

Dr. Thomas Kahl

Macht Eltern-Zoff die Kinder kaputt?

Stellen Sie sich vor, Sie sind das Kind. Was wünschen Sie sich von Mutter und Vater am meisten? Jedes Kind will in erster Linie in Geborgenheit aufwachsen. Dazu gehört, dass sich seine Eltern gut miteinander vertragen, dass sie sich möglichst wenig miteinander streiten. Und dass sie nach einer Auseinandersetzung wieder friedlich und liebevoll miteinander umgehen. Eltern, die auf faire Weise miteinander streiten und sich danach wieder miteinander versöhnen, geben ihren Kindern hilfreiche Beispiele dafür, wie sich Konflikte bewältigen lassen. Wenn die Kinder das beobachten können, lernen sie, auch so miteinander umzugehen.

Streitigkeiten werden in der Regel nur dann als etwas Negatives erlebt,

- wenn sie entgleisen und mit körperlichen oder seelischen Verletzungen einhergehen,
- wenn die aufgetretenen Spannungen länger andauern,
- wenn der Eindruck entsteht, dass das weitere Miteinander dadurch nachhaltig gefährdet ist.

Wenn Kinder wegen Streitigkeiten zwischen ihren Eltern beunruhigt sind und sich Sorgen machen, geraten sie in innere Spannungen: Sie fragen sich, was hier los ist und wünschen sich, dass der Unfrieden möglichst bald wieder vorbei ist. Es gibt Kinder, die sich dann die Augen und Ohren zuhalten und sich so lange irgendwohin verkriechen und zittern, bis wieder Ruhe eingekehrt ist. Die Eltern können ihnen helfen, aus diesen Spannungen wieder herauszukommen, wenn sie sich ihnen nach dem Streit zuwenden, auf ihre Beunruhigung eingehen und ihnen verständliche Erklärungen geben.

Da Kinder oft fälschlich annehmen, dass sich die Eltern wegen ihnen gestritten hätten, dass sie irgend etwas falsch gemacht hätten, kann es sinnvoll sein, sie zu fragen, worum es ihrer Meinung nach gegangen sei. Solches Nachfragen kann verhindern, dass die Kinder unzutreffende Vorstellungen entwickeln und verfehlte Schlüsse ziehen – etwa meinen, sie hätten den Streit irgendwie verhindern können oder müssten etwas Bestimmtes tun, damit alles wieder in Ordnung kommt. Wenn sich Kinder nach einem Elternstreit in auffälliger Weise lieb, brav und zuvorkommend verhalten, so kann dies ein Hinweis darauf sein, dass die Kinder derartige Vermutungen entwickelt haben.

Was kann es in Kindern auslösen, wenn den Eltern solches Verhalten nicht gelingt? Die möglichen Folgen hängen natürlich davon ab, wie oft, heftig und anhaltend die Streitigkeiten sind – wie gut die Elternbeziehung insgesamt ist. Wenn Kinder Psychologen vorgestellt werden, weil sie gehemmt, ängstlich, ruhelos, aggressiv, überaktiv, konzentrationschwach, wahrnehmungsgestört oder sonstwie schwierig erscheinen, so können die Ursachen vielfältig sein. Solche Auffälligkeiten

haben ihren Grund häufig, aber nicht immer in einer problematischen Beziehung der Eltern zueinander.

Auch Eltern, die insgesamt gut miteinander zurechtkommen, können schwierige Kinder haben. Das ist vor allem dann der Fall, wenn sich Vater oder Mutter oder beide zuviel, zu wenig oder in einseitiger Weise um ihr Kind kümmern oder wenn es sich überfordert fühlt. Oder wenn Sorgen, Ängste oder Unsicherheiten, unter denen Vater oder Mutter leiden, auf ihre Kinder ausstrahlen und sie belasten. Daneben gibt es Gründe, die mit dem Kindergarten, der Schule oder mit dem Kontakt der Kinder mit Geschwistern oder Gleichaltrigen zusammenhängen. Ferner können sich Komplikationen während der Schwangerschaft oder bei der Geburt ausgewirkt haben. Deshalb ist stets eine gründliche Betrachtung aller möglichen Einflüsse erforderlich. Es hat sich bewährt, nicht nach „Schuldigen“ zu suchen, sondern vor allem nach Mitteln, die helfen können, die Probleme bestmöglich zu beheben.

Die Lebensumstände sind in unserer Gesellschaft so schwierig geworden, dass kaum jemand noch problemlos damit zurechtkommen kann. Deshalb gibt es immer mehr Erwachsene und Kinder, denen Unterstützung gut tut. Erziehungsberatungsstellen, Paarberatung, psychotherapeutische Behandlung, Elternschulen und andere Fördereinrichtungen sind dafür zuständig, stehen aber leider zahlenmäßig noch nicht überall ausreichend zur Verfügung. Mit Wartezeiten ist zu rechnen. Grundsätzlich ist es besser, solche Angebote möglichst frühzeitig zu nutzen - und nicht erst dann, wenn die Situation unerträglich geworden ist und sich die Fronten verhärtet haben.

Falls es bereits soweit gekommen ist, dass die Harmonie zwischen den Eltern schwerwiegend gestört ist, dass sie sich schon innerlich auseinandergeliebt haben, dass ihre Liebe zueinander erkaltet ist oder dass ein Elternteil meint, einen besseren Partner kennengelernt zu haben, so ist das weitere familiäre Zusammenleben ernsthaft gefährdet. Dann stehen die Eltern in der Regel vor der Frage, ob sie sich trennen und scheiden lassen sollten. Dabei überlegen sie häufig, was dies für ihre Kinder bedeuten würde: Wäre es trotz allem besser, aus Rücksicht auf die Kinder weiter zusammen zu wohnen? Auch angesichts dieser schwierigen Entscheidungen hat es sich bewährt, Experten einzuschalten und mit diesen die Gegebenheiten ausführlich zu besprechen. Denn auf diesem Wege ergeben sich immer wieder Ideen und Möglichkeiten, auf die man alleine nicht gekommen wäre. Es lohnt sich, alle gegebenen Mittel zu nutzen, um die bestehenden Probleme zu entschärfen und um weiteren Schwierigkeiten vorzubeugen.

Normalerweise wollen die Kinder, dass ihre Eltern zusammen bleiben. Angesichts der drohenden Trennung der Eltern geraten Kinder in furchtbare Konflikte und innere Spannungen: Sie wollen weder Vater noch Mutter verlieren. Sie können sich nicht vorstellen, zukünftig nur noch bei

einem von beiden zu leben. Es ist für sie schrecklich, die Frage zu beantworten, bei wem sie lieber sein möchten. Die dadurch verursachten seelischen Überforderungen führen oft dazu, dass die Kinder mit Symptomen reagieren, die die Eltern in zusätzliche Schwierigkeiten bringen: Kinder können dadurch körperlich oder psychisch krank werden, ihre Schulleistungen können dadurch sinken, sie können dadurch aggressiv, deprimiert oder innerlich verschlossen werden. Es ist für die Eltern entlastend, auch hier Experten, zum Beispiel Kinder- und Jugendpsychologen, zu Rate zu ziehen.