

Kann es sein, dass ich vom Streit meiner Eltern Bauchweh bekomme?
Gefühle spürt man auch im Körper. Egal ob es angenehme oder unangenehme Gefühle sind. Wenn du dich über etwas sehr freust, kann es sein, dass du starkes Herzklopfen bekommst. Möglicherweise kribbelt es auch in deinem Bauch. Wenn du traurig bist oder Angst hast, dann kann sich das wie ein großer, schwerer, drückender Stein im Bauch anfühlen. Und das bereitet dir dann Bauchweh.





Am nächsten Morgen sitzen alle gemeinsam beim Frühstück. Es ist ganz still.

»Wir müssen euch etwas sagen«, sagt Papa plötzlich und schaut dabei Hilfe suchend zu Mama. »Ihr habt sicher bemerkt, dass Mama und ich in letzter Zeit gar nicht mehr gut miteinander auskommen und viel streiten.«

Das liegt daran, dass wir uns nicht mehr so lieb haben wie früher.«, fügt Mama hinzu. Fanny sieht, dass Mama dabei Tränen in den Augen hat. Sie krabbelt zu ihr auf den Schoß und blickt gespannt zu Papa.

»Wir schaffen es nicht mehr, als Paar glücklich zusammenzuleben. Deshalb ist es besser, wenn wir uns trennen«, sagt Papa in einem betäubten Tonfall. »Wir sind dann kein Liebespaar mehr, wir bleiben aber immer eure Eltern. Wir haben euch sehr lieb und das wird sich durch die Trennung auch nicht verändern.«

»Es ist das Beste, wenn Papa in eine andere Wohnung umzieht. Das heißt, ihr habt in Zukunft zwei Zuhause. Ihr werdet dann abwechselnd entweder bei Papa oder mir sein.« erklärt Mama.

Die Worte hallen in Theos Kopf nach und sein Herz fühlt sich in dem Moment an, als würde es in zwei Stücke zerreißen.

Wie fühlt es sich an, wenn einem die Eltern so eine Nachricht überbringen?

Es kann sein, dass dich so eine Nachricht sehr überrascht und verwirrt. Vor allem dann, wenn du nicht damit gerechnet hast.

Viele Kinder erschreckt es, wenn sie hören, dass ihre Eltern sich trennen werden. Sie verstehen nicht, warum das passiert.

Andere werden gleich sehr traurig darüber und fangen an zu weinen.

Manche Kinder bekommen in dem Moment eine große Wut.

Egal was du in dem Moment spürst, es ist in Ordnung, so zu fühlen. Es ist gut, wenn du diese Gefühle nicht versteckst, sondern den anderen zeigst.



Warum trennen sich Eltern?

Meistens trennen sich Eltern, wenn sich ihre Liebe füreinander verändert hat. Wenn die Liebe nicht mehr stark und fest genug ist, wenn sie an Kraft und Wärme verloren hat.

Man kann kein Paar mehr sein, wenn man nicht genug Liebe füreinander empfindet. Ein glückliches und friedliches Zusammenleben ist dann in den allermeisten Fällen leider auch nicht mehr möglich.



Ist Streit die Ursache für die Trennung?

Streit ist nicht die Ursache für die Trennung. Der Grund für die Trennung liegt darin, dass sich deine Eltern nicht mehr lieben. Im Streit wird das dann nur sichtbar.

Haben meine Eltern mich noch lieb?

Wenn sich deine Eltern trennen, bedeutet das nicht, dass sie dich nicht mehr lieb haben. Die Liebe zwischen deinen Eltern und dir ist etwas ganz anderes als zwischen zwei Erwachsenen. Die Liebe zu dir ist immer da. Sie wird auch noch da sein, wenn du erwachsen bist und dann vielleicht eine eigene Familie hast.

Darf ich anderen erzählen, dass sich meine Eltern trennen?

Natürlich! Eine Trennung bleibt sowieso kein Geheimnis. Früher oder später werden es die Menschen um dich herum bemerken oder erfahren. Das ist nicht schlimm, denn für eine Trennung braucht sich niemand zu schämen.

Es kommt sehr oft vor, dass Eltern sich trennen. Es gibt in deinem Umfeld sicher andere Kinder, deren Eltern nicht mehr zusammenleben. Fällt dir jemand ein?

