

Ute Steffens

Trennungskinder begleiten

in den ersten 10 Lebensjahren



© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2023
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Umschlagkonzeption und -gestaltung: Röser MEDIA GmbH & Co. KG, Karlsruhe
Umschlagmotiv: © Vincent Martinet
Fotos im Innenteil auf den Seiten 6: © PeopleImages – GettyImages,
10: © Imagesbybarbara – GettyImages, 18: © middelveld – GettyImages,
24: © Juanmonino – GettyImages, 32: © Halfpoint – GettyImages,
38: © Juanmonino – GettyImages, 47: © FatCamera – GettyImages,
60: © SeventyFour – GettyImages, 75: © photostorm – GettyImages,
84: © Courtney Hale – GettyImages

Satz: Röser MEDIA GmbH & Co. KG
Herstellung: Graspo CZ, Zlín
Printed in the Czech Republic

ISBN Print 978-3-451-39474-4
ISBN EBook (PDF) 978-3-451-83032-7
ISBN EBook (EPUB) 978-3-451-83034-1

Inhalt

Einleitung	5
1. Die besondere Bedeutung von Kita und Grundschule für Trennungskinder	6
1.1 Erziehung geschieht immer in Beziehung	7
1.2 Regelmäßigkeit und Zuverlässigkeit geben Sicherheit	8
2. Psychische Auswirkungen einer Elterntrennung: Die Seite der Kinder	10
2.1 Kindliche Symptome bei der Trennung der Eltern	12
2.2 Hintergründe zur Entwicklung, um Trennungskinder besser zu verstehen	15
3. Psychische Auswirkungen einer Trennung: Die Seite der Eltern	18
3.1 Die fünf Säulen der Identität	19
3.2 Phasen einer Elterntrennung	22
3.3 Die Dauer der Trennungskrise	22
4. Die besonderen Bedürfnisse von Trennungskindern	24
4.1 Kinder brauchen beide Eltern	25
4.2 Korrektur des spontanen Schuldimpulses	25
4.3 Kinder müssen sich selbst als im Wachsen und Werden begreifen	27
4.4 Kinder dürfen nicht in Loyalitätskonflikte geraten	28
4.5 Schutz vor Parentifizierung	29
4.6 Kinder brauchen authentische und verantwortungsvolle Kommunikation	30
5. Mit Trennungskindern achtsam sprechen	32
5.1 Niemals bohren!	33
5.2 Die vier Seiten einer Nachricht	33
5.3 Ich-Botschaften	34
5.4 Das aktive Zuhören	35

6. Trennungskinder im Krippenalter unterstützen	38
6.1 Das erste Lebensjahr	39
6.2 Pädagogische Angebote während des ersten Lebensjahres	41
6.3 Das zweite und dritte Lebensjahr	43
6.4 Pädagogische Angebote während des zweiten und dritten Lebensjahres	45
6.5 Wenn ein Elternteil fehlt	46
7. Der Umgang mit Trennungskindern im Kindergartenalter 47	
7.1 Kinder von drei bis sechs Jahren	48
7.2 Die besondere Bedeutung einer Elterntrennung für Kindergartenkinder	51
7.3 Pädagogische Angebote für drei- bis sechsjährige Trennungskinder	54
7.4 Wenn ein Elternteil fehlt	59
8. Trennungskinder im Grundschulalter stärken	60
8.1 Kinder von sechs bis zehn Jahren	61
8.2 Trennungskinder in Hort und Grundschule	63
8.3 Pädagogische Intervention in Schule und Hort	68
8.4 Wenn ein Elternteil fehlt	73
9. Vertrauensvolle Erziehungspartnerschaft mit Trennungseltern	75
9.1 Elterntrennung – ein sensibles Thema für alle Beteiligten	77
9.2 Die besondere Erziehungspartnerschaft in der Krippe	79
9.3 Regelmäßigkeit und Zuverlässigkeit im Elternkontakt	80
9.4 Eine Infothek für Eltern einrichten	80
9.5 Themen-Elternabende gestalten	81
9.6 Vernetzungsangebote für (Trennungs-)Eltern	82
10. Im Blickpunkt: Das Elterngespräch	84
10.1 Verschiedene Arten von Gesprächen mit Trennungseltern	85
10.2 Ziele der Elterngespräche im Trennungsfall	92
10.3 Das Setting des Elterngesprächs	95
10.4 Geeignetes Handwerkszeug für das Gespräch	99
Schlusswort	110
Literatur	111

Einleitung

Die Fähigkeit von Kindern, sich selbst und ihre Umgebung
realistisch wahrzunehmen, ist der Gradmesser
für ihre seelische Gesundheit.

Inzwischen können wir davon ausgehen, dass nahezu jede zweite Familie einmal eine Trennung erlebt. Die Anzahl der Trennungskinder steigt, und das spüren auch pädagogische Fachkräfte in Krippe, Kita, Hort und Grundschule.

