

# „Nahezu alle Kinder leiden“

**INTERVIEW** Scheidungsforscher Claus Koch erklärt, wie Trennungskinder wieder glücklich werden

VON MATTHIAS LOHR

Geht es in Familienratgebern um Trennung, ist meist nur von den Erwachsenen die Rede. Aber wie geht es eigentlich den Kindern? Das erklärt der aus Göttingen stammende Psychologe Claus Koch in seinem neuen Buch „Trennungskinder. Wie Eltern und ihre Kinder nach Trennung und Scheidung wieder glücklich werden“.

**Herr Koch, laut einer Studie gehen drei Viertel aller Trennungskinder unbelastet ins Erwachsenenleben, ein Viertel leidet hingegen lebenslang. Wie können Trennungskinder wieder glücklich werden?**

Nahezu alle Kinder leiden unter der Trennung ihrer Eltern. Es gibt nur ganz wenige Ausnahmen. Die einen fressen das in sich hinein, die anderen reagieren eher aggressiv. Der entscheidende Punkt ist, dass eine Trennung einige existenzielle Bedürfnisse von Kindern berührt. Jedes Kind hat zum Beispiel ein Bedürfnis nach Sicherheit und Geborgenheit, wenn es auf die Welt kommt. Dieses Bedürfnis hält sehr lange an – mindestens bis die Kinder in die Pubertät kommen. Zudem wollen Kinder als wertvoll anerkannt werden. All diese Bedürfnisse werden berührt, wenn die Eltern sich trennen.

**Wie macht sich das im Alltag bemerkbar?**

Kinder empfinden in solchen Situationen eine große Ohnmacht. Sie können tun und lassen, was sie wollen, die Eltern trennen sich trotzdem. Eltern sagen ihren Kindern, dass sie das Wichtigste in ihrem Leben seien. Plötzlich fällt sie eine Entscheidung, unter der die Kinder leiden.

**Aber wie werden sie wieder glücklich?**

Entscheidend ist, wie mit diesen Grundbedürfnissen umgegangen wird. Die Kinder müssen sich bei ihren Eltern weiterhin sicher und geborgen fühlen können. Sie müssen anerkannt werden mit ihren Ängsten, aber auch mit ihren Wünschen. Werden die Kinder größer, sollten die Eltern die Ohnmachtsgefühle auch ansprechen und ihnen Hilfe anbieten. Die Botschaft lautet: „Wir sind weiter für euch da, auch wenn wir getrennt sind.“



**Etwa 180 000 Kinder sind jedes Jahr von einer Trennung betroffen:** Eltern sollten sich auch danach gemeinsam um die Erziehung kümmern. So können Kinder eine Trennung gut überstehen, sagt Scheidungsforscher Claus Koch.

FOTO: GISELA BUSCH

**Was ist, wenn sich Eltern nach der Trennung weiter streiten?**

Wenn es bei einer Trennung nicht gut läuft, entstehen Loyalitätskonflikte. Macht der eine den anderen schlecht, wissen Kinder nicht mehr, zu wem sie gehören. Gern übernehmen sie Meinungen wie: „Der Papa ist böse.“ Sind die Kinder bei dem anderen, übernehmen sie auch gern dessen Meinung. Sie wünschen sich die Bindung zu beiden Elternteilen.

**In Großstädten wird jede zweite Ehe geschieden. Sie schätzen, dass jedes Jahr 180 000 Kinder von einer Trennung betroffen sind. Warum ist das auch eine gute Nachricht?**

Die gute Nachricht ist, dass Trennungskinder heute anders als früher nicht mehr stigmatisiert werden. In Kitagruppen und Schulklassen machen sie die Erfahrung,

dass bis zur Hälfte der anderen Kinder getrennte Eltern haben. Ältere Kinder können sich austauschen über ihre Erfahrungen. Das nimmt ihnen Ängste. Kinder fassen eine Trennung also nicht mehr als Schicksalsschlag auf, den sie nur allein erleben.

**Gibt es einen am wenigsten schlimmen Zeitpunkt, sich zu trennen?**

Nein, bis etwa zwölf Jahren entwickeln die Kinder starke Verlustängste. Dafür kann es in der Pubertät zu Konflikten mit den Eltern kommen, weil sich Mädchen und Jungen durch die Trennung in eine Trotzphase begeben. Selbst junge Erwachsene berichten häufig, dass sie der Entschluss ihrer Eltern sehr stark getroffen hat. Es gibt also nie einen geeigneten Zeitpunkt für eine Trennung.

**Manche Kinder denken: „Hätte ich mein Haustier**

**gefüttert, hätten sich meine Eltern nicht getrennt.“ Wie kann man Kindern Schuldgefühle nehmen?**

Indem man von Anfang an sagt: „Die Verantwortung für die Trennung liegt bei uns Erwachsenen. Wir haben uns dazu entschieden, weil es besser für uns ist und weil wir glauben, dass ihr unter dem ständigen Streit leidet.“ Niemals darf man den Kindern die Schuld zuschieben.

