht wird, ist

kein Geld mehr übrig. Die ehemalige Partnerin geht in diesem Falle leer aus. Verfügt aber der Unterhaltspflichtige über ausreichend eigenes Einkommen, so muss er neben dem Unterhalt für das Kind auch Unterhalt für die vormalige Partnerin zahlen, soweit dieser ein Unterhaltsanspruch zusteht. Der häufigste Fall ist hier – wie gesagt – der Unterhaltsanspruch wegen der Betreuung eines Kindes unter drei Jahren.

Weitere Informationen zum Unterhaltsrecht findet man unter www.familienratgeber-nrw.de unter dem Stichwort „Unterhaltsrecht“.

WIE IST DIE VERTEILUNG DES SORGERECHTS GEREGLT



Aufhebung des gemeinsamen Sorgerechts nach Trennung und Scheidung

Sorgerecht nach der Trennung gibt es grundsätzlich nur, wenn auch schon vor der Trennung ein gemeinsames Sorgerecht bestanden hat. Wer also auch vor der Trennung kein Sorgerecht für das Kind hatte, kann dieses Kapitel überspringen und sofort bei der Frage zum Umgangsrecht weiter lesen (siehe unten 3. c).

Eltern können aus verschiedenen Gründen ein gemeinsames Sorgerecht für ein Kind haben. Entweder weil sie zum Zeitpunkt der Geburt des Kindes miteinander verheiratet waren oder weil sie als nicht verheiratetes Paar eine gemeinsame Sorgeerklärung abgegeben oder nach der Geburt des Kindes geheiratet haben (§§ 1626 und 1626a BGB). Trennen sich Eltern, die ein gemeinsames Sorgerecht haben, dauerhaft, werden beide Fälle gleich behandelt.

Haben Eltern ein gemeinsames Sorgerecht und trennen sie sich, besteht dieses Sorgerecht auch nach der Trennung fort (§ 1671 BGB). Die Eltern üben also auch nach der Trennung gemeinsam das Sorgerecht gemein-

sam aus. In unserem obigen Beispiel 2 ist ausgeführt, dass Andrea und Jens eine „gemeinsame Sorgeerklärung“ abgegeben haben. Beide haben deshalb das gemeinsame Sorgerecht. Dieses bleibt auch nach einer dauerhaften Trennung bestehen. Zu einer Änderung dieses Prinzips kommt es nur, wenn ein Elternteil dies beim Familiengericht beantragt und außerdem weitere Voraussetzungen erfüllt sind. Festzuhalten ist also, dass das gemeinsame Sorgerecht bestehen bleibt, wenn weder der eine, noch der andere Elternteil einen solchen Antrag auf Übertragung der Alleinsorge stellt.

Beantragt ein Elternteil, das ihm das alleinige Sorgerecht übertragen wird, so muss das Familiengericht diesem Antrag zustimmen, wenn auch der andere Elternteil zustimmt. Würde also in unserem obigen Beispiel 2 Andrea den Antrag stellen, dass das Familiengericht ihr das alleinige Sorgerecht übertragen möge und würde Jens diesem Antrag zustimmen, so müsste das Familiengericht diesem gemeinsamen Willen der Eltern folgen. Ausnahmen gibt es nur, wenn es um ein Kind geht, das 14 Jahre und älter ist.

Sind sich die Eltern dagegen nicht einig darüber, ob das Sorgerecht einem Elternteil übertragen werden soll, prüft das Gericht in zwei Schritten: Zunächst prüft es, ob die Übertragung auf einen Elternteil dem Wohl des Kindes besser entspricht als die weitere Ausübung der gemeinsamen elterlichen Sorge. Erst wenn es dies bejaht hat prüft es weiter, ob die Übertragung auf den Antragsteller dem Wohl des Kindes am besten entspricht. Sind sich in unserem obigen Beispiel 2 Andrea und Jens in dieser Frage nicht einig, will zum Beispiel Andreas Alleinsorgerecht und Jens die gemeinsame Sorge, würde das Gericht prüfen, ob es besser für das Kind ist, dass Andrea das Alleinsorgerecht für das Kind hat oder ob es besser für das Kind ist, wenn beide Eltern das elterliche Sorgerecht gemeinsam ausüben. Zu dieser Frage hat es sehr viele Gerichtsentscheidungen gegeben. Die grobe Linie dieser Entscheidungen ist, dass die Gerichte bei der Aufhebung des gemeinsamen Sorgerechts eher zurückhaltend sind. Diese erfolgt nur, wenn eine Einigkeit zu den Grundfragen der Erziehung auch unter Einschaltung von Beratungsinstanzen nicht zu erzielen ist und diese Konflikte zu ständigen Auseinandersetzungen und Reibereien zwischen den

WIE IST DIE VERTEILUNG DES SORGERECHTS GEREGLT

Eltern führen. Begründet wird dies damit, dass diese Auseinandersetzungen und Reibereien sich dann auch nachteilig auf das Kind auswirken.

