

# Liebe & Leben

Schöner Reisen mit Chanel:  
Warum die Modebranche süchtig nach  
besonderen Orten ist > Seite 56



FOTO: ADOBE STOCK

## DIE ALTERSWEISEN



### Was war dein schönstes Weihnachten?

Junge und alte Menschen haben oft eine andere Sicht auf das Leben. Jede Woche stellen wir ihnen eine Frage



Finja, 8, kommt aus der Nähe von Ingolstadt und spielt Handball.  
FOTO: PRIVAT

## „Ein Kind zählt keine Stunden“

In der Zeit vor Weihnachten gehen Beziehungen besonders häufig auseinander – nicht immer im Streit, aber Fachleute sagen: Die Schärfe von Trennungskonflikten hat zugenommen. Leidtragende sind oft die Kinder. Fünf Experten geben Tipps.

Protokolle von Ann-Kathrin Eckardt



FOTO: IMAGO IMAGES/IMAGE SOURCE

8 „Mein schönstes Weihnachten war im letzten Jahr. Als wir zur Kirche gegangen sind, haben wir meine beste Freundin getroffen. Das war totaler Zufall! Bevor wir dann zum Gottesdienst gegangen sind, haben wir noch auf den Spielplatz gespielt. Wir hatten noch etwas Zeit, bevor die Kirche losging. Das war total schön, weil dadurch wurde es ein bisschen lockerer am Heiligen Abend. Nicht so angespannt und stressig, wie Weihnachten ja manchmal sein kann.

In der Kirche war es dann voll cool, weil es dort irgendwie voll leer war. Wir waren fast die einzigen Menschen dort. Der Pfarrer hat das voll cool gemacht, er hat uns Kinder mit in den Gottesdienst eingebunden. Er hat uns immer Fragen gestellt. Weil ja so wenig da waren, kamen wir fast immer dran. Später war dann mein Onkel Klaus da. Zusammen haben wir Geschenke ausgepackt. Ich hab fast alles bekommen, was ich mir gewünscht habe. Danach haben wir gegessen und mit den neuen Spielsachen gespielt. Mama macht immer ein Weihnachtsfoto vor dem Baum, das war der krönende Abschluss.“



Margit, 73, lebt bei Ingolstadt und liebt Popmusik.  
FOTO: PRIVAT

73 „Mein schönstes Weihnachten war im Jahr 1979. Da war ich alleine mit meiner Tochter. Sie war damals zwölf Jahre alt. Wir waren bei einem Konzert des Münchner Liedermachers Willy Michl. Ich kann mich beim besten Willen nicht mehr an die Gaststätte erinnern. Aber ich weiß noch, dass es sehr urig dort war. Wir haben damals in Fürstenfeldbruck gewohnt und sind extra für dieses Konzert nach München gefahren. Zu Essen gab es Würstl mit Kartoffelsalat.

Dieses Weihnachten ist mein liebstes Weihnachtsfest, weil ich es nur mit meiner Tochter verbracht habe. Aus der Kindheit kenne ich große, stimmungsvolle Weihnachtsfeste mit viel Essen, Dekoration und allem Drum und Dran. Oft war ich deshalb an diesem Tag abgelenkt, weil ich so viel zu tun hatte, wenn die ganze Familie anwesend war. Da verlor ich mich oft im Weihnachtsstress. Natürlich ist es toll, wenn alle da sind. Aber manchmal genügt der Fokus auf das Wesentliche. An diesem Weihnachtsabend Ende der Siebziger war das so: nur meine Tochter und ich, bayerische Würstl und Willy Michl.“

Niko Kappel

Weihnachten, das Fest der Liebe – Familienanwälte und Beratungsstellen glauben diese Mär schon lange nicht mehr. Nach einer Statistik der Universität Stanford trennen sich vor allem in der Zeit vor Heiligabend auffällig viele Menschen. Nicht alle Beziehungen enden im Streit. Doch wenn, sind die Leidtragenden oft die Kinder. Wie kann es Eltern gelingen, Konflikte zu entschärfen und nicht vor dem Familiengericht zu landen?