**Derzeit wird über Residenz- und Wechselmodell diskutiert. Welches Betreuungsmodell ist besser?**

Das kommt auf das Alter an. Je jünger die Kinder sind, desto mehr brauchen sie einen sicheren Hafen. Beim Residenzmodell, bei dem sie vor allem bei einem Partner leben, können sie sich leichter geborgen fühlen. Für ein Alter zwischen sechs und zwölf Jahren ist dagegen das Wechselmodell sehr geeignet, das

in Skandinavien weit verbreitet ist. Hier können Kinder beide Eltern auch im Alltag erleben, was wichtig ist. Erschreckend ist beim Residenzmodell, dass etwa die Hälfte der Väter nach ein bis zwei Jahren fast jeglichen Kontakt zu seinen Kindern verliert. Auch hier kann das Wechselmodell helfen, denn viele wollen nicht mehr nur Wochenendväter sein.

**Ganz besonders empfehlen sie Coparenting. Werden Getrennte dabei doch wieder zu einem Paar?**

Nein, Coparenting heißt, dass sich beide Eltern auch nach der Trennung gemeinsam um die Erziehung kümmern. Sämtliche Studien zeigen, dass dies ganz wichtig ist, damit Kinder eine Trennung gut überstehen. Das klappt aber nur, wenn man in der Lage ist, zwischen der Eltern- und der Paarebene zu unterscheiden. Nach anfänglichen

Verletzungen findet das Paar auf der Elternebene wieder zusammen und sorgt gemeinsam für die Kinder.

## ZUR PERSON



**Claus Koch** (69) wuchs in Göttingen auf, studierte in Heidelberg sowie Paris Psychologie und lehrte an der Uni Bielefeld. Mitgründer des Pädagogischen Instituts Berlin. Der Vater von vier Kindern hat selbst eine Scheidung hinter sich und lebt in Heidelberg. „Trennungskinder“ (224 S., 18 Euro) ist bei Patmos erschienen. mal FOTO: STEFAN GELBERGINH

## Die langwierige Heilung der Patientin Notre-Dame

**BRIEF AUS PARIS** Das ehrgeizige Ziel, die ausgebrannte Kathedrale in fünf Jahren wieder aufzubauen, gerät in Gefahr

VON BIRGIT HOLZER

Die Flammen der Kathedrale Notre-Dame waren erst wenige Stunden gelöscht, da wandte sich Emmanuel Macron mit feurigen Worten an seine Landsleute. „Wir sind ein Volk von Baumeistern und ja, wir werden Notre-Dame noch schöner als zuvor wieder errichten“, sagte der französische Präsident am 16. April, einen Tag nach dem Brand. In fünf Jahren solle das vollbracht sein.

Es galt, eine Hoffnung zu geben, einen Trost – die große Erschütterung über die

von Flammen zerstörte gotische Kathedrale schien zu zeigen, dass sie so etwas wie das heimliche Wahrzeichen von Paris ist. Hätte es beim Eiffelturm einen ebenso großen Aufschrei gegeben?

Das verletzte historische Juwel sollte also möglichst schnell wieder heil werden. Doch indem er diesen ehrgeizigen Zeitplan vorgab, setzte Macron die Verantwortlichen unter großen Druck. Schnell drehten sich die Fragen um die Form des Wiederaufbaus – identisch oder mit einem modernen Element? Mit welchen Materialien? Die Regierung rief einen internationa-

len Architektenwettbewerb aus.

Doch viereinhalb Monate später erscheint der Beginn der Restaurierungsarbeiten in weiter Ferne. Diese „werden nicht vor frühestens dem ersten Semester 2020 aufgenommen“, teilte das Kulturministerium mit. Zuvor geht es um die Konsolidierung des Bauwerks. Und die dauert, wie jetzt deutlich wird.

Denn bei dem Brand wurden ein Teil der Dachkonstruktion und der Spitzurm zerstört, den der Architekt Eugène Viollet-le-Duc im 19. Jahrhundert auf das Monument gesetzt hatte. Zeitweise



**Birgit Holzer**  
Paris

mussten die Stütz-Arbeiten ausgesetzt werden, um den Ort einer Entkontaminierung zu unterziehen.

Zu groß erschien die Bleibelastung für die Arbeiter. Mehr als 400 Tonnen Blei schmolzen bei dem Brand und verbreiteten sich als Partikel in

der Luft im ganzen Viertel. Vor allem auf dem Vorplatz der Kathedrale wurden Bleikonzentrationen gemessen, die die zulässige Schwelle um ein Vielfaches überschritten. Auch mehrere Schulen und Schulhöfe in der Nähe wurden gereinigt. Über die tatsächliche Gefahr ist ein Streit zwischen Behörden und Umweltschützern entbrannt.

Während die Diözese hofft, die Kathedrale oder einen Teil davon möglichst bald wieder für die Gläubigen zugänglich zu machen, bietet die Schließung Wissenschaft-

lern eine einzigartige Chance. „Zum ersten Mal seit Jahrhunderten finden dort keine Messen statt. Wir könnten nun den Boden der Kathedrale öffnen, um an die Fundamente zu kommen“, sagt der Historiker Olivier de Châlus. Zu finden seien dort wohl archaische Elemente, Skulpturen und Mosaik von „wahrscheinlich unschätzbarem Wert“. Das werde helfen, einstige Herstellungsweisen und die Geschichte von Paris besser zu verstehen. Und so scheint selbst in der schlimmsten Katastrophe etwas Positives zu liegen – auf die Perspektive kommt es an.