

Was braucht ein Scheidungskind? Von seinen Eltern!

von Lothar Steurer

Wenn Ihr, liebe Mama und lieber Papa, es nicht schafft, zusammen zu leben und Euch gern zu haben, dann wäre die Trennung für mich leichter zu ertragen, wenn ich folgende Sätze von jedem von Euch hören und im Alltag spüren könnte:

Ich werde immer Dein Vater/Deine Mutter bleiben und für Dich da sein.

Du bist nicht schuld, dass wir uns trennen.

Du darfst den anderen Elternteil lieb haben.

Du bist durch unsere Trennung belastet.
Je weniger Du mir davon zeigst, desto größere Sorgen muss ich mir machen.

Du bist mein Kind und nicht mein Partner.

Dein Leben wird anders werden.

Trauer, Wut und Verzweiflung gehören dazu. Freude und Lachen aber auch.

Du musst Dich nicht für oder gegen mich entscheiden.

Wenn ich jemanden Neuen kennen lerne, heißt das noch lange nicht, dass er oder sie auch für Dich wichtig sein muss.

Auch wenn ich nicht derselben Meinung wie der andere Elternteil bin, kann ich ihm mit Respekt begegnen und kann versuchen, ihn zu verstehen.

Du bist nicht unser Zünglein an der Waage.

Ich verliere Dich, Deine Gefühle, Deine Wünsche und Bedürfnisse nicht aus den Augen.
Auch wenn nicht alles so eintritt, wie Du es gerne hättest.

Du darfst es mir sagen, wenn ich schlecht vom anderen Elternteil rede oder unfair mit ihm umgehe. Ich werde es mir anhören, ohne mich zu entschuldigen oder zu rechtfertigen.

Deine Meinung ist mir wichtig und ich werde sie gut bedenken.

Ich werde für mich sorgen, damit ich auch für Dich sorgen kann.

Du brauchst mich an Deiner Seite. Aber ich werde Dich nicht für meine Interessen gebrauchen.

Auch wenn der andere Elternteil nicht mehr mit uns zusammen wohnt, hat er einen gebührenden Platz in unserem Leben. Ohne ihn oder sie gäbe es Dich nicht.

Lothar Steurer ist Diplom-Pädagoge und Leiter der Psychologischen Beratungsstelle des Deutschen Kinderschutzbundes Ortsverband Ulm/Neu-Ulm e.V