

Jan von Holleben • Arne Jørgen Kjosbakken • Dialika Neufeld



MEINE ELTERN TRENNEN SICH

und ich hab
tausend Fragen



Dein SPIEGEL



CABRIEL

INHALT

Antworten auf deine Fragen 5

Meine Eltern wollen sich trennen 6

Warum lassen sich Menschen scheiden?
Bin ich schuld am Streit oder an der Trennung?
Was kann ich tun, wenn es Streit gibt?
Lieben sich meine Eltern noch?
Sind wir jetzt noch eine richtige Familie?
Was, wenn nur einer von beiden die Trennung will?
Haben mich meine Eltern jetzt noch lieb?
Kann ich selbst entscheiden, wo ich wohnen möchte?
Muss ich meinen Freunden von der Trennung erzählen?

Papa zieht aus 28

Wie lange dauert eine Scheidung?
Wird sich jetzt alles ändern?
Werden wir dann noch genug Geld haben?
Wie kann ich meinen Eltern helfen?
Warum tut mein Bauch so oft weh?
Wie schaffe ich es, beim Pendeln an alles zu denken?
Gibt es irgendetwas Gutes an einer Trennung?
Warum müssen meine Eltern vor Gericht gehen?

Wenn Scheidung Alltag wird 50

Wer liebt mich mehr, mein Vater oder meine Mutter?
Was hilft, wenn ich Mama oder Papa vermisse?
Muss ich am Wochenende zu meinem Vater gehen,
wenn ich keine Lust habe?
Muss ich meiner Mutter erzählen, wie mein Vater so lebt?
Warum sagen meine Eltern böse Dinge übereinander?
Ist meine Mutter traurig, wenn ich bei meinem Vater bin?
Warum kommt Papa nicht zu meinem Geburtstag?
Sind meine Eltern auch traurig über die Trennung?
Kann man Eltern verlieren?

Neue Familien und andere komplizierte Sachen 72

Kann ich mehrere Eltern haben?
Bin ich dann auch geschieden?
Werde ich bei beiden ein eigenes Zimmer haben?
Hat Papa mich noch genauso lieb,
wenn ich mit Mama in eine andere Stadt ziehe?
Warum suchen sich meine Eltern neue Partner?
Was kann ich tun, wenn ich den neuen Freund
meiner Mutter nicht mag?
Warum ist das neue Baby auf einmal wichtiger als ich?
Liebt Mama ihren neuen Freund mehr als mich?
Wohin kann ich gehen, wenn mir alles zu viel wird?



Antworten auf deine Fragen

Wahrscheinlich liest du dieses Buch, weil sich deine Eltern gerade trennen oder getrennt haben. Viele Kinder vor dir haben das erlebt und sich ähnliche Fragen gestellt wie du. Deswegen haben wir die häufigsten Kinderfragen zur Trennung für dieses Buch gesammelt. Es kann sein, dass die Situation in deiner Familie ein bisschen anders ist. Vielleicht musst du manchmal das Wort Mama gegen das Wort Papa austauschen oder umgekehrt, aber der Inhalt der Antwort kann trotzdem genau richtig für dich sein. Menschen und Familien sind eben unterschiedlich. Du wirst schnell erkennen, welche Fragen und Antworten dir in deinem Alltag weiterhelfen, und die anderen überspringst du einfach. Vielleicht schaust du dir manchmal nur die Bilder an, liest den Text ganz oder nur einen Teil davon, alleine oder zusammen mit jemandem, der dir wichtig ist. Ganz egal, wie du es machst: Es kann richtig guttun, endlich mehr über das Thema Trennung zu erfahren.



MEINE ELTERN
wollen sich trennen



Warum lassen sich Menschen scheiden?

Natürlich wünschen sich Paare, die heiraten, dass sie für immer zusammenbleiben. Logisch. Dafür ist die Ehe gedacht. Deshalb fragt der Pfarrer in der Kirche Braut und Bräutigam, ob sie füreinander da sein wollen, »bis dass der Tod sie scheidet«. Bei vielen hält die Ehe, bei vielen aber auch nicht: In Deutschland wird jede dritte Ehe geschieden.