### Anne Waterstraat arbeitet in der Paar- und Familienberatung und unterrichtet am Evangelischen Zentralinstitut für Familienberatung in Berlin:

„Weil Trennungen so normal geworden sind, vergessen viele oft: Als Paar getrennt und trotzdem gemeinsam Eltern zu sein, ist eine sehr herausfordernde Aufgabe. Für die Betroffenen sind Trennungen oft eine schwere Lebenskrise, manchmal eine persönliche Katastrophe. Abstand wäre das Beste, stattdessen müssen sie wegen der Kinder weiter kommunizieren. Das setzt viel voraus: eine gute Kommunikation, hohe Konfliktlösefähigkeit, gegenseitiges Wohlwollen und Vertrauen. Das ist keinesfalls immer vorhanden.

Außerdem haben wir heute eine ganz andere Vorstellung von Eltern-Kind-Beziehungen. Kinder sind sehr wichtig geworden für unseren Selbstwert und unser Selbstbild. Je mehr ein Kind so eine Aufgabe für Eltern hat, desto mehr wird es zum Streitobjekt, weil es dann so wichtig ist, es im eigenen Einflussbereich zu haben. Trennung heißt aber immer auch Trennung vom Kind. Man muss es loslassen und dem oder der anderen überlassen, die man gerade am meisten bekämpft. Das ist dann wie eine Black Box. Das muss man aushalten – auch wenn es oft sehr schwierig ist.

Tun Eltern das nicht, beginnt der Krieg. Die Schärfe der Trennungskonflikte ist über die Jahre gestiegen. Es erscheint paradox: Je mehr das gesellschaftliche Ideal die gemeinsame Elternschaft nach der Trennung ist, desto mehr kämpfen Eltern um ihr Kind, manchmal tatsächlich um zehn Minuten mehr Umgang in der Woche. Aber auch Interessenverbände von Müttern oder Vätern tragen manchmal dazu bei. Polarisierende Debatten sind Öl im Feuer der kämpfenden Eltern.

Die meisten Eltern in Konflikten fühlen sich ohnmächtig und abhängig vom anderen und haben den Eindruck: Ich kann gar nichts machen, ich reagiere nur, der oder die andere ist schuld am Konflikt. Das stimmt aber meistens nicht, man muss nicht auf jedes Streitangebot eingehen. Nach vielen Jahren Beratungsarbeit bin ich der Überzeugung, dass die eigene Verarbeitung der Trennung und die Akzeptanz der neuen Situation das Wichtigste sind, um schweren Konflikten vorzubeugen. Es geht darum, radikal die Tatsache zu akzeptieren, dass man nicht ganz auseinander kommt, dass die Freiheit der eigenen Lebensgestaltung eingeschränkt bleibt, dass man sein Kind nicht vor Belastungen durch Trennung und Konflikte schützen kann. Und auch, dass

man manches als ungerecht empfindet und Kompromisse eingehen muss, ohne das als Niederlage zu empfinden.

Außerdem empfehle ich zerstrittenen Elternpaaren, nicht zu wenig, aber auch nicht zu viel zu kommunizieren, also nicht mehr, als je nach Alter des Kindes nötig ist. Sehr genaue Vereinbarungen helfen, dann gibt es weniger Anlässe für Konflikte, denn jeder Kontakt lässt die Gefühle hochschießen. Oder die Übergaben des Kindes ohne direkten Kontakt der Eltern zu organisieren, also etwa über die Schule. Inzwischen gibt es auch Apps wie „Getrennt gemeinsam“. Sie helfen, die Emotionen aus den Absprachen zwischen den Eltern herauszuhalten. Außerdem unbedingt immer die Grenzen des anderen achten! Kein Bombardement mit Nachrichten oder Mails, kein unerwünschtes Betreten der Wohnung, kein Ausfragen des Kindes. Und natürlich nie vor dem Kind schlecht über den anderen Elternteil sprechen.

