

# «Der Konflikt ist das Schlimmste»

**GESELLSCHAFT** Die Berner Psychologin und Fachrichterin Liselotte Staub hat einen Ratgeber geschrieben für Eltern, die sich trennen. Sie betont, dass Eltern niemals schlecht übereinander reden sollten. Denn damit verletzen sie auch das Kind.

**Frau Staub, was sollten Eltern, die sich trennen, unbedingt beachten?**

**Liselotte Staub:** Das Wichtigste ist, dass sie angemessen miteinander umgehen. Die Trennung der Eltern an sich ist für Kinder nicht das Schlimmste, sondern der anschliessende anhaltende Konflikt. Oft bleibt dieser nicht auf der Paarebene, sondern spielt in die Elternebene hinein. Wenn beispielsweise Kinder in die Frage hineingezogen werden, ob jetzt Mutter oder Vater schuld daran ist, dass das gemeinsame Leben als Familie zu Ende ist, dann wird die Situation für sie zum Spiessrutenlauf.

**Wie können Eltern das verhindern?**

Am besten überlegen sich Mutter und Vater frühzeitig, wie sie den Kindern sagen werden, dass sie sich trennen wollen. Idealerweise einigen sie sich auch bereits, wie sie die Betreuung regeln. Es wäre ungünstig, wenn die Kinder sagen müssten, wann und wo sie bei wem leben wollen. Damit können sie in einen Loyalitätskonflikt. Eltern sollten zudem unbedingt betonen, dass die Kinder ihr Mami und ihren Papi trotz allem nicht verlieren werden.

**Aber wenn das Kind nun deutlich sagt: «Ich bin nicht einverstanden mit eurer Lösung, ich will nur beim Papi wohnen»?**

Das Kind darf nicht die Verantwortung übernehmen. Die Eltern entscheiden, sie kennen ihren Sohn oder ihre Tochter am besten. Nur weil man sich trennt, heisst das noch lange nicht, dass plötzlich das Kind sagen darf, was Sache ist.

**Das klingt ziemlich hart.**

Man muss das nicht beschönigen. Eltern können dem Sohn oder der Tochter sagen: «Ich weiss, wir muten dir viel zu. Es tut uns leid. Aber es geht nun mal nicht anders. Wir haben dies so beschlossen.» Das schlechte Gewissen verleitet leider manche Eltern dazu, ihren Kindern zu viele Entscheidungen zu überlassen. Damit sind diese jedoch überfordert.

**Ist es denn überhaupt möglich, dass Eltern in der emotionalen Trennungsphase ganz abgeklärt und völlig rational darüber diskutieren, wie sie die Betreuung aufteilen wollen?**

Ich zeige auf, wie eine Trennung im Idealfall abläuft. Aber natürlich werden praktisch alle Eltern ab und zu nicht optimal handeln. Das gehört dazu.

**Trotzdem: Sie verlangen viel Selbstbeherrschung von in der Regel wütenden und enttäuschten Frauen und Männern. Sie betonen etwa, dass sie nie schlecht übereinander reden sollten.**

Die Herausforderung ist gross, ja. Aber es gehört zur Persönlichkeitsentwicklung von Eltern, dass sie lernen, ihre Bedürfnisse und Gefühle im Interesse ihrer Kinder zu kontrollieren. Man darf ja mal etwas Schlechtes über den Ex-Partner denken. Doch wenn man diese Gedanken vor dem Kind äussert, dann steckt dahinter immer auch eine Absicht. Man sucht einen Verbündeten.

**Vielleicht rutscht einem einfach mal ein böses Wort raus?**

Ein Fluchwort kann einem rausrutschen, dabei handelt es sich

**Psychologin Liselotte Staub** erzählt in ihrer Berner Praxis, wie Eltern ihren Kindern eine Trennung erleichtern.

um einen Reflex. Aber wenn man gezielt etwas gegen den ehemaligen Partner sagt, dann handelt man zumindest unbewusst. Im Kopf sollte in solchen Momenten jeweils ein Stoppsignal aufleuchten: «Es handelt sich um den Vater oder die Mutter des Kindes. Ich bin nicht mit ihm oder ihr verwandt, aber das Kind schon. Wenn ich den anderen Elternteil herabsetze, beleidige ich auch das Kind.»

**Es gibt Eltern, die warten ab mit einer Scheidung, bis die Kinder ausgezogen sind. Ist das eine sinnvolle Strategie?**

Es kommt sehr auf die persönliche Situation der Familie an. Wenn sich zum Beispiel der Sohn oder die Tochter gerade in der empfindlichen Phase der Berufsbefindung befindet, kann eine Trennung den Jugendlichen an seine Belastungsgrenze bringen.

## ZUR PERSON

**Liselotte Staub** ist Psychologin und Psychotherapeutin. Die 56-Jährige betreibt in Aefigen sowie in Bern-Liebefeld und in Interlaken eine Praxis. Neben ihrer therapeutischen Arbeit erstellt sie Gutachten für Gerichte und ist gewählte Fachrichterin am Kindes- und Erwachsenenschutzgericht des Kantons Bern.

Eventuell schaffen es die Eltern, diese relativ kurze Zeit durchzustehen. Wenn aber die Kinder noch ganz klein sind, dann wäre es eine sehr lange Zeit, die man in einer unbefriedigenden Ehe ausharren müsste. Es gibt auch Fälle mit Gewalt oder schwerem Alkoholismus, wo eine Trennung eindeutig die beste Lösung ist. Dasselbe gilt für Paare, die sich häufig und sehr heftig streiten.

