

Auswirkungen einer Scheidung auf ein Kind

Allgemeine Gesichtspunkte

Jede Scheidung ist ein *individueller Prozess*, der für jedes Paar und für jede Familie unterschiedlich verläuft. Entsprechend sind die Auswirkungen auf jedes Kind verschieden.

Kinder reagieren – im Sinne von *Symptomträgern* – zum Teil lange vor der eigentlichen Trennung oder Scheidung der Eltern.

Die *Reaktionsmöglichkeiten* sind für ein Kind *altersspezifisch* sehr unterschiedlich. Kleine Kinder können noch kaum mit Stress umgehen, reagieren mit Regression oder Aggression. Älteren Kindern gelingt es besser, das Geschehene zu reflektieren.

Kein Kind entwickelt sich absolut synchron. Deshalb finden sich bei jedem normalen Kind überdurchschnittlich gut entwickelte Persönlichkeitsanteile neben Anteilen, die dem Durchschnitt nachhinken. Psychisch schon vor der Trennung oder Scheidung *auffällige Kinder* weisen oft eine asynchrone Entwicklung auf. Deshalb reagieren gleichaltrige Kinder individuell oftmals sehr unterschiedlich.

Ebenso kommt es vor, dass ein Kind Gelerntes unter Belastung wieder 'vergisst', d.h. *regrediert* (z.B. reaktiv verstärkte Trennungsängste, wieder einnässen...). Besonders ältere Kinder reagieren oft mit vorzeitiger Verselbständigung oder mit *Progression* ihrer Entwicklung; so 'flüchten' beispielsweise Pubertierende aus dem problembeladenen Elternhaus in Kreise ausserhalb der Familie.

Buben

- leiden oft stärker unter einer Scheidung, (insbesondere dann, wenn sie bei einer alleinerziehenden Mutter aufwachsen)
- Väter als Identifikationsfiguren sind oft weniger präsent und verfügbar und Müttern fällt es teils schwer, ihre ehemaligen Partner als positive Vaterfiguren (männliche Bezugsperson) darzustellen
- Buben beantworten Belastungen eher mit Aggression und sind insgesamt weniger fügsam als Mädchen; damit erreichen sie oft, dass sie 'repressiv' behandelt werden (müssen)

Mädchen

- reagieren oft auf Belastung eher mit Rückzugsverhalten; damit erzeugen sie im Umfeld eher Mitleid und Sorge, was häufiger zu affektiver Zuwendung führt
- haben bessere geschlechtsspezifische Identifikationsmöglichkeiten, da die Erziehungsverantwortung viel öfters von der besser präsenten Mutter übernommen wird.

Beachte:

- **Kinder reagieren oft fast ausschliesslich beim sorgeberechtigten Elternteil!**

Im Einzelnen:

Scheidung ist eine Zeit der Angst

Kleine Kinder reagieren allgemein mit verstärkten Ängsten, z.B. Nachtängsten, Trennungsängsten, Angst vor dem Alleinsein. Grössere Kinder zeigen beispielsweise Schulängste.

Scheidung ist eine Zeit der Trauer und der Sehnsucht

Die Kinder zeigen zum Teil sämtliche Reaktionen eines Trauernden (Trauer, Wut, Enttäuschung, Aggression) und tragen diese oft in Form von Verhaltens- und Leistungsstörungen in die Gesellschaft (Unruhe, dysphorische Stimmungen, Aggression, Konzentrationsstörungen...).

Auch nach Jahren ist die Sehnsucht nach Wiedervereinigung der Eltern oft ungebrochen.

Scheidung ist eine Zeit der Sorge

Je jünger das Kind, desto unreifer ist seine Identität; Kinder definieren sich noch stark über ihre Eltern, resp. über die Familie („so wie es bei uns zuhause ist, so ist es normal“). Bricht die Familie auseinander, wird es für Kinder schwieriger, eine eindeutige Identität zu finden. Dementsprechend gross ist die Sorge um sich selber (Selbstunsicherheit)

Die Sorge um den sorgeberechtigten Elternteil ist eng verknüpft mit der Sorge um sich selber: Was passiert, wenn der/die Sorgeberechtigte auch noch weggeht, krank wird, verunfallt, stirbt,...?

Die nicht sorgeberechtigten sind in unserer Gesellschaft zum überwiegenden Teil Männer. Oft haben Kinder mehr oder weniger berechtigte Angst, dass sich die Väter nicht selber versorgen können (kochen, waschen,...). Auch kommt oft der Gedanke auf, allein lebende Väter könnten mit ihrer Einsamkeit nicht umgehen können.

Scheidung ist eine Zeit des Gefühls, abgelehnt zu werden

Dadurch, dass die Eltern oft mit sich selber beschäftigt sind (emotional absorbiert, ökonomische Sorgen,...) haben Kinder oftmals das Gefühl, abgelehnt zu werden. Sie haben Angst, dass sie bei Verärgern eines Elternteils fortgeschickt werden könnten. Zudem ist es für sie unverständlich, dass früher zuverlässig erschienene Beziehungen plötzlich auseinanderbrechen.