Schließlich gibt es auch die Lösung, dass nach der Trennung oder Scheidung einem Elternteil ein Teil des Sorgerechtes allein übertragen wird. Können sich in unserem obigen Beispiel 2 Andrea und Jens zum Beispiel wiederholt nicht in der Frage einigen, wo das Kind sich aufhalten soll, mit wem es wann in den Urlaub fährt und bei wem es wann leben soll, so belasten diese Auseinandersetzungen auch das Kind. In diesem Fall könnte einem von beiden ein Teil des Sorgerechtes, nämlich das Aufenthaltsbestimmungsrecht, übertragen werden. Dieser Elternteil könnte dann allein über die streitigen Fragen entscheiden. In allen anderen Fragen müssten die Eltern aber weiterhin gemeinsam entscheiden.

Kommt das Gericht zu dem Ergebnis, dass die Übertragung des Sorgerechtes oder eines Teils des Sorgerechtes auf einen Elternteil dem Wohl des Kindes besser entspricht, als die Beibehaltung der gemeinsamen elterlichen Sorge, muss es - wie dargestellt - weiter

darüber entscheiden, welcher Elternteil das Sorgerecht oder eben den Teil des Sorgerechtes übertragen bekommt. In diese Entscheidung fließen viele Aspekte des Einzelfalles ein. Ganz wesentlich kommt es dabei auf die bisherige Rollenverteilung in der Familie und auf die Bindungen des Kindes zum jeweiligen Elternteil an.

Ausgestaltung des gemeinsamen Sorgerechtes nach Trennung und Scheidung – wer hat welche Entscheidungsbefugnisse?

Im Folgenden geht es um die inhaltliche Ausgestaltung des gemeinsamen Sorgerechtes nach Trennung und Scheidung. Wir nehmen wieder unseren Fall 2 in den Blick: Andrea und Jens behalten auch nach der Trennung das gemeinsame Sorgerecht. Trotzdem kommt es im Alltag immer wieder zu Auseinandersetzungen zu einzelnen Fragen des Sorgerechtes. So sind sich beide nicht einig, welchen Kindergarten Ann Kristin besuchen soll (Andrea will einen „Waldkindergarten“, Jens will einen Kindergarten im Stadtteil). Andrea will Ann Kristin beim Kinderturnen anmelden, Jens meinte dies sei zu früh. Auch bei der Ernährung sind sich beide oft nicht so ganz einig (z.B.: Süßigkeiten, ja – nein – wieviel?).

Wenn Eltern sich trennen und gleichzeitig das gemeinsame Sorgerecht beibehalten, braucht man neue Regelungen für die Ausgestaltung des gemeinsamen Sorgerechtes. Eigentlich umfasst das Sorgerecht die Entscheidungsbefugnis für alle Angelegenheiten, die das Kind betreffen. Eltern oder Elternteile, die das Sorgerecht haben, können und müssen alle Erziehungsfragen für das Kind entscheiden. Sie müssen das Kind in rechtlichen Dingen vertreten. Sie müssen das Kind beaufsichtigen und über ihren Umgang mit anderen entscheiden. Sie müssen über Geld und Vermögen der Kinder wachen und vieles mehr. Leben die Eltern als Familie zusammen, entscheiden sie in der Regel über die einzelnen Angelegenheiten zusammen, haben aber auch bezüglich einzelner Punkte oft eine Aufteilung zu einzelnen Fragen organisiert, so dass in der einen Angelegenheit eher der eine und in der anderen Angelegenheit eher der andere entscheidet.

