

Erika Meyer-Glitza

EIN FUNKSPRUCH VON PAPA

**Therapeutische Geschichten
zu Trennung und Verlust**

iskopress

ISBN 978-3-89403-179-4
4. Auflage 2012
Copyright © iskopress, Salzhausen
Umschlag und Illustrationen:
Mathias Hütter, Schwäbisch Gmünd
Satz und Layout: iskopress, Salzhausen
Druck und Bindung: Aalex Buchproduktion,
Großburgwedel

**Bibliografische Information der
Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Inhalt

An die Erwachsenen	7
Liebe Kinder	10
Der Test	11
Ein Mädchen setzt sich mit dem neuen Partner der Mutter auseinander.	
Es lag nicht am Wackelpudding	17
Frische Trennungssituation, Schuldgefühle des kleinen Sohnes.	
Heller als tausend Sonnen	23
Ein Mädchen macht ihre erste Erfahrung mit dem Tod.	
Die Geschichte vom Kreidekreis	27
Auswirkung des Sorgerechtsstreits auf ein Kind.	
Vielleicht werde ich doch Postbote	31
Zwei Jungen lernen, sich aus den Konflikten der getrennten Eltern herauszuhalten.	
Ein Funkspruch von Papa	36
Eine Erzieherin hilft einem Jungen, Kontakt zum Vater herzustellen.	
Chaos im Puppenhaus	41
Ein Junge und seine Schwester bewältigen mit Hilfe des Lehrers eine Trennungssituation.	
Balduin, der Scheidungshund	45
Ein Hund versucht vergeblich, eine Ehe zu kitten.	

Die Patchwork-Familie	51
Ein Einzelkind erlebt die Vorteile der neu zusammengesetzten Familie seiner Freundin.	
Sofia zieht um	56
Trennung zweier guter Freundinnen durch Umzug.	
Manchmal zieht Vater in die Garage ...	61
Kurzfristige Trennungen als Möglichkeit des Zusammenlebens.	
Wo ich herkomme	66
Ein italienischer Junge, von Deutschen adoptiert, entdeckt seine Herkunft.	
Der Stern im Fenster	73
Eine Mutter verlässt ihre Familie; die neue Freundin des Vaters übernimmt ihre Rolle.	
Kletter-Maxe	76
Ein Haustier stirbt.	
Eine unfreiwillige Reise	80
Kleines Mädchen macht unterschiedliche Erfahrungen in zwei Pflegefamilien.	
Heimat ist, wo meine Freunde sind	87
Eindrücke eines russlanddeutschen Aussiedler-Jungen in Deutschland.	
Literatur	93
Beratungs-Adressen	95

An die Erwachsenen

Trennung und Scheidung, Tod und Verluste sind Themen, die zunächst bei jedem Menschen ein ungutes Gefühl hervorrufen. Auch in der Beratungsarbeit gehören Trennungsgespräche zu den schwierigsten. Selten ist solch eine Ansammlung von unterschiedlichsten Gefühlen vorhanden: Verletzung, Enttäuschung, Trauer, Wut, Rachegefühle, Scham, Angst, Hoffnungen, Anspannung, Misstrauen sind im Raum geradezu körperlich wahrnehmbar. Dann ist es schwer, das Positive zu finden, das sich hinter diesen akuten Krisen menschlichen Zusammenlebens versteckt. Oft braucht es Jahre, um es zu erkennen.

Dass Kinder, die eine solche Atmosphäre im Zusammenhang mit einer Trennung der Eltern erleben, hochgradigem Stress ausgesetzt sind, ist nachvollziehbar und allgemein bekannt. Kinder können sich eine Art des Zusammenlebens, die anders ist als die ihnen vertraute, zunächst nicht vorstellen und reagieren entsprechend ihrem Temperament häufig in Form von Rückzug oder Aggression.

Auch die betroffenen Eltern wissen, dass ihre Kinder gerade jetzt besondere Unterstützung und Zuwendung brauchen. Doch bedarf es schon großer Reife und Selbstbeherrschung, um dem gerecht werden zu können. Zu sehr sind Eltern in Trennungssituationen damit beschäftigt, ihre Gefühle und Zukunftsüberlegungen zu bewältigen.