**Woran erkennen Eltern, die sich bereits getrennt haben, dass ihr Kind Hilfe braucht, um klarzukommen?**

Akute Trennungsreaktionen sind normal. Dazu gehören häufiges Weinen und Unlust, in die Schule zu gehen. Da muss man sich keine Sorgen machen. Aber wenn nach einem Jahr plötzlich Schwierigkeiten auftauchen, sollten die Eltern reagieren. Oft äussern sich die Probleme in der

**«Es ist wichtig, dass Kinder sich damit auseinandersetzen, wer ihre Eltern sind.»**

Schule: Das Kind bringt nicht mehr die Leistungen, die ihm entsprechen. Manche Kinder fangen auch an, sich für die Gefühlslage des Vaters oder der Mutter verantwortlich zu fühlen – oft für den gleichgeschlechtlichen Elternteil. Ebenfalls deutliche Alarmzeichen sind, wenn das Kind viel weint, sich zurückzieht, nicht mehr mit Kollegen spielen will, vielleicht auch den anderen Elternteil nicht mehr besuchen möchte. Dann könnte eine klärende Therapie angezeigt sein.

**Moment. Wenn ein Kind den anderen Elternteil nicht mehr sehen will, dann ist das doch einfach Ausdruck seines freien Willens?**

Klar, aber die Frage ist, ob man diesem Willen nachgeben soll. Man sollte mit einem Kind nicht darüber diskutieren, ob ein Kontaktabbruch eine Option ist. Es besucht ja nicht irgendeinen Fremden, sondern seinen Vater oder seine Mutter. Es gilt, die Hindernisse, die offenbar zwischen dem Elternteil und dem Kind stehen, zu eliminieren, nicht aber den Kontakt. Es ist wichtig, dass Kinder sich damit auseinandersetzen, wer ihre Eltern sind. Sie sollen auch nicht lernen, dass man bei den ersten Schwierigkeiten in einer Beziehung sofort wegläuft.

**Liselotte Staub:** «Trennung mit Kindern – was nun? Ratgeber für betroffene Eltern», Hogrefe, 176 S.

Interview: Mirjam Comtesse



## Angesagt

### PERFORMANCE

#### Musik im Wasser

Bei «Maritime Rites» handelt es sich um eine speziell für die Berner Aare von US-Komponist Alvin Curran konzipierte Komposition. Im Rahmen der Ausstellung «République Géniale» von Kunstmuseum Bern und Dampfzentrale kommt sie als Performance zur Aufführung. Zusammen mit Pontonier- und Wasserfahrvereinen sowie Musikern aus Bern findet am Sonntag an der Aare in der Stadt Bern die Aufführung statt. Die Teilnahme kostenlos ist. *pd*

**Aufführung:** So, 2. 9., um 14 Uhr, zwischen Schwellenmätteli und dem Stauwehr Engehalde, unterhalb des Lorrainebads. Weitere Infos: [www.republiquegeniale.ch](http://www.republiquegeniale.ch).

### AUSSTELLUNG

#### Kunst am Platz

Die Berner Künstlerin Salomé Bäumlín ist bekannt für ihre Tapisserien: Sie schafft zusammen mit marokkanischen Berberinnen handgeknüpften Teppiche. Diese behandeln Themen wie Nachhaltigkeit, menschliche Konflikte und Kriege – auf einfachste geometrische Formen reduziert. Zu sehen gibt es neuste Arbeiten von ihr derzeit im Kunsthaus 9a am Berner Stauffacherplatz. *pd*

**Ausstellung:** bis 15. 9., Kunsthaus 9a, Stauffacherplatz, Bern. Heute ist die Künstlerin anwesend. Offen jeweils: Do, Fr 17–19 Uhr, Sa 10–14 Uhr.

## Vom Atelier auf die Alp

**DENKMALTAGE «Ohne Grenzen», so lautet das diesjährige Motto der Europäischen Tage des Denkmals. Im Kanton Bern öffnen 35 Institutionen ihre Tore.**

Von Avully bis Andeer, von Basel bis Bellinzona: Die Denkmaltage lassen Interessierte während rund tausend kostenloser Führungen, Spaziergängen und Gesprächsrunden das vielfältige Kulturerbe der Schweiz erkunden. Nicht wie gewohnt an einem einzigen, sondern gleich an vier Wochenenden im September finden die Europäischen Tage des Denkmals dieses Jahr statt.

Unter dem Motto «Ohne Grenzen» präsentiert jeweils eine Region ihr kulturelles Erbe und lädt Nachbarn aus dem In- und Ausland zu einem Besuch ein. Anlass für das einmalige Format sind der fünfundzwanzigste Geburtstag der Denkmaltage in der Schweiz sowie das Europäische Kulturerbejahr 2018. Im Kanton Bern laden das **Kultur Casino Bern** und das **Schloss Schadau in Thun** zur Baustellenbesichtigung. In der **Abegg-Stiftung in Riggisberg** lassen sich Textilkonservierer im offenen Atelier über die Schultern blicken. In Utzenstorf lässt sich das barocke **Schloss Landshut** erkunden und in Brienz das **Grandhotel Giessbach**. Um das immaterielle Kulturerbe Jodeln dreht sich alles auf dem Rundgang durch **Erlenbach im Simmental**, und in **Meiringen** können sich Interessierte auf die Suche nach zerfallenen Alphütten begeben. *pd*

**Europäische Tage des Denkmals:** 1./2. 9., 8./9. 9., 15./16. 9., 22./23. 9., vollständiges Programm: [www.kulturerbe2018.ch](http://www.kulturerbe2018.ch).