Diese bisher praktizierte Aufteilung und die bisher praktizierten Absprachen im Alltag können nach einer Trennung in der Regel so nicht mehr fortgeführt werden, weil eben beide Eltern nicht zusammen leben und kurzfristige Diskussionen und Einigungen nicht mehr möglich sind. Dies hat auch der Gesetzgeber er-



kannt und eine eigene Regelung für die Ausgestaltung des gemeinsamen Sorgerechtes nach Trennung und Scheidung geschaffen (§ 1687 BGB). Das Grundprinzip dieser Regelung ist, dass Eltern bei allen wichtigen Fragen gemeinsam entscheiden müssen, während sie bei den weniger wichtigeren Fragen allein entscheiden dürfen. Etwas genauer heißt es im Gesetz, dass Eltern bei allen „Angelegenheiten, deren Regelung für das Kind von erheblicher Bedeutung ist“, „gegenseitiges Einvernehmen“ herstellen müssen. Das sind eben die wichtigen Fragen, bei denen sich die Eltern einigen müssen. In dem Fall 2 ist zum Beispiel die Frage, welchen Kindergarten das Kind besucht, eine solche wichtige Frage. Weitere Beispiele für solch wichtige Fragen sind zum Beispiel auch: die Wahl der Schule und Schulform (Realschule, Gymnasium, Gesamtschule, etc.), die Frage der Religionszugehörigkeit, Wohnortwechsel, etc.

Anders verhält es sich mit den sogenannten „Angelegenheiten des täglichen Lebens“. Diese können von dem Elternteil, bei dem sich das Kind „gewöhnlich aufhält“, allein entschieden werden. Diese Regelung ist nicht so ganz einfach zu verstehen, weil sie zwei unbestimmte Rechtsbegriffe enthält, nämlich den

„gewöhnlichen Aufenthalt“ und die „Angelegenheiten des täglichen Lebens“. Mit dem „gewöhnlichen Aufenthalt“ ist der Lebensmittelpunkt des Kindes gemeint. Ist also die Betreuung in unserem Fall 2 zum Beispiel so organisiert, dass an Ann Kristin überwiegend von Andrea betreut wird, so hat Ann Kristin ihren gewöhnlichen Aufenthalt bei Andrea. Andrea hat dann das Recht zur Entscheidung in Angelegenheiten des täglichen Lebens. Angelegenheiten des täglichen Lebens sind Entscheidungen, die „häufig vorkommen“ und „die keine schwer abzuändernden Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes haben“. Die Frage des Kinderturnens wäre zum Beispiel eine Angelegenheit des täglichen Lebens, die Andrea alleine entscheiden könnte. Weitere „Angelegenheiten des täglichen Lebens“ sind auch kürzere Urlaubsreisen oder Besuche bei Verwandten.

Schließlich verwendet das Gesetz noch eine dritte Kategorie. Es gibt nämlich sogenannte „Angelegenheiten der tatsächlichen Betreuung“, bei denen derjenige Elternteil entscheiden kann, bei dem sich das Kind gerade aufhält. Es geht hier um alle Fragen der Erziehung, die zwar einerseits den Erziehungsalltag prägen,

die aber andererseits von wirklich untergeordneter Bedeutung sind. Nehmen wir wieder unseren Fall 2: Wenn sich Ann Kristin bei Jens aufhält, weil dieser im Rahmen der Absprachen mit Andrea gerade für das Wochenende die Betreuung übernommen hat, so kann er in allen Angelegenheiten der „tatsächlichen Betreuung“ allein entscheiden. Der Gesetzgeber will mit diesem Begriff ausdrücken, dass es Fragen gibt, die von untergeordneter Bedeutung sind und bei denen es unangemessen und unpraktisch wäre, sich hierüber jeweils ins Benehmen zu setzen. Hierzu würde zum Beispiel der im Fall 2 angesprochene Süßigkeitenkonsum zählen, jedenfalls dann wenn er maßvoll und angemessen ist. Weitere Beispiele sind etwa die Ausgestaltung des Fernsehkonsums im Rahmen der Altersangemessenheit, der Besuch einer Sportveranstaltung mit dem Kind, etc.

Man kann sich gut vorstellen, dass Eltern gerade über die scheinbar nebensächlichen Dinge in endlose Auseinandersetzungen und Debatten geraten. Und man kann sich weiter vorstellen, dass Dinge, die für den einen eine „Angelegenheit des täglichen Lebens“ sind, für den anderen „erhebliche Bedeutung“ haben.