Um Kinder in dieser konflikthaften Zeit der Veränderung wirkungsvoll unterstützen zu können, benötigen Fachkräfte nicht nur entwicklungspsychologische Informationen über die besonderen Bedürfnisse und Konflikte von Trennungskindern, sie brauchen auch Kenntnisse über Gesetzmäßigkeiten der elterlichen Krise. Denn Erziehung geschieht immer in Beziehung. Das bedeutet, dass die familiäre Atmosphäre sowie der Umgang mit den Kindern durch die Trennung stark geprägt sind.

Aus diesem Grund widmen sich die ersten Kapitel dieses Buches nicht nur den besonderen entwicklungsbedingten Bedürfnissen und Konflikten von Trennungskindern, sondern auch der psychischen Ausnahmesituation der Eltern. Wir betrachten damit beide Seiten einer Medaille. Es braucht sowohl entwicklungspsychologische Kenntnisse über die altersabhängigen Bedürfnisse und entwicklungsbedingten Konflikte von Kindern als auch Informationen über typische Effekte einer Elterntrennung bei den Erwachsenen, denn die sind es, die sich auf die Beziehung und damit auf die Entwicklung von Kindern auswirken. Beides zusammen bildet die Grundlage für die fachliche Intervention im pädagogischen Alltag in Krippe, Kita, Hort und Grundschule, für die in den folgenden Kapiteln praxisnahe, fundierte Anregungen gegeben werden..

Nicht zuletzt beschäftigt sich das Buch dann mit Bedingungen und Anregungen für eine Erziehungspartnerschaft zum Wohle der Kinder im schwierigen Spannungsfeld einer Elterntrennung. Hier liegt der Schwerpunkt auf der Vorbereitung und Gestaltung von Gesprächen mit betroffenen Eltern.



1.

Die besondere Bedeutung von Kita und Grundschule für Trennungskinder

Krippen, Kitas, Horte und Grundschulen bieten Trennungskindern eine **unschätzbare Res-source** zur psychischen Stabilisierung. Eine Elterntrennung ist eine familiäre Veränderung mit dem Potenzial, Kinder zu verunsichern und zu überfordern. Wenn es uns gelingt, Trennungskinder bedürfnisorientiert durch diese akute, zeitlich begrenzte Verunsicherung zu begleiten, können wir die davon ausgehenden Gefahren abwenden und gleichzeitig die ihr innewohnenden **Chancen für eine gesunde kindliche Entwicklung** nutzen.

In Deutschland erlebt inzwischen nahezu jede zweite Familie einmal eine Trennung. Betroffen ist also auch die Hälfte aller Kinder unterschiedlichen Alters – Kinder, die keinerlei Verantwortung für die Situation tragen und dennoch von deren Auswirkungen existenziell betroffen sind. Schließlich verändert die Trennung der Eltern ihre Familie. Aus der Zwei-Eltern-Familie wird in den allermeisten Fällen eine Ein-Eltern-Familie. Ein Elternteil verlässt den bis dahin gemeinsamen Familienalltag. Die Beziehung zu beiden Eltern, die Kinder bis dahin als konstante Größe und als zusammengehörend in ihrem Familienalltag erlebt haben, verändert sich. Die Loyalität der Eltern untereinander kann zeitweise sogar in ein offenes Zerwürfnis umschlagen.

Nicht die Tatsache der Trennung selbst belastet Kinder und beeinträchtigt unter bestimmten Voraussetzungen ihre gesunde Entwicklung. Es ist die **temporäre Lebenskrise der Eltern**, die sich auf ihre emotionale Verfügbarkeit und ihr Verhalten ihren Kindern gegenüber auswirkt. Je nachdem, wann eine Trennung stattfindet, trifft dieses Ereignis auf entwicklungsbedingte Glaubenssätze, Möglichkeiten und Konflikte, die dafür verantwortlich sind, wie Kinder spontan mit dieser Krise umgehen. **Je nach Alter des Kindes bekommt eine Elterntrennung eine etwas andere Bedeutung**. Ein Jugendlicher in der Pubertät verarbeitet dieses Ereignis anders als ein Kindergartenkind.

1.1 Erziehung geschieht immer in Beziehung

Erziehung geschieht immer in Beziehung – das gilt sowohl für die Eltern und die Familie als auch für die Kita oder die Schule. Die Erwachsenen sind es, die Kinder in ihrer Entwicklung begleiten, sie fördern, fordern und ihnen Grenzen setzen. Sie geben den kindlichen Bedürfnissen Raum und sind Modelle, bieten Anreize, die in ihnen den Wunsch entfachen, selbst einmal groß und erwachsen zu sein.