Da können erfahrene Berater und auch gute Fachliteratur sehr hilfreich sein. Im Allgemeinen lösen Trennung und Scheidung in einer Familie jedoch einen langen Prozess aus, und es braucht seine Zeit, bis sich alle Beteiligten mit der neuen Situation einigermaßen arrangiert haben.

Trennungsberatung (siehe Seite 95) kann übrigens nicht nur Eltern, sondern auch Kinder stark entlasten. Kinder fühlen sich für ihre Eltern meist mehr verantwortlich, als wir denken, und sind erleichtert, diese Aufgabe abgeben zu können.

Von den vielen Ratschlägen, die in Trennung befindliche Eltern zu hören bekommen, halte ich zwei für besonders wesentlich: zum einen, dass die Kinder rechtzeitig von beiden Eltern gemeinsam über den Beschluss zur Trennung informiert werden; zum anderen, dass die Eltern wirklich alles tun, um den Kontakt nicht abreißen zu lassen, so groß der Wunsch nach Abstand verständlicherweise oft ist. Sicherlich gibt es hier auch Ausnahmen.

Der Verlust der Heimat und der Tod eines geliebten Menschen ist ein Einschnitt, den Kinder im Allgemeinen mit ihrer ganzen Familie betauern können. Die Kinder sind in ihrer Trauer meist nicht so allein wie bei einer Trennung der Eltern. Das kann bei allem Schmerz in gewisser Weise eine Erleichterung sein.

Da Kinder sehr empfänglich für Rituale sind, ist es wichtig, sie in Trauerzeremonien einzubeziehen, sie sollten ihre toten Haustiere begraben dürfen, und durch Fotos und Geschichten sollte das Andenken an Heimat, verstorbene und getrennte Familienmitglieder bewahrt werden.

Die vorliegenden Geschichten greifen jeweils eine Facette des sehr komplexen Themas „Trennung und Verlust“ auf. Sicherlich kann man mit ihnen kein Kind vor dem Schmerz bewahren, der mit jedem Abschied verbunden ist. Doch sie können eine Stimmung von Hoffnung erzeugen, sie können Kindern helfen, Verständnis und Worte für ihre widerstreitenden Gefühle zu finden und sich mit ihnen nicht so allein zu fühlen.

Wenn Eltern, Therapeuten und Pädagogen in solchen Krisenzeiten Kindern Geschichten dieser Art vorlesen und mit ihnen darüber sprechen, kann das ein kleiner Schritt in die richtige Richtung sein: In einer ruhigen Atmosphäre der Gemeinsamkeit und Geborgenheit entsteht Raum für Fragen, die das Kind beschäftigen (unbegründete Schuldgefühle, Zukunftsängste u. a.), und für entlastende Antworten. Denn, so klein ein Kind auch ist, es braucht rechtzeitige Aufklärung über alles, von dem es selbst unmittelbar betroffen ist. Das gilt für den Tod, einen Umzug, die Umsiedlung ebenso wie für die Scheidung der Eltern. Das Kind kann dann auch in schwierigen Lebenslagen Vertrauen entwickeln.

Die Pariser Kinderpsychiaterin und Psychoanalytikerin Caroline Eliacheff beschreibt in ihrem Buch „Das Kind, das eine Katze sein wollte“ (siehe Literaturliste auf Seite 93), wie sogar Säuglinge, die schwerkrank in einem Säuglingsheim leben, sich „entschließen“ können, wieder gesund zu werden, nachdem man ihnen sorgfältig „erklärt“ hat, was vorher mit ihnen geschehen ist und warum sie nicht mehr bei ihren Eltern sein können.

Also, unterschätzen wir die Kinder nicht!