WIE IST DIE VERTEILUNG DES SORGERECHTS GEREGLT

In jeder Familie gibt es diese Auseinandersetzungen und sie können letztlich nicht durch eine gesetzliche Regelung entschieden werden, weil die einzelnen Konfliktfelder und die jeweiligen Einschätzungen dazu so vielfältig sind, dass man sie nicht durch ein Gesetz erfassen kann. Wichtig für getrennte Paare, die gemeinsam ein Kind betreuen ist es, den Zweck dieser Regelungen zu erkennen und ihn im Interesse des Kindeswohls umzusetzen. Die hier besprochene Regelung will im Interesse des Kindes einerseits bewirken, dass Eltern sich in den wirklich zentralen Fragen, und das sind die Fragen die für das Kind möglicherweise auch nach vielen Jahren noch eine Bedeutung haben, einig werden. Andererseits will die Regelung im Interesse des Kindes bewirken, dass der Erziehungsalltag für die jeweils betreuenden Elternteile möglichst praktikabel gestaltet wird. Kommt es im Erziehungsalltag zweier getrennt lebender Eltern zu Auseinandersetzungen, ist es im Interesse des Kindes gut und förderlich, wenn beide Eltern sich fragen, ob die jeweils streitige Frage tatsächlich eine Grundsatzfrage in dem oben beschriebenen Sinn ist oder ob man an dieser Stelle nicht auch tolerant sein kann und die andere Auffassung akzeptieren kann.

Nur mit einem gewissen Maß an Toleranz gegenüber den Vorstellungen des jeweils anderen kann das Modell einer gemeinsamen Erziehung der Kinder auch nach Trennung und Scheidung gelingen. Denken Sie nicht aus der Perspektive ihres eigenen Rechtsstandpunktes. Denken Sie aus der Perspektive der Interessen und Bedürfnisse des Kindes!

WIE IST DER UMGANG MIT DEM KIND GEREGLT

Nur mit einem gewissen Maß an Toleranz gegenüber den Vorstellungen des jeweils anderen kann das Modell einer gemeinsamen Erziehung der Kinder auch nach Trennung und Scheidung gelingen. Denken Sie nicht aus der Perspektive ihres eigenen Rechtsstandpunktes. Denken Sie aus der Perspektive der Interessen und Bedürfnisse des Kindes!

Vaterschaft vermittelt ein Umgangsrecht

Jeder Elternteil hat ein Recht zum Umgang mit dem Kind. Umgekehrt hat das Kind ein Recht auf Umgang mit jedem Elternteil (§ 1684 BGB). Diese scheinbar selbstverständliche gesetzliche Regelung ist noch gar nicht so alt. Sie ist erst 1999 in das Gesetz aufgenommen worden und drückt einen wichtigen Grundgedanken aus. Nämlich: der Umgang des Kindes mit beiden Elternteilen dient und nützt dem Kindeswohl.

Schauen wir uns die Regelung genauer an: Die Vorschrift berechtigt und verpflichtet zum Umgang. Umgangsrecht zu haben bedeutet Zeit mit dem Kind verbringen zu können um persönliche Beziehungen und Bindungen zum Kind aufzubauen und zu pflegen. Während der Ausübung des Umgangskontaktes

müssen natürlich auch alltägliche Erziehungsfragen gelöst werden (Bettgehzeiten, Gestaltung des Tages, Essenszeiten, etc.). Deshalb gibt es eine Schnittmenge zwischen Umgangsrecht und Sorgerecht. Deshalb ist auch geregelt, dass der umgangsberechtigte Elternteil, bei dem sich das Kind gerade aufhält, das Recht zur Entscheidung in allen „Angelegenheiten der tatsächlichen Betreuung“ hat (§ 1687a BGB). Dies sind die untergeordneten Angelegenheiten im Erziehungsalltag, die die Ausgestaltung des Tagesablaufes betreffen. Sie sind oben näher erklärt. Dieser sorgerechtliche Teil des Umgangsrechtes steht aber nicht im Vordergrund der Überlegungen des Gesetzgebers. In erster Linie geht es um die persönlichen Bindungen und Beziehungen zum Kind.

Eine weitere wichtige Aussage der Regelung zum Umgangsrecht ist, dass es grundsätzlich allen Eltern zusteht. Anders als das Sorgerecht ist das Umgangsrecht also nicht abhängig davon, ob die Eltern bei der Geburt des Kindes miteinander verheiratet waren oder ob sie eine gemeinsame Sorgeerklärung abgegeben haben. Jeder der „Elternteil“ ist, hat ein Umgangsrecht. Eltern zu sein bedeutet Vater oder Mutter zu



sein. Jeder Vater hat also ein Umgangsrecht. Es gibt hier einen Bezug zu dem oben unter 2. dargestellten „Abstammungsrecht“: Nur der rechtliche Vater hat ein Umgangsrecht. Oder anders ausgedrückt: Derjenige, der bloß biologischer Vater ist, ohne zugleich rechtlicher Vater zu sein, hat grundsätzlich kein Umgangsrecht. Wer sich als Vater in einer solchen Lage befindet und wer Umgangsrecht mit seinem Kind haben will, muss also zunächst versuchen, rechtlicher Vater des Kindes zu werden. Dies kann er im Einvernehmen mit der Mutter durch Vaterschaftsanerkennung bewirken oder auch gegen den Willen der Mutter durch eine sogenannte Vaterschaftsfeststellungsklage erzwingen.

