

Trennungs-/Scheidungs-Mediation

in der AWO- Familienberatungsstelle



Die Trennungs-/Scheidungs- Mediation ist ein strukturiertes Vermittlungsverfahren, um Eltern darin zu unterstützen, ihre Konflikte eigenverantwortlich zu lösen und zu fairen und gerechten Vereinbarungen zum Wohle der Kinder zu kommen.

Mediation „zum Wohle der Kinder“

Eine Trennung löst als einschneidendes Erlebnis bei allen Familienmitgliedern Verunsicherungen aus, da sich die bisherigen Lebensverhältnisse verändern werden.

Von betroffenen Kindern und Jugendlichen kann die Erfahrung sowohl belastende, als auch entlastende und damit wachstumsfördernde Seiten beinhalten. Ein wesentlicher Aspekt dabei ist, ob Eltern es schaffen, trotz Trennung einen fairen Umgang miteinander zu entwickeln und weiterhin gute Entscheidungen im Sinne ihrer Kinder zu treffen.

Die Belastungen von Kindern beginnen meist nicht erst zum Zeitpunkt der Scheidung, sondern oft schon wesentlich früher, wenn Eltern einer Trennung noch ambivalent gegenüber stehen. In diesen Krisensituationen fällt es vielen Eltern trotz guter Absichten häufig schwer, ihre Kinder in ihren Bedürfnissen nach Trost und Sicherheit adäquat wahrzunehmen. Die Kinder müssen in dieser Zeit oft selbst herausfinden, was gerade in ihrer Familie geschieht, was die gegenseitigen Vorwürfe, der Streit, das Schweigen oder das Weinen eines Elternteils bedeuten. Damit sind Kinder jedoch überfordert und reagieren manchmal mit Schlafstörungen, Anklammern, Ängsten, Schuldgefühlen am Zerwürfnis der Eltern, aber auch mit Rückzug, Leistungsabfall oder Verhaltensauffälligkeiten.

Diese möglichen Trennungsreaktionen sind in der Regel vorübergehend und klingen nach 1 – 2 Jahren ab, wenn Kinder sich mit der neuen Familiensituation arrangiert haben. Eltern können diesen Entwicklungsprozess nachweislich fördern, wenn sie einen angemessenen Umgang miteinander, mit dem Kind und der neuen Situation entwickeln.

Das Kind braucht beispielsweise die Möglichkeit, mit jedem Elternteil hinreichenden und verlässlichen Kontakt zu haben. Es muss positive Elternbilder entwickeln können, denn beide Eltern sind Teil seiner eigenen Persönlichkeit.

An dieser Stelle sei noch auf die Kinder hingewiesen, bei denen sichtbare Reaktionen auf die Scheidung ihrer Eltern fehlen. Sie sind oft brav und angepasst, stehen aber in der Gefahr, ihren Trennungsschmerz und ihre Angst vor dem Verlust eines Elternteils zu verleugnen oder zu verlagern.

Von den Schwierigkeiten, die die Trennung der Eltern bei Kindern auslösen, wird in der Öffentlichkeit häufiger gesprochen. Weit weniger werden die **Chancen und Ressourcen** dargestellt, die sich im Falle einer „gelingenden Scheidung“ für alle Beteiligten entwickeln können. So machen Kinder durch eine Trennung auch neue Erfahrungen, die für ihre psychosoziale Entwicklung förderlich sein können. Sie lernen beispielsweise mit Ambivalenzen umzugehen und sie auszuhalten, um beide Seiten eines Themas betrachten zu können. Sie lernen, Konfliktfähigkeit zu entwickeln und Sicherheiten neu aufzubauen. Sie haben die Chance, die Vielfalt zweier Eltern- und Familienwirklichkeiten (Kulturen, Sprachen, Religionen) kennen zu lernen und von beiden zu profitieren.

Die Mediation kann dies unterstützen und dadurch sowohl für die Eltern als auch ihre Kinder zu einer bedeutsamen Erfahrung werden.

Rechtliche Entwicklung des Umgangs mit Trennung/ Scheidung:

Durch das Kindschaftsrechtsreformgesetz 1998 vollzog sich ein Paradigmenwechsel von einer vor Gericht streitig geführten und entscheidungsorientierten Ausrichtung einer Scheidung hin zu einer Orientierung am Kindeswohl und der Perspektive, in Kindschafts-sachen auf Einvernehmen und Elternverantwortung hinzuwirken.