Liebe Kinder

In diesen Geschichten erzähle ich euch von Jungen und Mädchen, deren Leben sich plötzlich sehr verändert. Alle müssen sich nämlich von jemandem trennen, den sie sehr gerne haben. Vielleicht habt ihr so etwas selber gerade erfahren müssen oder bei Freunden, Klassenkameraden oder Verwandten miterlebt. Dann wisst ihr, wie traurig es ist. Und ihr wisst auch, wie sehr Kinder gerade in solchen Zeiten ihre Eltern brauchen. Leider sind Mutter und Vater oft sehr mit sich selbst beschäftigt. Aber es gibt auch Lehrer, Erzieher und Berater, die Kinder unterstützen können. Es könnte jedenfalls nicht schaden, wenn ihr eure Erwachsenen auch ab und zu mal in diesem Buch lesen lasst!...

Ich erzähle euch die Geschichten ein bisschen zum Trost: Ihr seid nicht allein – fast alle Kinder, die ich kenne, deren Eltern sich getrennt haben, die einen Menschen oder ein Tier durch Tod verloren haben oder deren beste Freunde fortgezogen sind, haben sich schließlich von diesem Schmerz erholt. Das Leben wurde für sie wieder fröhlich. Ich bin sicher, die unter euch, die noch mittendrin stecken im Trennen, werden auch wieder vergnügt – wenn es auch ein Weilchen dauert, bis Wunden heilen.

Dr. Erika Meyer-Glitza



Der Test

Diesen Tag vergaß Jule nie. Sie vergaß ihn ihr ganzes Leben lang nicht, obgleich sie ihn zuerst am liebsten mit Tintenkillern, Radiergummis, Computer-Löschtasten, Scheuerpulver oder Ähnlichem aus ihrem Leben getilgt hätte, wenn so etwas möglich wäre.

Es war ein Samstag. Jule hatte es sich am Nachmittag gerade in der Sofaecke gemütlich gemacht und überlegte, welches Spiel sie ihrer Mutter vorschlagen sollte. So guter Laune war sie an diesem freien Tag, dass sie sogar ihre kleine Schwester Annika mitspielen lassen wollte. „Es käme Hüchenspiel, Mensch ärgere dich nicht oder Memory in Frage“, dachte sie gerade.

Da geschah es. Ihre Mutter sagte es ganz leichthin, ganz locker, als sei es das Selbstverständlichste von der Welt: „Übrigens, gleich kommt Bernd, mein neuer Freund.“ Dabei hantierte sie am Schrank herum. So konnte sie nicht Jules weit offenen Mund sehen und das Entsetzen in ihrem Gesicht. „Er ist sehr nett, ihr werdet ihn mögen“,

fügte die Mutter hinzu. Aber Jule bemerkte eine ganz kleine Unsicherheit in ihrer Stimme und in ihren Bewegungen. „Nein! Der soll nicht kommen! Ich will mit dir und Annika Memory spielen! Und ich finde ihn ganz bestimmt nicht nett! Und du brauchst gar keinen Freund. Du hast ja uns!“ Jule schrie so laut, dass ihre Schwester angerannt kam. Was die Mutter nun sagte, drang gar nicht mehr bis zu Jule. Sie schluchzte laut, stieß Annika, die von alledem rein gar nichts verstand, zur Seite, rannte nach oben in ihr Zimmer und ließ sich auf ihr Bett fallen.

Da klingelte es.

Zwischen ihren langen, enttäuschten Schluchzern hörte Jule fröhliche Stimmen und Gelächter. Alle schienen sich gut zu amüsieren. Jule hörte auch die Stimme von diesem Bernd. Da musste sie noch mehr weinen, weil sie an ihren Vater dachte. *Der* sollte hier sein, nicht so ein fremder Mann! Jule zog sich die Bettdecke über ihren Kopf. Nichts mehr hören und sehen wollte sie. Wie konnte die Mutter den einfach einladen! Und sie hatte sie noch nicht mal darauf vorbereitet! Sie, Jule, war ihr wohl völlig egal! Womöglich wollte der noch bei ihnen einziehen und ihr die Mutter für immer wegschnappen! Bestimmt würde er sich dann noch als Vater aufspielen und an ihr herumerziehen wie der Stiefvater ihrer Freundin Franziska. Nein, nein, nein! Ohne sie! Eher ginge sie ins Internat.