### „Ein Streitpunkt sind die Klamotten der Kinder, das geht bis zu den Socken.“

Unter Beratenden setzt sich mehr und mehr die Einsicht durch, dass sehr zerstrittene Eltern eher Einzelgespräche brauchen als gemeinsame Termine. Da geht es dann um Fragen wie: Was habe ich davon, dass ich diesen Kampf aufrechterhalte? Wobei ich ausdrücklich sagen will, dass eine gemeinsame Elternschaft nach Trennung nicht immer möglich ist, etwa bei Fällen von häuslicher Gewalt. Auch die Kinder sollten übrigens professionelle Hilfe bekommen, etwa in Trennungskindergruppen oder bei Symptomen auch in einer Therapie.“

### Ulrike Bogusch war zehn Jahre Familienrichterin am Amtsgericht. Seit 2022 sitzt sie beim Oberlandesgericht München im Familiensenat.

„Ein ganz wichtiger Faktor ist Zeit. Denn die Phase, in der die Dinge nicht geregelt sind, ist für Eltern und Kinder oft sehr belastend. Das Gesetz sieht deshalb vor, dass Familiengerichte in Verfahren, die den Umgang und den Aufenthalt des Kindes betreffen, innerhalb von vier Wochen eine Sitzung terminieren sollen. Allerdings brauchen die Eltern auch etwas Zeit, um die neue Situation zu verarbeiten. Wir Familienrichterin und -richter haben ja grundsätzlich den Auftrag, mit den Eltern eine gemeinsame Lösung zu erarbeiten. Doch es gibt auch Eltern, die brauchen einen Schiedsrichter. Diese Fälle rechtzeitig zu unterscheiden, und nicht ewig auf Einvernehmlichkeit hinzuarbeiten, die dann doch nie zustande kommt, das ist die hohe Kunst als Familienrichterin.“

Ein Zauberwort lautet „Zwischenvereinbarung“. Das hilft vor allem, wenn kleinere Kinder involviert sind, denn damit signalisiert man, dass die Vereinbarung wieder abgeändert werden kann. Ich sage den Eltern dann: Wir versuchen jetzt mal, ob beim Vierjährigen eine Übernachtung pro Woche beim anderen Elternteil klappt. Wenn es nicht funktioniert, probieren wir etwas anderes.

Ein großes Problem bei zerstrittenen Eltern ist, dass sie automatisch davon ausgehen, dass jede Handlung des anderen gegen sie persönlich gerichtet ist. Dabei stecken oft ganz profane Gründe dahinter. Problematisch sind manchmal auch Aussagen von Kindern im Kindergarten- und jüngeren Grundschulalter. Sie sind oft schlechte Informationsträger. Das heißt natürlich nicht, dass sie absichtlich lügen, aber man sollte sich einen Sachverhalt immer auch vom anderen Elternteil schildern lassen. Tut man das nicht, führen Aussagen von Kindern oft zu ganz schlimmen Streits. Ich empfehle deshalb allen Eltern – auch denen, die nicht zerstritten sind – Kurse wie „Kinder im Blick“. Denn das Schlimmste, was Eltern ihren Kindern antun können, egal ob bewusst oder unbewusst, ist, sie im Loyalitätskonflikt zwischen den Eltern aufwachsen zu lassen.“

### Joseph Salzgeber, Psychologe, erstellt unter anderem familienpsychologische Gutachten im Auftrag von Gerichten:

„Ich erlebe oft: Eltern beteuern zwar, sie hätten nur das Kindeswohl im Blick, wollen vor allem aber auch ihre eigene Position durchsetzen. Beim Wechselmodell, bei dem die Kinder die Hälfte der Zeit beim Vater, die andere bei der Mutter verbringen, geht es meist um die Rechte der Eltern, nicht um die Interessen des Kindes.