Dies wurde durch die Regelungen des Gesetzes über das „Verfahren in Familiensachen und den Angelegenheiten der freiwilligen Gerichtsbarkeit“ (FamFG) weiter differenziert. Der Gesetzgeber sichert damit Kindern auch nach der Trennung/ Scheidung ihrer Eltern das Recht auf Umgang mit beiden Elternteilen zu und verpflichtet ihre Väter und Mütter, hierfür angemessene Regelungen zu finden.

Dies drückt sich zum einen im gemeinsamen Sorgerecht generell aus, zum anderen aber auch darin, dass seit der Einführung des FamFG in dem Fall, dass ein Elternteil einen Antrag auf Regelung bei Gericht stellt, der Familienrichter so früh wie möglich darauf hinwirken soll, dass die Eltern zu einer **„einvernehmlichen Lösung“** kommen und dazu auch Beratung und Mediation in Anspruch nehmen sollen.

Mit diesen Maßnahmen erhofft sich der Gesetzgeber, lang anhaltende und zum Teil hochstreitige Auseinandersetzungen um Sorge- und Umgangsregelungen zu vermeiden, die für alle Beteiligte, besonders aber für die Kinder, emotional stark belastend sind und eine stabile und gesunde Entwicklung des jungen Menschen gefährden.

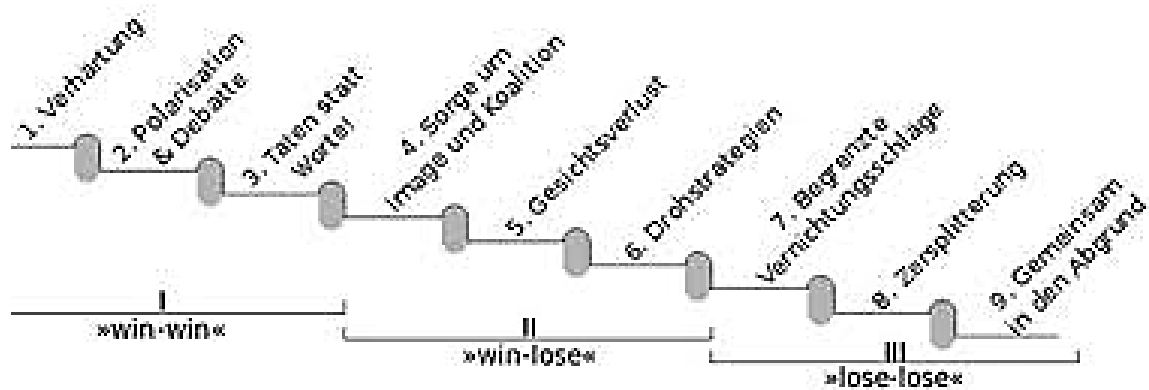
Was geschieht in der Mediation?

In der Mediation haben Eltern die Möglichkeit, sich mit einer neutralen dritten Person zusammen über alle für sie bedeutenden Fragen im Zusammenhang mit ihrer Trennung/Scheidung auseinander zu setzen, um Regelungen und Vereinbarungen zu Ihrem eigenen und dem Wohle ihrer Kinder zu treffen und eine für alle Beteiligten faire und gerechte Lösung eigenverantwortlich zu erarbeiten.

Dazu bietet die Mediation ein strukturiertes Verfahren an, dessen Ablauf in mehreren Phasen erfolgt:

1. Die Eltern erhalten ein ausführliches Informationsgespräch über den Ablauf und die notwendigen Rahmenbedingungen (Vertraulichkeit, Allparteilichkeit, Fairness, geschützter Rahmen, etc.); das weitere Vorgehen wird miteinander abgestimmt.
2. Die Eltern bekommen gleichwertig die Möglichkeit, ihre Standpunkte und Sichtweisen darzustellen, so dass die Themen, Streitpunkte und Konfliktfelder gesammelt und für die weitere Bearbeitung strukturiert werden können.
3. In dieser Phase erhalten die Eltern die Möglichkeit, Ihre Positionen, also ihre Interessen, Bedürfnisse und Wünsche, die hinter dem Konflikt stehen, deutlich zu machen, damit die Problematik umfassend erhellt werden kann.
4. Daraus werden dann verschiedene Lösungsoptionen entwickelt und in den nachfolgenden Verhandlungen bewertet und gemeinsam ausgewählt.
5. Am Ende steht im Idealfall eine sogenannte „win-win-Lösung“, die die Interessen der Beteiligten gleichermaßen berücksichtigt und mit der alle zufrieden sind. Die Ergebnisse, denen alle Beteiligten zustimmen, werden dann in einer verbindlichen Abschlussvereinbarung schriftlich festgehalten.