Da kam Annika und bat sie, herunterzukommen. Der Mann sei nett, er habe ihnen ganz viel Lakritzkonfekt mitgebracht. „Mag ich sowieso nicht! Ich komme nie, niemals. Das kannst du denen sagen!“

Jule verbrachte also den heiß ersehnten Samstagnachmittag in der miesesten Stimmung, die man sich nur denken kann in ihrem Bett, obwohl sie gar nicht krank war. Jule hatte keinen Schnupfen, keinen Husten, kein Fieber, keine Kopfschmerzen. Aber innendrin fühlte sie sich krank, innendrin tat es weh. Sie hatte Heimweh nach Papa. Er sollte jetzt wieder bei ihr sein und ihr etwas vorlesen wie früher. Sie sehnte sich danach, eine richtige Familie zu haben ohne fremde Bernds. Da schief sie am hellichten Tage ein. So erschöpft war sie von dem Schreck und dem Weinen.

Als sie aufwachte, war es stockdunkel. Ihre Mutter saß an ihrem Bett und fühlte ihre Stirn. „Fieber hast du jedenfalls nicht“, sagte sie leise. „Schade, dass du nicht dabei warst!“ Da fiel Jule alles wieder ein, und sie zog sich gleich wieder die Decke über den Kopf. Nur dumpf hörte sie, wie die Mutter versuchte, sie zu trösten und ihr zu sagen, wie lieb sie sie habe. Das war schön. Aber sie bekam auch mit – trotz der dicken Decke – dass die Mutter nicht gewillt war, ihren Bernd ihretwegen aufzugeben. Da drehte sie der Mutter den Rücken zu und stellte sich schlafend.

Wenn Jule etwas wollte oder nicht wollte, konnte sie sehr hartnäckig sein. Immer, wenn Bernd die Mutter nun besuchen kam, und das tat er immer häufiger, verließ Jule entweder stolz erhobenen Hauptes die Wohnung oder sah einfach durch ihn hindurch. Weder durch nette Mitbringsel noch durch interessierte Fragen oder kleine Witze konnte er sie für sich gewinnen. „Bestechen lasse ich mich nicht!“, dachte sie, obgleich manchmal einige Selbstbeherrschung nötig war, um nicht zu la-

chen (er war nämlich wirklich witzig) und die Süßigkeiten zurückzuweisen. Jule wollte ihn einfach nicht nett finden.

Bei Annika hatte Bernd es einfacher. Die konnte Süßigkeiten einfach nicht widerstehen und war begeistert, wenn er sie und ihre Mutter zum Spielplatz begleitete und mit ihr herumtobte.

Jule telefonierte jetzt oft mit ihrem Vater. Sie hatte ihn angefleht, zurückzukommen und diesem blöden Bernd nicht das Feld zu überlassen. Doch im Tiefsten wusste sie, dass es aussichtslos war, denn der Vater lebte ja in Frankreich und hatte schon lange eine neue Frau. Trotzdem tröstete es sie, seine Stimme zu hören, wenn er auch keinen hilfreichen Tipp für sie hatte.

Aber Franziska hatte einen Tipp, Jules Freundin Franziska mit der Stiefvater-Erfahrung. Es waren inzwischen einige Wochen vergangen. „Ich finde, wir sollten einen Test machen, mal sehen, was der so als Stiefvater taugt.“ Bei dem Wort Stiefvater wollte Jule gleich protestieren. Aber zu ihrer eigenen Überraschung schob sie diesen Gedanken gar nicht mehr ganz so weit von sich weg. Ob es daran lag, dass es lustiger war, seit Bernd immer öfter zu ihnen kam (wenn sie auch immer noch nicht über seine Witze lachte), oder daran, dass Mama neuerdings viel besserer Laune war? Oder lag es an seiner Gitarre, zu der er manchmal lustige und manchmal traurige Lieder sang?