Mit den Liebesbeziehungen von Erwachsenen ist es nämlich so ähnlich wie mit den Jahreszeiten: Sie verändern sich mit der Zeit. Manchmal ist Frühling oder Sommer, die Sonne scheint, alles fühlt sich schön und heiter an. Aber manchmal ist eben Herbst und Winter. Es wird dunkler am Himmel, die Blätter fallen von den Bäumen, es regnet und ist furchtbar kalt. Genauso kann es in der Beziehung von Eltern aus unterschiedlichen Gründen ungemütlich werden: weil der Alltag zu anstrengend ist, weil das Geld nicht reicht, sich ein Elternteil in jemand anderen verliebt oder sich die beiden einfach nichts mehr zu erzählen haben. Das sind die Zeiten, in denen sich zeigt, ob die Ehe mieses Wetter überstehen kann. Die meisten Eltern versuchen, sich dick einzupacken und um ihre Liebe zu kämpfen. Sie geben sich Mühe, doch oft sind die Probleme so groß, dass die Liebe nicht ausreicht, um als Familie weiterzumachen wie bisher. Niemand will in einem Zuhause leben, in dem nur noch gestritten wird und alle unglücklich sind. Da kann es besser sein, wenn die Eltern sich trennen. So bekommen Mama und Papa die Chance, neu anzufangen – mit ihren Kindern natürlich.

Mehr als 130 000 Kinder werden jedes Jahr zu Scheidungskindern, die zahllosen Kinder, deren Eltern sich trennen, aber nicht verheiratet waren, nicht mitgerechnet. Das sind so viele – sie könnten locker eine ganze Stadt füllen. Würzburg oder Göttingen zum Beispiel. All

diese Kinder sind nicht gefragt worden, ob sie mit der Scheidung oder Trennung einverstanden sind. Du bist also nicht allein. In jeder Schulklasse wirst du Kinder finden, deren Eltern nicht mehr zusammen sind.

Bin ich schuld am Streit oder an der Trennung?

Diese Frage stellen sich fast alle Kinder, deren Eltern Probleme haben und sich trennen. Und immer ist die Antwort gleich: Nein, auf keinen Fall bist du schuld. Nicht daran, dass deine Eltern nicht mehr glücklich miteinander sind. Nicht daran, dass sie dauernd streiten, und auch nicht daran, dass einer von ihnen ausziehen will. Selbst wenn du im Zoff deiner Eltern mal deinen Namen hörst, heißt das nicht, dass du etwas falsch gemacht hast. Wenn sich zwei um ein iPad streiten, kann ja das iPad nichts dafür. Die Ursache liegt immer bei den Streitenden.

Was kann ich tun, wenn es Streit gibt?

Wenn Eltern gemeine Sachen zueinander sagen und sich anschreien, dann tut das Kindern ganz schön weh. Manchmal fühlt es sich so an, als wäre ein Gewitter mit dicken, dunklen Wolken mitten ins Wohnzimmer gezogen. Du kannst dann versuchen, dich in deinem Zimmer zu verschanzen, aber wahrscheinlich wirst du die Stimmen deiner Eltern noch durch die Wände hören können. Da kann es ganz schön schwierig werden, sich abzulenken. Klar: Du möchtest deine Eltern dazu bringen, sich wieder zu vertragen. Endlich wieder freundlich zueinander zu sein. Das ist ganz normal, denn du hast sie lieb, wahrscheinlich lieber als alle anderen Menschen auf der Welt. Aber es ist nicht dein Job, bei den beiden Streithähnen dazwischenzugehen. Du bist ein Kind, und als Kind kann man sich nicht um die Probleme der Erwachsenen kümmern, diese Aufgabe wäre viel zu groß für dich. Das müssen deine Eltern schon selbst wieder hinkriegen. Natürlich kannst du deine Meinung sagen, du musst ja schließlich mit der schlechten Stimmung zu Hause klarkommen. Du kannst deine Eltern auch alles fragen: »Worum ging es in eurem Streit?«, »Was ist los mit euch?«. Vielleicht hilft dir das, sie besser zu verstehen. Aber ihre Probleme kannst du nicht lösen.

Erinnere sie daran, dass du sie hören kannst, wenn sie sich streiten. Zeig ihnen, wie doof das für dich ist. Vielleicht werden sie dann versuchen, etwas mehr Rücksicht zu nehmen. Am besten suchst du dir jemanden, mit dem du darüber reden kannst – mit deinem Bruder oder deiner Schwester, falls du Geschwister hast, denn sie können am besten verstehen, wie es dir gerade geht. Oder du redest mit Freunden, Großeltern oder einer Lehrerin darüber, wenn es zu schlimm wird. Auch wenn sie an der Situation nichts ändern können, es wird dir danach besser gehen.