Verhinderung einer Eskalation des Trennungskonflikts:



Je konfliktreicher eine Trennung zwischen den Eltern verläuft, umso belastender ist sie für alle, insbesondere für die Kinder. Das möchten jedoch die meisten Eltern vermeiden. Sich bewusst zu machen, dass viele Kränkungen die Paarbeziehung betreffen, nicht aber die Elternebene, und dass es für die Entwicklung des eigenen Kindes von ausschlaggebender Bedeutung ist, weiterhin als Eltern handlungsfähig zu bleiben, ist ein erster Schritt, sich seiner Verantwortung zu stellen.

Ein zweiter Schritt kann dabei sein, sich fachliche Hilfe zur Verarbeitung des Trennungsschmerzes in einer Beratung oder Therapie zu holen, damit Väter und Mütter die ausgesprochen schwierige Aufgabe bewältigen können, die Paar- und Elternebene zu trennen. Nur wenn es Ihnen selbst gut geht, Können Sie auch Ihren Kindern hilfreich zur Seite stehen.

Wie Eltern ihren Kindern bei Trennung oder Scheidung helfen können!

- Geben Sie Ihren Kindern Informationen!
 - Lassen Sie alle Fragen zu, auch wenn Sie selbst noch keine Antwort wissen.
 - Reden Sie so offen und ehrlich wie möglich mit Ihren Kindern, ohne in kränkende Details zu gehen und ohne den anderen Elternteil schlecht zu machen.
 - Klären Sie, wenn möglich gemeinsam, was, wie, wo und wann Sie es Ihren Kindern sagen.
 - Betonen Sie mehrfach, dass Sie miteinander Konflikte haben und ihr Kind nicht schuld ist.
 - Seien Sie vorbereitet und beantworten Sie die Fragen kurz und knapp.
 - Hilfreich sind dabei manchmal (Bilder-)Bücher über Trennung und zweite Familien.

- Geben Sie Ihren Kindern Zeit und (Be-)Achtung!
 - Achten Sie respektvoll darauf, ob Ihr Kind sich verstärkt zurückzieht oder isoliert.
 - Wenn Ihr Kind keinen Schmerz, keine Trauer zeigt, denken Sie nicht, alles sei in Ordnung.
 - Zeigen Sie sich als verlässlichen Partner für Ihr Kind. Versprechen oder verabreden Sie nur, was Sie auch wirklich einhalten können.
 - Nähren Sie keine falschen Hoffnungen, dass Vater und Mutter wieder zusammen kommen.
 - Zwingen Sie Ihre Kinder nie, gegen den anderen Elternteil Stellung zu beziehen, Schlechtes über sie/ihn zu sagen oder zu hören.

- Geben Sie Ihren Kindern Sicherheit!
Bei Trennung/Scheidung haben Kinder oft das Gefühl, die wichtigsten Entscheidungen in ihrem Leben geschehen ohne sie, sie haben die Kontrolle verloren, darum:
 - Hören Sie Ihre Kinder bei anstehenden Entscheidungen an und lassen Sie sie mitentscheiden, je älter sie sind.
 - Ermöglichen und ermuntern Sie Ihre Kinder, mit allen Verwandten, zu denen sie bisher Kontakt hatten, den Kontakt zu halten, das gibt ihnen Sicherheit.
 - Geben Sie Ihren Kindern so viel verlässliche Informationen über ihr zukünftiges Leben wie möglich.
 - Ermutigen Sie Ihre Kinder, Fragen zu stellen und gestatten Sie Ihnen auch, Wut und Ärger oder Trauer zu zeigen!
 - Ermutigen Sie Ihre Kinder, mit anderen darüber zu reden.
 - Fördern Sie konstruktive Aktivitäten und unterstützen Sie es bei neuen Aktivitäten außerhalb der Familie.

- Vermeiden sollten Sie hingegen, ...
 - Ihr Kind für die Trennung, Streits oder schwierige Situationen verantwortlich zu machen.
 - Ihr Kind aufzufordern, gegen den eigenen Vater oder die eigene Mutter Partei zu ergreifen.
 - Ihr Kind zwischen Vater und Mutter wählen zu lassen. „Mutter und Vater sind Teil Ihres Kindes: Sie zwingen damit Ihr Kind, sich gegen sich selbst zu entscheiden!“
 - Fragen Ihres Kindes zu ignorieren oder zu übergehen.
 - lange Erklärungen abzugeben, denn dadurch wird Ihr Kind nur verwirrt.
 - Absprachen über Ihr Kind laufen zu lassen. Es ist höchst belastend für ihr Kind, wenn es Nachrichten an den anderen Elternteil überbringen muss.