„Gut, wie geht der Test?“ Jule war gespannt. „Erstmal testen wir, ob er petzt“, ordnete Franziska an. „Du machst was Schlimmes, wenn du mit ihm alleine bist und wartest ab, was passiert.“

Am Nachmittag ergab sich eine ideale Gelegenheit. Die Mutter brachte Annika gerade zum Tur-

nen, Bernd saß am Schreibtisch im Wohnzimmer und schrieb an einem Brief. Jule stellte sich neben ihn und drückte in Windeseile eine ganze Tintenpatrone über seinem Brief aus. „He, du kleines Biest!“ Bernd schoss hoch und packte sie am Arm. „Du, ich kann ja verstehen, dass du lieber deinen Papa hier hättest als mich, und ich erwarte auch gar nicht, dass du mich liebst, aber das hier geht zu weit!“ Er zwang Jule, die Tinte aufzulöschen, den verschmierten Brief in den Müll zu bringen und ihm ein neues Blatt zu holen. Wortlos mit gerümpfter Nase tat sie das alles. Dann sagte Bernd noch: „Es braucht einfach Zeit. Aber irgendwann werden auch wir beide uns anfreunden. Ich bin Optimist.“ Dabei lächelte er sie freundlich an. Das sah sie noch aus den Augenwinkeln, und weg war sie.

Die Mutter kam zurück. Jule lauschte gespannt oben an der Treppe. Würde er nun petzen oder nicht? Sie wusste nicht so recht, was sie eigentlich erwartete. Sie fühlte sich wie halbiert. Die eine Hälfte von ihr wollte, dass er sich als petzendes Scheusal entlarvte. Die andere Hälfte aber wünschte sich, dass er zu ihr hielt und dass sie sich auf ihn verlassen konnte.

Bernd bestand den Test. Er petzte nicht. Eine Hälfte von Jule ärgerte sich, und eine Hälfte freute sich ganz leise.

„Jetzt kommt Test Nummer zwei“, kündigte Franziska am nächsten Tag an. „Wir werden testen, ob dieser Bernd im praktischen Leben zu gebrauchen ist. Was sollte ein Vater können?“ „Fahrrad reparieren – bei Mathe helfen – mit Lehrern reden – vorlesen...“ Jule zählte das alles zwar auf, aber während sie sprach, wurde ihr plötzlich klar, dass

es eigentlich gar nicht so wichtig war. Das mit dem Petzen war das Wichtigste gewesen. Das Wichtigste war nämlich, dass sie sich wieder auf jemanden verlassen konnte. Ihr fiel ein, wie Bernd neulich einen Abend bei ihnen geblieben war, als die Mutter an einem Kurs teilnahm. Endlich brauchte sie nicht mehr immer auf Annika aufzupassen! Und sie musste sich selber eingestehen, dass Bernd eigentlich nett war und verlässlich und kein Petzer. Jule brauchte keinen Test mehr mit ihm zu machen.

„Schade!“ Franziska war enttäuscht. „Es war gerade so spannend!“ Dann fügte sie leise hinzu: „Weißt du eigentlich, wie ich dich beneide?“

Abends bemerkte Bernd, dass Jule sich zum ersten Mal neben ihn setzte, als er Gitarre spielte. Er und Jules Mutter lächelten sich erleichtert zu. Dann sangen sie alle vier zusammen ein lustiges Lied.



Es lag nicht am Wackelpudding

Moritz liebte Wackelpudding, besonders den giftgrünen. Den hätte er jeden Tag mehrmals essen können, durfte er nur nicht. „Zu ungesund“, fand seine Mutter.

Eines Abends kam sein Vater aber mit einem großen Becher giftgrünem Wackelpudding nach Hause. „Für dich, Moritz, hab’ ich dir mitgebracht!“ Moritz strahlte. Aber nicht mehr lange. Denn dieser Wackelpudding brachte den ganzen Hausfrieden so ins Wanken, dass nicht nur der Pudding sondern alle Wände wackelten.

Die Mutter nämlich riss Moritz den Becher aus der Hand, schleuderte ihn in hohem Bogen in den Mülleimer und schrie: „Dieses miese, ungesunde Zeug willst du also deinem Kind anbieten! Hautausschläge kann er davon kriegen, Asthma und Schlimmeres! Da sieht man mal, wie wenig Gedanken du dir machst!“ Der Vater schritt erbost zum Mülleimer, fischte den Wackelpuddingbecher mit spitzen Fingern wieder heraus und brüllte