Kindeswohl definiert sich nicht darüber, dass man sich exakt 50 Prozent der Zeit ums Kind kümmert, sondern über die Qualität der Beziehung, ein geringes Konfliktniveau der Eltern und ein bestimmtes Einkommen. Aber im Grunde kann eine starre Betreuungsregelung nie kindeswohlgemäß sein. Ein Kind zählt keine Stunden. Wenn es gerade beim Vater in ein Spiel vertieft ist, will es nicht um 17 Uhr zur Mutter und umgekehrt.

Bei den meisten Eltern ist zum Glück nach eineinhalb bis zwei Jahren der Dampf etwas raus, dann können sie wieder besser miteinander sprechen. Es gibt aber auch Paare, geschätzt etwa zwei Prozent, die beschäftigen sich nach der Ehemutter mit dem Partner als währenddessen – im negativen Sinn. Wenn es ganz schlimm ist, habe ich auch schon Kindesübergaben vor Polizeidienststellen empfohlen. Oder im McDonald's. Dann trauen sich die Eltern nicht, sich laut zu beschimpfen oder sogar handgreiflich zu werden.

Viele Eltern informieren sich heute vorab in Internetforen. Natürlich ist nicht alles falsch, was sie da lesen, aber geschätzt etwa ein Drittel eben schon. Vor allem Mütter haben oft Angst, dass der Gutachter sie als manipulativen Elternteil wahrnimmt, der das Kind vom anderen entfremden will, wenn sie beispielsweise über familiäre Gewalt berichten. Mir helfen 40 Jahre Berufserfahrung, um zu erkennen, wenn

sich Eltern nur positiv und den anderen nur negativ darstellen wollen. Außerdem spreche ich natürlich auch mit den Kindern, Erziehern und Lehrern.

Ein großer Streitpunkt sind immer wieder die Klamotten der Kinder, das geht bis zu den Socken. Bringt das Kind das neue Paar Socken nicht mit zurück, wird oft sofort vom anderen Elternteil unterstellt, das sei Absicht, dabei sind die Socken kurz vor der Übergabe dreckig geworden und zum Waschen war keine Zeit mehr.

Zerstrittenen Eltern rate ich deshalb, alles ganz genau schriftlich zu regeln: Kommen die Klamotten gewaschen oder ungewaschen zurück? Was ist im Schulranzen drin? Wie ist das Prozedere, wenn das Kind krank ist oder ein Elternteil? Darf auch die Oma zu den Übergaben begleiten? Wer entscheidet über Hobbys? Ich habe schon Kinder kennengelernt, die hatten bei den Eltern je nach Woche unterschiedliche Hobbys, einmal Leichtathletik, einmal Ballett.“

### Aziz Awad, Psychologe und Psychotherapeut, arbeitet seit fünfzehn Jahren als Verfahrensbeistand für Kinder in München:

„Ich werde vom Familiengericht bestellt, und meine Aufgabe ist es, die Interessen des Kindes bei einer Trennung der Eltern zu vertreten. Das sage ich den Kindern auch immer so und auch, dass sie nicht schuld daran sind, dass die Erwachsenen sich streiten. Ich sage ihnen aber auch klar, was ich nicht kann, zum Beispiel, machen, dass ihre Eltern wieder zusammenkommen. Ich habe selbst einen palästinensischen Hintergrund und werde vom Gericht oft als Verfahrensbeistand für Familien aus arabischen oder orientalischen Kulturkreisen angefragt. Es ist hilfreich,

### „Einige Väter denken, das Wechselmodell sei eine Art Allheilmittel.“

wenn die Kinder und vor allem die Eltern in ihrer Muttersprache mit mir sprechen können. Müssen die Eltern Deutsch reden, steht ihnen oft nur eine sehr einfache Sprache zur Verfügung. Oft werden die Kinder dann als Dolmetscher herangezogen, aber das ist eine Rolle, die sie auf keinen Fall einnehmen sollten, wenn es um sie selbst geht. Außerdem ist es ein Türöffner, dass ich eine Art Landsmann bin.