Die 18. Shell-Studie kommt 2019 zu dem seit dem Jahr 2002 unveränderten Ergebnis, dass die Gründung einer Familie das wichtigste Ziel der befragten Jugendlichen ist. Kein Wunder also, dass eine Trennung eine massive Lebenskrise für die Betroffenen darstellt und von Gefühlen der Scham und des Scheiterns begleitet ist. Das ist das Paradoxe an Elterntrennungen: Obwohl beinahe jede zweite Familie einmal davon betroffen ist, fühlen sich die Erwachsenen als Außenseiter, als die, die es „nicht geschafft haben“.

Zudem stellt eine Elterntrennung, also das Zerplatzen eines so wichtigen Lebensziels, aus psychologischer Sicht für die Einzelnen eine **massive Lebenskrise** dar. Obwohl angesichts der Häufigkeit von Elterntrennungen jeder und jede Betroffene mit Sicherheit andere Eltern kennt, die sich ebenfalls getrennt haben, fühlen sie sich als die Einzigen, die sich so schwer damit tun. Alle anderen scheinen diese gewaltige Veränderung quasi nebenbei, wie selbstverständlich zu bewältigen.

Betroffene Eltern fühlen sich dementsprechend häufig isoliert – und das in einer Zeit, in der sie stark gefordert, manchmal vielleicht sogar überfordert sind. In der Regel lieben Eltern ihre Kinder. Sie wollen gute Eltern sein. Der Soziologe Thomas Ziehe spricht schon 1980 von Kindern als dem sinngebenden Element für Eltern. Kinder sind ein wesentlicher Teil der elterlichen Identität. Und nun müssen sie ihre neue Identität als getrenntes Elternpaar schaffen. Anders als zum Beispiel bei jungen Erwachsenen ist es während der ersten zehn Lebensjahre der Kinder dazu unerlässlich, sich mit dem Ex-Partner bzw. der Ex-Partnerin zu verständigen. Die Erkenntnis, **über die Kinder miteinander verbunden** zu bleiben, ist eine **ungeheure Herausforderung** in einer Zeit, in der sich die Ex-Partner und Ex-Partnerinnen zeitweise kaum etwas mehr wünschen, als die jeweils anderen aus ihrem Leben zu verbannen.

All das wirkt sich zwangsläufig auf den Umgang mit den Kindern aus. Kinder fragen sich, was diese Veränderung für sie bedeutet. Häufig fühlen sie sich spontan schuldig. Sie sind ratlos, weil sie ihre Eltern emotional als weniger verfügbar und verunsichert in der Kommunikation erleben.

Für Krippe, Kita, Hort und Schule ist eine Elterntrennung häufig eine große Herausforderung. Sie ist jedoch auch eine **Riesenchance für die Erziehungspartnerschaft**. Je besser diese Partnerschaft gelingt, umso größer ist auch die Chance für betroffene Kinder, die Trennung ihrer Eltern unbeschadet zu überstehen.

Pädagogische Fachkräfte können die Kinder stärken, mit den Eltern im Sinne der gesunden Entwicklung ihrer Kinder zusammenarbeiten und gegebenenfalls weiterführende, professionelle Hilfen empfehlen, wenn sie die Notwendigkeit dazu erkennen.

1.2 Regelmäßigkeit und Zuverlässigkeit geben Sicherheit

Mit ihrem bindungsorientierten Arbeiten, der systematischen Beobachtung, Elternarbeit und altersangemessenen Methoden der Entwicklungsförderung verfügen Fachkräfte über wertvolle Instrumente der pädagogischen Arbeit. Sie sind damit in der Lage, der phasenwei-

se unvermeidlichen Verunsicherung von Trennungskindern die so dringend erforderliche **Erfahrung von Sicherheit und Stabilität** entgegenzusetzen. Damit verfügen pädagogische Einrichtungen nicht nur über Mittel zur Entwicklungsförderung, sondern auch zur **Förderung der Resilienz** betroffener Kinder.

Resilienz ist die Fähigkeit, sich selbst in schwierigen und belastenden Situationen zu schützen.

Die Bedeutung der Kindertageseinrichtungen kann für Trennungskinder im Hinblick auf deren psychische Stabilisierung gar nicht hoch genug eingeschätzt werden! Schließlich sorgen sie in einer Phase tiefster Verunsicherung aufgrund von häuslichen Veränderungen durch gleichbleibende Strukturen, transparente Regeln und Grenzen für Sicherheit und bieten Kindern eine Orientierung.

Auch wenn die **Ursachen der kindlichen Verunsicherung** in der Familie liegen und die Zusammenarbeit mit den Eltern unerlässlich ist, muss jedoch grundsätzlich klar sein, dass die **Aufgabe der pädagogischen Fachkraft deutlich begrenzt auf das Wohl des Kindes** ist. Eine Erziehungspartnerschaft ist in diesem Zusammenhang natürlich besonders wichtig und wünschenswert, und doch sind pädagogische Fachkräfte weder Psychotherapeuten und -therapeutinnen, noch können sie es sich leisten, als moralische Instanz missverstanden zu werden, die Eltern in ihrer Kompetenz infrage stellen oder ihr Handeln verurteilen.