Scheidung ist eine Zeit der Einsamkeit

Sehr häufig weiss kaum jemand um die Sorgen der betroffenen Kinder. Oft sind Eltern mit ihrer eigenen Trauer beschäftigt und nehmen ihre Kinder nicht genügend wahr. Oft wagen es die Kinder nicht, ihre Eltern mit den kindlichen Sorgen zusätzlich zu belasten.

Zudem: Ein guter Teil der Kinder schämt sich, ausserhalb des Elternhauses von der Trennung der Eltern zu erzählen.

Kinder werden mit einem riesigen Vertrauen in zwischenmenschliche Beziehungen („Urvertrauen“) geboren. Trennung von Elternteilen erzeugt ein riesiges Misstrauen auf die angebliche Zuverlässigkeit von zwischenmenschlichen Beziehungen; insbesondere dann, wenn die Eltern nicht mehr auf der Ebene als Eltern kommunizieren können und wenn die Kinder den nicht sorgeberechtigten Elternteil aus den Augen verlieren.

Eine Reaktionsform (besonders bei Mädchen) ist der emotionale Rückzug (zum Beispiel: ‚von allem nichts mehr wissen wollen‘ oder ‚ich will nicht mehr drüber reden, ich habe es überwunden‘), was mit extremer Einsamkeit einhergehen kann.

Adoleszenten suchen vermehrt Kontakte ausserhalb der Familie. Damit kommt es häufig zu einer Verkürzung der Adoleszenz bei Jugendlichen (vorzeitige Verselbständigung)

Scheidung ist eine Zeit gespaltener Loyalitäten

Kinder im frühen Schulalter oder jünger sind kaum in der Lage zu erkennen, dass wir sehr verschiedene, oft sich widersprechende oder ambivalente Gefühle mit uns herumtragen. Aus dieser Optik können sie nur schwer begreifen, dass sie sowohl Mutter als auch Vater gleichzeitig lieben dürfen, weil diese ja miteinander zerstritten sind. Sie haben Angst, den einen Elternteil zu verlieren, wenn sie den andern Elternteil mögen. Entsprechend leiden sie oft an massiven Loyalitätskonflikten. Das Nichterfüllen von Loyalitätserwartungen erzeugt massive Schuldgefühle.

Scheidung ist eine Zeit des Ärgers

Oftmals reagieren Kinder mit Aggressionen, Unruhe, Konzentrationsstörungen... und werden deswegen bei verschiedenen Fachstellen zur Abklärung und Betreuung angemeldet (Verhaltens- und Leistungsschwierigkeiten).

Besonders sind dabei Buben betroffen. Immer wieder trifft man auf Eltern, die – weil sie in der eigenen Trauersituation gefangen sind - nicht adäquat Grenzen setzen, resp. Angst haben, den Kindern neben der Scheidung zusätzlich eine (durchaus nötige) Portion Repression zuzumuten.

Scheidung ist eine Zeit des sich schuldig Fühlens

Besonders kleine Kinder realisieren nicht, dass eine Beziehung zwischen den partnerschaftlich verbundenen Eltern besteht. Sie erfahren Beziehungen ‚ich-zentriert‘. Es ist für sie entsprechend unvorstellbar, dass die Paarbeziehung der Eltern in Brüche geht. Sie glauben vielmehr, dass das Wegziehen eines Elternteils Folge eines Bruchs der Eltern-Kind-Beziehung ist. Entsprechend ‚konstruiert‘ das Kind ein eigenes, schuldhaftes Verhalten mit entsprechender Selbstentwertung. Oftmals haben Kinder Angst, bei ungebührlichem Benehmen würden sie auch noch vom anderen Elternteil verlassen werden.

Ursachen der kindlichen Reaktionen auf die elterliche Trennung

Kindliche Reaktionen hängen mit einer *Vielzahl von Variablen* zusammen.

Kindliche Charakteristika

Der *Entwicklungsstand* eines Kindes beeinflusst entscheidend die Art und Weise, wie eine Trennung verarbeitet wird. Jüngere Kinder sind potentiell mehr gefährdet als ältere. Nicht altersgemäss entwickelte, 'schwierige' Kinder werden durch eine zusätzliche Trennung stärker traumatisiert als solche mit einer vorgängig unauffälligen Entwicklung.

Faktoren des Familiensystems

Beziehung zwischen dem Kind und dem nichtsorgeberechtigten Elternteil

Der primär negative Aspekt einer elterlichen Scheidung ist der *Verlust eines Elternteils*, meist des Vaters. Sorgerechtsformen, die den Kindern tragfähige Beziehungen zu beiden Eltern ermöglichen, begünstigen eine gute weitere psychische Entwicklung der betroffenen Kinder. Besonders konnten Zusammenhänge zwischen Selbstwertgefühl und Umgangshäufigkeit festgestellt werden.

