

Papa allein zu Haus

Sie kämpfen ums Besuchsrecht und können die Kinder oft nur noch selten sehen: Das macht viele geschiedene Männer seelisch und körperlich krank.

VON SUSANNE WÄCHTER

Etwa 230 000 Trennungen finden schätzungsweise jedes Jahr in Deutschland statt. Zehn Prozent von ihnen gelten als hoch strittig. Sie landen vor dem Familienrichter. Oft folgt ein erbitterter Kampf um die gemeinsamen Kinder. In vielen Fällen hoffnungslos. Neben den Kindern leiden häufig besonders die Väter, wenn sie die gemeinsamen Kinder nicht mehr sehen dürfen.

Peter H., der aus Sorge um seine Kinder lieber anonym bleiben möchte, fürchtet mittlerweile um seinen Job. Der seit vier Jahren andauernde Streit mit seiner Ex-Frau, die gerichtlichen Auseinandersetzungen, die fehlende Unterstützung der Justiz und des Jugendamtes hätten ihn „mürbe“ gemacht, sagt der 43-Jährige. Immer häufiger muss er dem Job fernbleiben, weil er unter starken Kopfschmerzen, Übelkeit und Schlafmangel sowie Konzentrationschwächen leidet.

Peter H. sei kein Einzelfall, bestätigt der Düsseldorfer Soziologe und Psychologe Walter Andritzky. „Viele Trennungsväter begeben sich in psychotherapeutische Behandlung“, sagt Andritzky, der das Befinden vieler Väter als „Verbitterungssyndrom“ bezeichnet, das sogar zum Suizid führen kann. „Im Einzelfall ist es schwer, zwischen den Belastungen zu unterscheiden, die aus der Trennung selbst,



„Kramer gegen Kramer“; Ted (Dustin Hoffman) kämpft in dem Film von Robert Benton um das Sorgerecht für seinen Sohn Billy (Justin Henry).

FOTO: SONY HOME ENTERTAINMENT



Frauen stellen sich als Opfer dar. Väter stehen dann häufig schlecht vor dem Richter da.“

WALTER ANDRITZKY
PSYCHOLOGE

einem Umgangsboykott oder dem Kindesentzug resultieren“, ergänzt der Psychologe.

Väter haben seinen Angaben zufolge in diesen Situationen mit vielen veränderten Bedingungen zu tun. Die Trennung von der Frau, den Kindern, der permanente Streit, bei manchen kämen finanzielle Probleme hinzu.

Die gesundheitlichen Folgen für die Väter wurden bisher kaum untersucht. Es fehle fundierte wissenschaftliche Literatur. So wird noch immer gern auf die Abschlussarbeit der Freiburger Psychologin Esther Katona zurückgegriffen, die 2007 veröffentlicht wurde. Darin geht es um die zentrale Frage, wie es Vätern, aber auch Müttern geht, die von ihren Kindern getrennt leben.

Als Grundlage dienten ihr Antworten, die ihr etwa 280 Eltern auf den von ihr und Kollegen entwickelten Fragebogen zugeschickt haben. Als sich das Ausmaß der gesundheitlichen und vor allem psychischen Beeinträchtigungen darstellte, war die angehende

Psychologin erschrocken. Weit über die Hälfte der befragten Personen – zum größten Teil Männer – gaben an, mit dem Leben unzufrieden zu sein. Ihre seelische Verfassung zeichneten sie als schlecht. Körperlich beeinträchtigt fühlten sich 53 Prozent.

Peter H. sieht seine Kinder ausschließlich in Begleitung einer sogenannten Umgangs-pflegerin. Diese wird unter anderem eingesetzt, um die Beziehung zum getrennt lebenden Elternteil wieder aufzubauen. Dies läuft

seit fast zwei Jahren so. „Die Treffen finden ausschließlich mit anderen Vätern in einem großen Indoor-Spielpark statt. Die Umgangspflegerin liest dabei Zeitung und kümmert sich nicht um uns“, sagt der 43-jährige Vater. Vier Stunden, alle zwei Wochen, sieht er seine Kinder auf diese Weise.

Hat die Mutter keine Lust oder andere Gründe, die Kinder nicht zum Treffpunkt zu bringen, sieht Peter H. seine Söhne gar nicht. „Dann muss ich mich wieder mit dem

Gericht, dem Jugendamt und der Umgangspflegerin auseinandersetzen. Trotzdem bewegt sich nichts. Ich kann tun, was ich will, es interessiert die nicht. Es interessiert die aber auch nicht, was aus den Kindern wird“, sagt Peter H. Die Machtlosigkeit und das Gefühl, keine Rolle zu spielen, machen ihn krank.