Welche Regelungen zur Ausgestaltung des Umgangsrechtes gibt es?

Ausgehend von der These, dass grundsätzlich der Umgang des Kindes mit beiden Elternteilen dem Kindeswohl dient, hat der Gesetzgeber eine sogenannte „Wohlverhaltensklausel“ (§ 1684 Abs.2 BGB) geschaffen, in der er von jedem Elternteil verlangt, alles zu unterlassen, was das Verhältnis des Kindes zum jeweils anderen Elternteil beeinträchtigt. Wirkt ein Elternteil beständig in der Weise auf das Kind ein, dass das Kind

keinen Umgang mehr zum anderen Elternteil will, so kann dies sogar dazu führen, dass das Familiengericht dieses Verhalten sanktioniert und Maßnahmen gegen diesen Elternteil verhängt.

Grundsätzlich geht der Gesetzgeber davon aus, dass die Eltern sich zunächst über die Ausgestaltung des Umgangsrechtes einigen. Die Eltern sind dabei völlig frei in der Frage, wie und zu welchen Zeiten sie den Umgang organisieren wollen. Erst wenn sich die Eltern über die Ausgestaltung des Umgangsrechtes nicht einigen können, entscheidet das Familiengericht. Es entscheidet dann vor allem in welchem zeitlichen Rahmen das Umgangsrecht ausgeübt werden kann. Darüber hinaus enthalten solche Entscheidungen auch nähere Regelungen zur Ausgestaltung des Umgangsrechtes im einzelnen. Dabei geht es dann um Fragen wie: Urlaubsregelungen, Feiertagsregelungen, den Ort des Umgangskontaktes, etc.

Nehmen wir wieder unseren obigen Fall 2: Gehen wir davon aus, dass Andrea und Jens nach der Trennung kein gemeinsames Sorgerecht mehr praktiziert haben und dass Jens „nur“ noch ein Umgangsrecht zusteht

und gehen wir weiter davon aus, dass Jens und Andrea sich nicht über die Zeiten für die Ausübung des Umgangsrechtes einigen können. Jens hat dann die Möglichkeit, beim Familiengericht eine Entscheidung über die konkrete zeitliche Ausgestaltung des Umgangsrechtes herbeizuführen. In der gerichtlichen Praxis wird auf die Besonderheiten des Einzelfalles Rücksicht genommen. Dabei haben sich aber bestimmte Standards herausgebildet, die als Richtschnur dienen können: So ist es allgemein anerkannt dass auch der sorgeberechtigte Elternteil, der das Kind regelmäßig sieht, mit dem Kind Freizeit am Wochenende genießen können muss, weshalb eine Umgangsregelung, die darauf hinausläuft, dass der sorgeberechtigte Elternteil das Kind unter der Woche betreut, während der Umgangsberechtigte Elternteil das Kind am Wochenende hat, in der Regel nicht möglich ist. Bei Kindern mittleren Alters gibt es deshalb oft die Lösung, dass der Umgangsberechtigte Elternteil das Kind alle zwei Wochen am Wochenende zu sich nimmt. Wichtig erscheint es den Gerichten auch, dass die Umgangskontakte regelmäßig stattfinden, weshalb Regelungen, bei denen die Ausübung des Umgangs-Kontaktes in Blöcken stattfindet (z.B. nur in den Ferien) eher abgelehnt wird.

Entscheidungen über das Umgangsrecht sind nicht „in Stein gemeißelt“. Sie können jederzeit abgeändert werden, wenn sie sich als unpraktikabel erweisen. Dies ermöglicht auch vorläufige Regelungen für bestimmte Zeiträume, die dann nach Ablauf des Zeitraumes auf ihre Praktikabilität hin überprüft werden können. Eine solche „Umgangsregelung auf Probe“ kann in vielen Fällen eine Einigung erleichtern.

WELCHE INSTITUTIONEN UND PERSONEN BERATEN UND UNTERSTÜTZEN MICH?