Kinder wünschen in den allermeisten Fällen den Kontakt mit dem nichtsorgeberechtigten Elternteil aufrecht zu halten.

Erziehungskompetenz des sorgeberechtigten Elternteils

Besonders in der Nachscheidungsphase sind sorgeberechtigte Elternteile belastet durch Trauerreaktionen und Trennungsschmerzen, welche sich äussern in Form von

- ⇒ einem beeinträchtigten Selbstwertgefühl
- ⇒ Gefühlen, versagt zu haben (bis hin zu depressiven Erkrankungen)
- ⇒ (übergrossen) Schuldgefühlen
- ⇒ Angst

Diese (scheidungsbedingten) *psychischen Reaktionen der Eltern* führen zu Einschränkungen bis zur Paralyse der Erziehungskompetenz des sorgeberechtigten Elternteils.

Die mangelnde Kompetenz äussert sich beispielsweise in

- ⇒ inkonsequenter Führung und Disziplinierung,
- ⇒ Mangel an Kontrolle,
- ⇒ gestörter Kommunikation,
- ⇒ fehlender oder übergrosser Zuwendung (Missbrauch als Tröster)
- ⇒ ungünstigem Umgang mit Aggressivität (zu harte oder fehlende Reaktionen auf Aggressionen).
- ⇒ ungünstigem Beziehungsaufbau (z.B. Missbrauch der ältesten Kinder als 'übervernünftige' Elternersatz-Kinder)

Familiäres Konfliktniveau

Intensiver und häufiger *elterlicher Konflikt* ist generell mit schlechter psychischer Anpassung bei Kindern aus vollständigen wie auch aus geschiedenen Familien verknüpft.

Kinder aus Scheidungsfamilien mit geringem Konfliktniveau sind teils besser angepasst als Kinder aus vollständigen Familien mit hohem Konfliktniveau.

Kindliche Reaktionen (besonders aggressiver Art, wie fehlende Impulskontrolle und schlechte Konfliktfähigkeit; Verhaltensprobleme, mangelndes Selbstvertrauen) sind oft lange vor der eigentlichen Scheidung feststellbar und sind teils Hinweis für eine gestörte Beziehung der Eltern untereinander.

Besonders problematisch ist, wenn Eltern die *Grenzen gegenüber den Kindern nicht wahren* und die Kinder in ihre Probleme als Erwachsene einbeziehen. Eine Scheidung ist nur als Partner möglich (Paarebene); Eltern bleiben sie ein Leben lang (Elternebene):

- ⇒ Einbezug als Schiedsrichter in (Paar) streitereien
- ⇒ Ausspionieren des andern Elternteils
- ⇒ Kinder in Fragen von Sorge- und Besuchsrecht entscheiden lassen (Verweigerung, Elternaufgaben zu übernehmen)
- ⇒ Kinder projektiv dem andern Elternteil zuordnen (z.B. Ablehnung der Tochter durch den Vater, weil sich diese in gewissen Bereichen ähnlich sieht wie die Mutter; oder: Bub wird von der Mutter abgelehnt, weil dieser auf die Trennung aggressiv reagiert und damit dem gewalttätigen Vater ähnlich scheint)

Soziale Faktoren der Einelternfamilie

Der scheidungsbedingte *sozioökonomische Abstieg* ist ein wichtiger Grund, weshalb Kinder traumatisiert auf das Scheidungsgeschehen reagieren. Darunter fällt auch die Aufnahme der Berufstätigkeit durch den sorgeberechtigten Elternteil.

Der *Verlust der gewohnten Umgebung* und des vertrauten sozialen Netzes (Umzug der Einelternfamilie) belastet Kinder stark.

Regelmässige adäquate Alimentenzahlungen korrelieren positiv sowohl mit problemfreierer Entwicklung als auch mit zuverlässigerem Kontakt der Kinder mit dem nicht sorgeberechtigten Elternteil.

Ehestatus / Wiederheirat

Besonders Jungen scheinen nach der Wiederheirat der Mutter - nach anfänglich verstärktem aggressiven Verhalten - zu profitieren.

Faktoren aus dem weiteren Umfeld der Familie

Eine Vielzahl weiterer Variablen gestalten die Anpassung des Kindes an die Nachscheidungsituation mit.

- ⇒ Verfügbarkeit sozialer Netze
- ⇒ Verfügbarkeit / Einflussnahmeversuche/Ideologien verwandtschaftlicher Netze (‚Krieg der Sippen‘)
- ⇒ ökonomische Situation der Familie
- ⇒ kulturelle und ideologische Hintergründe, vor denen sich eine Scheidung abspielt