Ein typischer Fall, wie Andritzky bestätigt. „Frauen verstehen es perfekt, sich als Opfer darzustellen. Väter stehen dann häufig schlecht vor dem Richter da.“ In den Köpfen der Justiz, aber auch bei den Jugendämtern herrsche oft immer noch ein antiquiertes Bild vor, das der Mutter einen wesentlich größeren Spielraum zubilligt als dem Vater. Gesundheitliche Probleme von Männern rücken erst nach und nach in den Fokus. Doch der Kindesentzug kann Stresssymptome auslösen. Der Körper ist in Daueralarmbereitschaft, schüttet Stresshormone aus. Das Herz schlägt schneller. Die Muskeln sind angespannt. „Der Körper reagiert, als sei er auf Flucht eingestellt“, sagt Andritzky.

Diese Höchstleistung, sofern sie anhält, kann zu ständig erhöhtem Blutdruck und somit zu Herzinfarkt oder Schlaganfall führen. Der Magen-Darm-Trakt wird weniger durchblutet, was Magengeschwüre zur Folge haben kann. Hinzu kommt eine erhöhte Infektanfälligkeit. „Bei Männern werden diese

Symptome aber häufig mit ihrem Arbeitsleben in Verbindung gebracht und weniger mit ihrem Privatleben“, sagt Andritzky.

Peter H.s Leben ist dem Kampf um die Kinder gewidmet. „Meine gesamte Zeit wird damit ausgefüllt“, sagt der zweifache Vater. Schriftwechsel mit dem Anwalt, der Umgangspflegerin, dem Jugendamt. „Wenn wir selber nichts unternehmen, werden wir vergessen. Wir sehen unsere Kinder dann überhaupt nicht mehr“, sagt Peter H., und ein dicker Kloß im Hals lässt seine Stimme dünn werden. Um mit der Situation einigermaßen klarzukommen, hat er sich der Selbsthilfevereinigung „Väteraufbruch“ (www.vafk.de) angeschlossen. „Damit sehe ich, dass ich nicht alleine mit meinem Problem dastehe.“ An seinen gesundheitlichen Beeinträchtigungen ändert aber auch das nichts.

Diese Behandlung sei schwierig, berichtet Andritzky. Man könne durch Reden helfen, die Situation ein bisschen besser in den Griff zu bekommen. Das Problem aber haben die betroffenen Personen nicht selbst in der Hand, es werde von außen an sie herangetragen. Solange dies der Fall ist, gestalte sich eine Therapie schwierig. „Wenn man Kinder weiterhin wie Umzugskartons einfach mitschleppen kann, wird sich an der Problematik nichts verändern“, sagt Andritzky.

Rechte und Pflichten

Umgangsrecht

Das gilt es in Sachen Umgangsrecht bei gemeinsamem Sorgerecht (§ 1687 BGB) zu bedenken: Das Grundprinzip dieser Regelung ist, dass Eltern bei allen wichtigen Fragen gemeinsam entscheiden müssen. Etwa bei einem Schulwechsel, der Frage der Religionszugehörigkeit oder einem Wohnortwechsel. Häufig kommt es allerdings vor, dass Frauen mitsamt ihren Kindern umziehen oder einen Schulwechsel vornehmen, ohne die Väter um Erlaubnis zu fragen. Den Vätern bleibt theoretisch die Möglichkeit, die Polizei einzuschalten – was aber die wenigsten tun aus Rücksicht auf die Kinder. Weiterer Bestandteil des Umgangsrechts: Besuchen die Kinder einen Elternteil (etwa am Wochenende), ist dieser verpflichtet, die Fahrtkosten für den Besuch zu bezahlen, und zwar für die Hin- und Rückfahrt.

Unterhalt

Neben dem Unterhalt für die Kinder muss sich der Partner jeweils entsprechend dem Einkommen an Sonderausgaben beteiligen. Dazu gehören etwa Schullandheimaufenthalte, Sprachkurse, Nachhilfeunterricht.

Krankenversicherung

Waren die Kinder vorher über den Vater privat versichert, kann die Mutter bei einer Trennung darauf bestehen, dass die Kinder weiterhin privat versichert sind, auch wenn sie über sie – kostenfrei – gesetzlich mitversichert werden könnten.

Tipps im Internet

www.dejure.org – <http://www.eltern.de/beruf-und-geld/recht/vaeter-rechte.html>

CB

ELTERNRAT

Erziehung ist kein Kinderspiel. Was Sie darüber wissen sollten.