Beratung durch Träger der freien Wohlfahrtspflege, staatliche und kirchliche Stellen

Es existiert ein engmaschiges Netz an Beratungsstellen, die in Fragen von Trennung und Scheidung sowie den damit zusammenhängenden Fragen der Ausübung des Sorge- und Umgangsrechtes beraten. Die Beratung kann auch anonym erfolgen und ist in der Regel nicht mit Kosten für die Betroffenen verbunden. Es stehen auch Angebote zur Verfügung, bei denen eine Familie längerfristig bei der Bewältigung möglicher Konflikte um die Ausübung des Sorgerechtes oder des Umgangsrechtes begleitet wird. Auch Angebote der „Mediation“, also der freiwilligen konstruktiven Konfliktbewältigung, stehen zur Verfügung. Wenn Sie sich über die einzelnen Beratungsangebote informieren wollen, hilft das Internetportal www.familienratgeber-nrw.de weiter. Unter dem link „Rat und Tat direkt“ finden Sie sowohl nach Regionen als auch nach Themen sortierte Angebote von Beratungsstellen.

Beratung durch das Jugendamt

Eine weitere Möglichkeit, sich beraten zu lassen, finden Sie beim Jugendamt. Das Jugendamt hat den Auftrag, in Fragen der Trennung und Scheidung zu beraten und soll unter anderem auch bei der Entwicklung einvernehmlicher Konzepte für die Wahrnehmung der elterlichen Sorge mitwirken. Darüber hinaus ist das Jugendamt immer auch dann beteiligt, wenn es zu gerichtlichen Verfahren um die Ausgestaltung des Sorgerechtes oder des Umgangsrechtes kommt. Es wird dann vom Familiengericht angehört und um eine Stellungnahme gebeten. Wenn es also zu gerichtlichen Verfahren kommt, ist es sinnvoll, mit dem Jugendamt die Kooperation zu suchen. Kommt es zu Differenzen zwischen den Positionen des Jugendamtes und Ihren eigenen Positionen, kann es sinnvoll sein, die Beratung eines unabhängigen Trägers (z.B. der freien Wohlfahrtspflege) oder auch anwaltliche Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Anwälte und Anwältinnen

In Trennungs- und Scheidungsverfahren ist es wegen der Vielzahl der damit verbundenen Rechtsfragen, insbesondere auch wegen der Unterhaltsfragen, in der Regel erforderlich, anwaltliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Bei der Auswahl des richtigen Anwalts oder der richtigen Anwältin ist es zunächst wichtig, auf Spezialisten zurückzugreifen. Wie bei Ärzten gibt es auch bei den Anwälten so genannte Fachanwälte, die ihre Qualifikation für ein bestimmtes Rechtsgebiet durch gesonderte Prüfungen und Fortbildungen nachweisen müssen. Sofern man nicht über einen Anwalt oder eine Anwältin des Vertrauens verfügt, ist es ratsam, vorrangig nach einem Anwalt oder eine Anwältin mit der Bezeichnung „Fachanwalt für Familienrecht“ zu suchen. Weiter sollte man darauf achten, ob der Anwalt auch für Modelle einer einvernehmlichen Konfliktlösung offen ist und in einem ersten Beratungsgespräch solche Lösungsstrategien diskutieren. Man erkennt solche Anwälte z.B. an Zusätzen auf der jeweiligen Internetseite oder dem Werbeauftritte in den gelben Seiten (Zusätze wie: „Mediation“, „Mediator/Mediatorin“, „anwaltliche Mediation“, „einvernehmliche Konfliktlösung“, etc. sind üblich).



Anwälte kosten Geld. Die Kosten für ein Trennungs- und Scheidungsverfahren können schnell mehrere Tausend Euro erreichen. Zu Beginn eines anwaltlichen Beratungsgesprächs sollte man deshalb die Kostenfrage ansprechen und eine Abschätzung der möglichen Kosten verlangen. Sofern man nicht über ausreichend eigenes Einkommen verfügt, um die Anwaltskosten zu bezahlen, kommt die Inanspruchnahme von Beratungshilfe und auch die Inanspruchnahme von Prozesskostenhilfe in Betracht. Die Einzelheiten hierzu sind ebenfalls mit dem Anwalt zu besprechen. Wenn Sie eine mögliche finanzielle Notlage ihrerseits nicht gegenüber dem Anwalt offen legen, geht dieser davon aus, dass Sie über ausreichend Einkommen verfügen, um seine Kostenrechnung zu bezahlen. Er muss über die Höhe der Kosten auch nicht von sich aus aufklären. Sie müssen dies erfragen. Klarheit an dieser Stelle erspart Ärger bei der späteren Abrechnung.

