

Beratung und Mediation für Eltern in Trennung

Zwei Menschen verlieben sich, sie gründen eine Familie und bekommen Kinder. Irgendwann verstehen sie sich nicht mehr, trennen sich. Und verhalten sich, als hätten sie keine gemeinsamen Kinder. Reden nur noch, um sich zu widersprechen und gegeneinander zu kämpfen. Sie wollten sich trennen, um weniger streiten und streiten jetzt mehr denn je. Das ist leider oft die Realität. **Und die Kinder leiden!**

Eine Trennung an sich ist für Kinder kein Unglück.

Was Kinder verletzt, ist der Kampf danach.

Wenn die beiden Menschen, von denen sie stammen und die sie lieben, sich gegenseitig kleinreden, abwerten, bekämpfen. Ein Kind ist schließlich ist immer auch die Summe seiner beiden Elternteile. Wenn vom jeweils anderen ständig entwertet werden, trifft es immer auch das Kind selbst.



Auch wenn sich zunächst alles nach Scheitern anfühlt, man verletzt, müde, manchmal wütend ist. Ob man will oder nicht, man ist gezwungen, genau mit der Person weiter zu kooperieren, von der man sich eigentlich lösen wollte.

Manchen wird im Laufe von Gesprächen irgendwann klar.

Die Beziehung wandelt sich. Selbst wenn die Trennung juristisch abgeschlossen ist, wenn Kinder im Spiel sind, bleiben Ex-Partner miteinander verbunden.

„Wir sind kein Paar mehr, doch wir sind immer noch ein Eltern-Team.“

Dieses Team hat andere Regeln. Es geht nicht mehr um Leidenschaft, sondern das Team braucht Kommunikation und Verlässlichkeit. Auch wenn die ehemaligen Partner eine gescheiterte Beziehungs-Geschichte haben, ist der andere dadurch nicht als Gegner oder Feind anzusehen, sondern Eltern sprechen über ihre Kinder als **Menschen, die weiterhin eine wichtige gemeinsame Aufgabe haben, nämlich ihre Kinder bestmöglich „groß zu bekommen“.**

Diese Haltung verändert etwas Grundlegendes. Sie verschiebt den Blick.

Plötzlich sieht man im anderen nicht mehr den Menschen, der einen verletzt hat, sondern den Menschen, der dieselben Kinder liebt wie man selbst.

Man trennt zwischen dem, was privat nicht mehr funktioniert, und dem, was gemeinschaftlich weiterhin funktionieren muss. Und das ist der Unterschied zwischen einer Trennung, die zerstört, und einer, die trägt.

Man nennt es „kooperative Elternschaft“ oder Co-Parenting.

Co-Parenting ist eine der anspruchsvollsten sozialen Kompetenzen überhaupt. **Es verlangt emotionale Reife, Kommunikationsfähigkeit und die Bereitschaft, auf**

Verletzungen nicht reflexhaft mit Vergeltungsangriffen zu reagieren. Es bedeutet, nicht den "besseren" Elternteil geben zu wollen, sondern den kooperativen. Eltern vermitteln im besten Falle über ihr Handeln, dass sie selbst daran glauben, was sie ihren Kindern am Anfang häufig sagen: „dass wir immer noch eine Familie sind und das auch bleiben werden.“

Studien haben gezeigt,

dass sich Kinder trotz Scheidung in ihrer Beziehungsfähigkeit „normal“ entwickeln und im Leben besser zurechtkommen, wenn ihre Eltern sich an bestimmte Kommunikations- und Verhaltensregeln halten und in Kinderangelegenheiten kooperieren.

Unsere Angebote:

In einer solchen familiären Ausnahmesituation kann es sehr hilfreich sein, sich professionelle Hilfe „von außen“ zu holen.

Seit vielen Jahren bietet die Beratungsstelle getrenntlebenden Eltern die Möglichkeit, mit einer neutralen Institution zusammenzuarbeiten, wie Sie strittige Themen zur elterlichen Sorge und zum Umgang miteinander absprechen und vereinbaren können, auch ohne Familiengericht, Jugendamt und Rechtsanwälten. Die Gespräche sind kostenfrei und unterliegen der Schweigepflicht.

Die Gespräche bzw. Mediation mit einem*r allparteilichen Berater*In können Ihnen dabei helfen,

- mit dem anderen Elternteil in Umgangs- und Erziehungsfragen wieder eine konstruktive Gesprächsbasis aufzubauen
- Konflikte zu de-eskalieren und damit den Stresspegel für alle Beteiligten, besonders für Ihr Kind, herunter zu fahren
- die Gefühle und Bedürfnisse Ihres Kindes im Blick zu behalten und diese nicht mit dem Elternkonflikt zu vermischen
- hinter den festgefahrenen Positionen die Interessen, Motive und Bedürfnisse eines jeden Elternteils herauszuarbeiten und zu würdigen
- tragfähige Lösungsoptionen zu erarbeiten und diese schriftlich zu dokumentieren
- sich Stück für Stück neues Vertrauen zu erarbeiten und zum gegenseitigen Nutzen miteinander zu kooperieren

Unsere Kontaktdaten:



BERATUNGSSTELLE

für Eltern, Jugendliche und Kinder im Landkreis Main-Spessart

Beratungsstelle für
Eltern, Jugendliche und Kinder
Gemündener Straße 15-17
(Seiteneingang Gemündener Str.)
97753 Karlstadt
☎ 09353/793-1580
✉ Erziehungsberatung@Lramsp.de

MAIN SPESSART
bunterleben

Bayernsches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales