

WENN DIE ELTERN GETRENNT SIND

Trennung und Scheidung sind oft immer noch mit einem Stigma belegt. Es ist traurig, wenn die Beziehung zweier Eltern endet. Aber das muss nicht nur negativ sein. Wenn es beiden Eltern dadurch besser geht, kann die Erfahrung für das Kind sogar positiv sein, denn Kinder bekommen auch in sehr jungem Alter die Atmosphäre im Haus mit, sie spüren, wenn es Spannungen, Streit und Auseinandersetzungen gibt.

WAS ES FÜR DAS KIND ZU BEDENKEN GILT

Stabilität ist extrem wichtig. Das Kind wird wissen wollen, was es zu erwarten hat, darum muss ein regelmäßiger Plan erstellt werden, wann das Kind mit welchem Elternteil Zeit verbringt. Besonders kleine Kinder haben einen starken Ordnungssinn. Das muss Priorität haben.

Seid auf altersgemäße Weise ehrlich zu eurem Kind! Glaubt nicht, es sei zu klein, um zu verstehen, was passiert. Andererseits braucht es auch nicht alle Einzelheiten zu wissen. Haltet euch an die Tatsachen, beteiligt und informiert das Kind, während sich die Situation entwickelt.

Es ist entscheidend, dem Kind gegenüber nur Gutes über das andere Elternteil zu sagen. Wir können mit Freunden, Eltern oder einem Therapeuten über unsere Schwierigkeiten mit dem anderen Elternteil reden, aber nicht mit dem Kind. Vermeidet Streit und Konflikte, wenn das Kind dabei ist, selbst wenn das bedeutet, dass einer die Situation verlassen muss.

Benutzt das Kind nicht als Boten zwischen den Eltern. Es ist nicht Aufgabe des Kindes, Nachrichten zwischen den Eltern und den beiden Haushalten zu überbringen.

Gesteht dem Kind die Verantwortung für seine Sachen zu. Das Kind kann seine Tasche/n selber packen, wenn es den Standort wechselt; wenn es älter wird, kann es sogar mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem Fahrrad von Haus zu Haus fahren. Es muss immer völlig klar sein, an welchen Tagen das Kind am jeweiligen Ort ist, damit alle wissen, wer wann für das Kind verantwortlich ist.

WAS DIE ERWACHSENEN BEDENKEN SOLLTEN

Wir sollten unseren Anteil an der Sache erkennen. Wenn eine Beziehung endet, ist das in der Regel nicht die Schuld einer einzigen Person. Wir sollten zugeben, dass beide ihren Teil beigetragen haben und vieles hätten besser machen können. Beide Partner sind für eine Beziehung verantwortlich.

Einigkeit in den wichtigen Fragen. Wir werden keine Kontrolle darüber haben, was im anderen Zuhause unseres Kindes passiert. Was es isst. Wie es seine Zeit verbringt. Dennoch wäre es ideal, gemeinsame Elterntreffen abzuhalten, um sicherzugehen, dass alle die gleichen Informationen haben, und um über alles zu reden, was die Kinder betrifft, und herauszufinden, wie die Sache bei den jeweiligen Eltern zu Hause läuft. Den Rest müssen wir loslassen.

Holt euch Unterstützung. Es kann gut sein, dass man eine Therapie braucht, um mit der Veränderung klarzukommen. Vielleicht brauchen wir zusätzliche Hilfe von einer Osteopathin, einem Chiropraktiker oder einer anderen Person aus dem Gesundheitswesen, die für Körper und Seele sorgt.

Vergesst nicht, trotz der Trennung werdet ihr immer die Eltern des Kindes und seine Familie bleiben.