Unterstützung durch das Familiengericht

Auch das Familiengericht unterstützt Sie bei der Suche nach einvernehmlichen Regelungen zur Ausgestaltung des Sorgerechts und des Umgangsrechts. Es ist gesetzlich dazu verpflichtet, in diesen Fragen auf einvernehmliche Regelungen der Eltern hinzuwirken. Darüber hinaus gibt es ein gerichtliches Vermittlungsverfahren (§ 165 FamFG). In diesem gerichtlichen Vermittlungsverfahren vermittelt das Gericht auf Antrag eines Elternteils zwischen den Eltern, wenn es zu Schwierigkeiten bei der Umsetzung einer gerichtlichen Umgangsregelung kommt (§ 165 FamFG). Das Gericht hat hier verschiedene Instrumentarien an der Hand, die Eltern zu einer einvernehmlichen Regelung zu bewegen.

*Hilfen und
Adressen*



LITERATUR TRENNUNGSVÄTER

Axel Beck: Jedes zweite Wochenende – Ehe, Trennung, Neubeginn. Norderstedt 2.Auflage 2007

Aus dem Klappentext: „Jedes zweite Wochenende“ schildert die Erfahrungen und Gedanken eines Vaters, der sich inmitten der Liebe zu seinen Kindern, der Suche nach innerer Freiheit und Selbstverwirklichung, sowie einer gescheiterten Ehe befindet.

Auf humorvolle wie auch nachdenkliche Weise beschreibt der Autor den nicht einfachen Spagat zwischen dem Wunsch, seinen Kindern auch außerhalb des bekannten Familienmodells weiterhin ein Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit geben zu können, sowie den eigenen Weg im Leben nicht aus dem Auge zu verlieren.

Ein emotionales Buch, das jenen Mut machen soll, die sich in einer ähnlichen Situation zwischen Ehepartner, Kindern und dem Aufbruch in einen neuen Lebensabschnitt befinden.

Peter Ballnik: „Vater bleiben – auch nach der Trennung“. München 2008

Aus dem Klappentext: Wenn eine Beziehung zerbricht, sind es nach wie vor meist die Mütter, die die Haupterziehungsperson der gemeinsamen Kinder werden. Der Konflikt mit der Partnerin und die psychischen Belastungen einer Trennung machen es den Vätern oft schwer, den liebevollen Kontakt zu ihren Kindern aufrechtzuerhalten. Anhand zahlreicher Beispiele zeigt Peter Ballnik praxisnah, wie es Männern gelingen kann, trotz der Trennung ihre Vaterrolle auszufüllen und ein unbelastetes Verhältnis zu ihren Kindern zu entwickeln. Und so gewinnen beide: Väter und Kinder

Gerhard Amendt: „Scheidungsäter – Wie Männer die Trennung von ihren Kindern erleben“. Frankfurt/New York 2006

Aus dem Klappentext: Immer noch herrscht der Mythos vor, Väter würden nach der Scheidung die Mutter mit den Kindern allein lassen. Gerhard Amendt widerlegt diese Sicht. Väter kämpfen oft darum, ihr Leben mit den Kindern möglichst so fortzuführen, wie sie es aus dem Familienalltag gewohnt waren.

Die in diesem Buch zu lesenden Erfahrungsberichte von geschiedenen wie getrennt lebenden Vätern zeigen mögliche Wege für Betroffene, um mit ihrer Situation besser fertig zu werden. Und sie machen deutlich, dass auf Seiten der Gerichte, der Jugendämter und der helfenden Berufe ein Umdenken erforderlich ist.

LITERATUR TRENNUNGSVÄTER

Katrin Hummel: „Entsorgte Väter – Der Kampf um die Kinder: Warum Männer weniger Recht bekommen“. Köln 2010

Aus dem Klappentext: Wenn Frauen den Kontakt zwischen Vater und Kindern nicht wünschen, haben ihre Ex-Männer wenig Chancen, den gemeinsamen Nachwuchs trotzdem zu sehen. Die Dimension dieses Unrechts hat ein tragisches Ausmaß erreicht. Der Grund: Deutschlands Rechtswirklichkeit. Und der weitverbreitete Glaube, dass Frauen die besseren Eltern sind. Deutschland ist ein Land der Mütter. Das Buch enthält Fallschilderungen.