Jenseits der Milchstraße



VON JAN-UWE ROGGE

Kinder wollen lernen, Kinder sind motiviert, wenn man ihnen Räume anbietet, die sie anregen, sich auszuprobieren. Was allerdings auffällt: Schreibt man ihnen vor, wie sie sich zu verhalten haben, setzt man ihnen Lernziele vor, die mit ihrer Lebenswirklich-

keit und ihren Entwicklungsbesonderheiten nichts zu tun haben. Und dann verweigern sie sich.

Kinder dort abzuholen, wo sie sich entwicklungs- und altersgemäß befinden, das setzt voraus, sich in sie hineinzuversetzen. Dies meint: Wenn ein Kind vier Jahre ist – ist es nicht sechs. Es hat seine ganz eigene Sicht von der Welt, eine Mischung aus dem Sinn für Realität und für Magie. Es weiß, was es will (und was nicht). Zugleich kann es selbstvergessen mit dem Käfer im Sand und auf der Wiese sprechen und mit dem Baum reden, sich an den Stamm anschmiegen und ihn beim Atmen zuhören. Das achtjährige Kind ist schon ganz anders. Es durchdringt die Wirklichkeit mit seinen Gedanken, und zugleich liebt es die Zerstreuung: auf dem Bett liegen, an die Decke starren, träumen, in die Unendlichkeit des Weltalls abdriften, neugierig sein darauf, ob es jenseits der Milchstraße auch Kinder gibt, die von ihren Eltern genervt sind mit immer denselben Sprüchen: „Räum dein

Zimmer auf!“, „Mach deine Hausaufgaben!“, „Trödel nicht immer so rum!“.

Erziehung ist nicht Vorbereitung auf das Leben. Erziehung ist das Leben selbst. Doch erleben das viele Kinder gegenwärtig anders. Wenn sie in den Kindergarten kommen, spätestens wenn irgendwann – meistens Monate davor – die Einschulung ansteht, drehen sich alle Gespräche um den neuen Lebensschnitt („Jetzt fängt der Ernst des Lebens an!“). Besuchen sie dann die Grundschule, richten sich die Blicke schon auf eine weiterführende Institution.

Man lässt Kindern keine Zeit. Beschleunigung ist das Gebot der Stunde: G-8-Abitur, Japanisch-Kurse für Dreijährige! Und dabei übersieht man: Wer immer schneller in die Kurven geht, den wirft es irgendwann aus der Bahn. Vieles ist für Kinder vorherbestimmt, alles in einem festen Zeitplan – von morgens bis abends eingepreist. Und die selbstbestimmten Zeiten bleiben dabei auf

der Strecke. Kinder brauchen aber auch freie Zeiten. Zeiten, in denen sie sich ruhig auch mal langweilen dürfen.

Für den Pädagogen Johann Heinrich Pestalozzi waren „Langeweile“ und „Zerstreuung“ positive Begriffe. Sie bezeichnen Zeiten, in denen man wieder zu sich selbst kam, bei sich war. Zeiten, in denen man relaxen konnte. Wer Zeit einem strikten Diktat unterwirft, der begrenzt Zeit und damit zugleich die Entfaltung von Persönlichkeitsentwicklung. Kinder wollen durchaus etwas leisten. Aber ihnen ist nicht das Ergebnis wichtig, sondern der Weg dahin. Kinder wollen dabei nicht getrieben sein, angetrieben werden. Sie brauchen keine Antreiber von außen, die ihnen den Weg weisen. Sie brauchen (elterliche) Begleiter, die ihnen Räume anbieten, in denen sich Motivation entfalten kann.

Jan-Uwe Rogge ist Erziehungsberater und Autor zahlreicher Bücher. www.familienzirkus.de

BUCHTIPP

Brei fürs Baby

Wie leicht es ist, die Zubereitung frischer Babynahrung in den Alltag zu integrieren, zeigt der kleine Ratgeber „Die neue Babynahrung“ von Ernährungsberaterin Susanne Klug. Gräfe-und-Unzer-Verlag, 9,99 Euro. sis



KLARGESTELLT

Spinat

100 Gramm frischer Spinat enthalten 3,5 Milligramm Eisen und nicht 3,5 Gramm, wie wir in unserer Ausgabe vom vergangenen Sonntag berichtet haben. Da ist uns ein Fehler unterlaufen – bei der Mengenangabe kam uns das „Milli“ abhanden. Wir bitten um Nachsicht. SOAK