Es gibt in Deutschland im familienrechtlichen Bereich leider viel zu wenig Fachleute mit interkulturellen Kompetenzen, obwohl der Bedarf stetig zunimmt. Ich kann zum Beispiel leichter nachvollziehen, dass die eigentliche Ursache für eine Trennung nicht die Beziehung der Eltern an sich ist, sondern das Leben in der Fremde oder die großen sozialen Veränderungen. Und ich

verstehe, warum manche Familien die Freiheiten ihrer Kinder hier stärker beschneiden, als es Familien ohne Migrationshintergrund tun.“

### Klaus Weill ist seit 35 Jahren Anwalt für Familienrecht in Marburg:

„Ich stelle immer wieder fest, dass in der akuten Phase der Trennung der Blick für die Kinder komplett verloren geht. Sie bei sich zu haben bedeutet eine gewisse Machtstellung, bedeutet in der Regel Unterhalt. Über die Kinder wird deshalb oft Druck aufgebaut. Der Klassiker ist, dass eine Mandantin sagt: „Wissen Sie, ich will vermeiden, dass es ein Rosenkrieg wird. Aber ich möchte das, was mir zusteht.“ Der letzte Satz vernichtet den ersten komplett. Die Leute sind immer weniger bereit, um des Friedens willen auf Dinge zu verzichten, die ihnen vielleicht zustünden.

Ich sehe es als Aufgabe von uns Familienanwälten, dass wir diese Rolle, das Kind im Blick zu behalten, dann einnehmen. Ich versuche den Eltern immer wieder klarzumachen, dass eine Auseinandersetzung über Immobilien nicht an den Umgang mit den Kindern gekoppelt ist. Oder man nicht alles genau hälftig teilen sollte. Und dass jedes Verfahren, das man bei Gericht vermeidet, ein gutes Verfahren ist.

Aber dadurch, dass Väter jetzt stärker in der Betreuung der Kinder involviert sind, steigt nach der Trennung das Konfliktpotenzial. Einige Väter denken, das Wechselmodell sei eine Art Allheilmittel und fordern es zum Beispiel für Zweijährige, die noch viel zu klein dafür sind, oder für 15-Jährige, die oft keine Lust mehr haben, regelmäßig zu wechseln. Bei manchen habe ich das Gefühl, sie fordern es vor allem, um keinen Unterhalt mehr zahlen zu müssen. Dann sage ich: Wollen wir nicht das Wechselmodell vorschlagen, aber trotzdem weiterhin den Unterhalt an die Mutter zahlen? Die Reaktion auf diesen Vorschlag verrät sehr viel.

Oft sind die Vorstellungen – meist der Väter – auch utopisch, zum Beispiel drei Wochen Ferien mit den Kindern, wenn sie vorher nicht mal zwei Tage mit ihnen allein waren. Trotzdem sind manche nur schwer davon abzubringen. Dann kann man sie auch einfach mal machen lassen – ohne allerdings selbst gleich zu verreisen. Denn nach zwei Tagen kommt dann oft der verzweifelte Anruf des Vaters bei der Mutter. Dann wäre es besser, wenn die Mutter eben nicht sagt, war ja eh klar, dass du es nicht schaffst. Zumindest nicht beim ersten Mal. Man kann in so einer Situation auch anerkennen, dass er sich meldet, wenn es dem Kind schlecht geht. Ich versuche da im Vorfeld vorzubauen und gerichtliche Verfahren zu vermeiden.

Wenn alles Vermitteln nicht hilft, bedarf es eines Richterspruchs, der Klarheit bringt. Aber sehr oft ist es nach Urteilen im Familienrecht so wie neulich: Es gab ein Gutachten für 16000 Euro. Am Ende hat der Vater, den wir vertreten haben, zwar bekommen, was er wollte: Das Kind lebt jetzt bei ihm. Aber die Mutter wird jeden kleinsten Fehler oder Anlass ausnutzen, um das nächste Verfahren zu beantragen. Solche Entscheidungen machen keine Eltern glücklich. Und die Kinder erst recht nicht.“