Elisabeth Schmidt/Allard Mees: „Vergiss, dass es dein Vater ist. Ehemals entfremdete Kinder im Gespräch“. Mainz/Norderstedt 2006

Aus dem Klappentext: Vier Trennungskinder im Alter von 15, 20, 28 und 34 Jahren berichten im Gespräch, wie sie die Trennung ihrer Eltern und den Verlust ihres Vaters erlebt haben. Sie schildern ihre Erfahrungen mit Jugendämtern und in Gerichtsverfahren, und sie berichten von der Wiederbegegnung mit ihrem Vater... Ihre Berichte bestätigen einmal mehr: Kinder brauchen beide Eltern, unabhängig davon, ob diese ein Paar bleiben oder nicht.

Remo H. Largo/Monika Czernin: „Glückliche Scheidungskinder – Trennungen und wie Kinder damit fertig werden“. München, 9. Auflage 2009

Aus dem Klappentext: Remo H. Largo und Monika Czernin machen Eltern Mut, die in der schwierigen Situation einer Scheidung sind: Kinder müssen unter der Trennung der Eltern nicht leiden – es gibt Wege, sie glücklich aufwachsen zu lassen. Getrennt leben, aber gemeinsam erziehen, das ist möglich.

Melanie Mühl: „Die Patchwork-Lüge – Eine Streitschrift“. München 2011

Aus der Kurzbeschreibung des Verlags: Im ganzen Land findet man sie, in guten und weniger guten Kreisen, und niemand regt sich mehr über sie auf: Patchwork-Familien. Patchwork ist Flickwerk, das klingt nett und harmlos. Aber taugt es als Muster für unser Leben, unsere Gesellschaft und die Ehe? Melanie Mühl sieht in Patchwork-Familien das Resultat einer weit verbreiteten Lebenshaltung, die Festlegungen scheut. Doch können wir auf Verlässlichkeit so einfach verzichten? Wollen wir in einer Gesellschaft leben, in der Vertrauen regelmäßig enttäuscht wird?

BERATUNGSSTELLEN

Unter

<http://www.dajeb.de>

finden Sie eine Beratungsstelle in ihrer Nähe.

Dort können Sie unter „Beratungsführer online“ die Suche nach Postleitzahlenbereich starten. In der Auswahlliste können Sie die Suche verfeinern. Hier ist „Ehe-, Familien- und Lebensberatung einschließlich der Beratung bei Trennung und Scheidung“ die richtige Wahl.

Eine Auswahl von Beratungsangeboten für Väter finden Sie hier:

[http://www.vaeter.nrw.de/
Beratung/Institutionen/
index.php](http://www.vaeter.nrw.de/Beratung/Institutionen/index.php)

NÜTZLICHE LINKS

www.mfkjks.nrw.de

Ministerium für Familie, Kinder, Jugend,
Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen
u. a. mit Seiten zu den Themenfeldern „Familie“ und
„Kinder & Jugend“

www.bmfsfj.de

Bundesministerium für Familie, Senioren
und Jugend
u. a. mit den Familienreports

www.familienbildung-in-nrw.de

Familienbildung in NRW
u. a. mit dem Innovationsprojekt
„Väter im Blickpunkt“

www.destatis.de

Statistisches Bundesamt Deutschland
u. a. Material zum Themenfeld Familie

www.vaeter-nrw.de

u. a. „Familie“, „Beruf“, „Freizeit“, „Gesundheit“,
„Geld“, „Beratung“

www.vatersein.de

Rechtsfragen

www.scheidungsforum.de

Rechtsfragen

www.wochenendvater.de

Infos zu Scheidung, Trennung, Unterhalt, Kinder

www.trennungsvaeter.de

Website von „Trennungsväter e. V.“
auf das Kindeswohl orientiert > Recht jedes Kindes
auf beide Elternteile

www.vamv.de

Verband alleinerziehender Mütter und Väter e. V.

TRENNUNGSVÄTER

das Leben nicht abreißen lassen...

männerarbeit

**Institut für Kirche und Gesellschaft
der Evangelischen Kirche von Westfalen**

Haus Villigst
Iserlohner Straße 25
58239 Schwerte
Telefon: 0 23 04 / 755 - 373
e-mail: vaterkindagentur@kircheundgesellschaft.de
www.maennerarbeit-westfalen.de
www.kircheundgesellschaft.de

gefördert vom:

Ministerium für Familie, Kinder
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



Evangelische Kirche von Westfalen

