



Pädagogische Elternbegleitung

Lesezeit 12 Minuten

Funkstille

Wenn Dein Kind keinen Kontakt zu Dir haben will

Endlich ist wieder Mama-Tag oder der nächste Papa-Tag! Du freust Dich riesig und hast tausend Pläne – aber völlig unerwartet hat sich zwischen Dir und Deinem Kind etwas verändert. Eine seltsame, kaum greifbare emotionale Distanz liegt zwischen Euch, die Du nicht einordnen kannst. Zögernde Umarmungen. Gespräche an der kurzen Leine. Blickwechsel, die das Weite suchen. Diesmal gelingt es erst nach einer gefühlten Ewigkeit, wieder die vertraute Nähe zueinander zu finden. Das ganze Wochenende erlebst Du dann, dass irgendetwas nicht rund läuft. Im Rückblick erkennst Du schließlich, dass das Wochenende damals erst der Anfang vom Ende war. Inzwischen fallen Umgangswochenenden aus oder werden ins Irgendwann verschoben und Telefonanrufe sind beklemmend wie nie. Vielleicht hast Du sogar schon die unglaubliche Nachricht bekommen, dass Dein Kind Dich nicht mehr sehen will.

Es scheint wie eine Notbremse ohne Airbag. Und vermutlich wiederholt sich nun das ganze Programm, was Du doch längst aus der Zeit aus dem Ende Eurer Beziehung auf Paarebene kennst: Das geschockte nicht wahrhaben können, Deine verzweifelten Wutausbrüche oder Dein erschöpfter Rückzug, das Verhandeln mit allen Mitteln der Kunst und die vage Hoffnung, noch irgendeine eine Lösung zu finden. Der große Wunsch, dass mit der Trennung auf Paarebene nun endlich alle wieder zur Ruhe kommen können, rückt in weite Ferne. Gefühlt wird die Entfernung zwischen Dir und Deinem Kind immer größer.



Dazu kommt, dass sich nun auch noch Deine früheren Verusterfahrungen aus längst vergangenen Zeiten zu Wort melden und Dir den Schlaf rauben. Wie aus dem Nichts kommen nun noch Vorwürfe vom anderen Elternteil dazu, die Dich sprachlos und ohnmächtig machen. Scheint es tatsächlich keine andere Lösung zu geben, als einfach aufzugeben und zu kapitulieren? Auch für Dein Kind sind eingeschränkte und immer wieder gestörte Kontakte oder Beziehungsbrüche eine kräftezehrende Wiederholungsschleife der längst überwunden geglaubten früheren Trennungserfahrung. Dabei weiß doch jeder, was passiert, wenn heilende Wunden erneut aufgerissen werden.

Manchmal folgt auf die Trennung vom Partner auch noch die Trennung vom Kind.

Es gibt viele Gründe, warum Kinder den anreisenden Elternteil zeitweise nicht sehen wollen

„Papa ist ausgezogen. Bevor auch noch Mama weggeht und ich alleine bin, halte ich besser zu Mama. Ich brauche meine Mama. Und wenn ich bei Papa bin, geht es Mama schlecht. Also gehe ich besser nicht mehr zu Papa.“

Möglich ist auch, dass Dein Kind unmittelbar beeinflusst wurde. Immerhin ist der andere Elternteil an dem Tag, an dem Dein Kind mit Dir zusammen ist, nicht alleinerziehend, sondern allein.

Von der großen Versuchung, durch elterlichen Machtmissbrauch dem Alleinsein und Gefühlen von Schmerz und Trauer auszuweichen, erzählt der DVD-Spielfilm „Weil Du mir gehörs“. Die Dynamik der Eltern-Kind-Entfremdung gibt es sowohl im mütterlichen Elternhaus wie im Film dargestellt, als auch im väterlichen Elternhaus. Aber es ist niemals Aufgabe der Kinder, die Fragilität ihrer Eltern zu stabilisieren oder sie zu stärken. Und selbst, wenn sich in Eurer Familie nicht der Morast einer Eltern-Kind-Entfremdung ausbreitet, scheinen sich oft genug die Beziehungsmuster der früheren Paarebene auf der Elternebene zu wiederholen.

Ein Kontaktabbruch zwischen Kindern und Eltern ist dann zuerst einmal Ausdruck höchster Not bei allen Beteiligten. Denn Umgangsunterbindung und mangelnde Bindungstoleranz gelten als grundsätzlich kindeswohlgefährdend. Beide Eltern unterliegen deshalb der Wohlverhaltenspflicht und müssen sich an ihrer Bindungstoleranz messen lassen. Zum Wohl des Kindes müssen sie eine Abhängigkeitsbeziehung des Kindes zu dem Elternteil verhindern, der im Alltag beim Kind lebt und eine tragfähige Beziehung zum anreisenden Elternteil fördern.



Natürlich kann es ebenso sein, dass die Umgangsunterbrechung gar nicht vom anderen Elternteil herbeigeführt wird. Mag sein, dass Dein Kind nicht länger Spielball der Erwachsenenentscheidungen sein will und seine Selbstwirksamkeit erprobt. Auch möglich, dass Dein Kind noch nicht damit zurechtkommt, dass Du eine neue Partnerschaft wagst oder Du ein Baby in der Folgefamilie bekommst. Vielleicht will Dein Kind unbewusst die Stabilität Deiner Beziehung zu ihm testen, um sich wieder sicher zu fühlen: „Wie rotzig kann ich sein – und Papa kommt trotzdem wieder?“ Kinder brauchen die Gewissheit, dass Elternliebe bedingungslos ist.

Verbunden bleiben. Jeder mit sich. Und vielleicht mit dem anderen.

Was auch immer zum Vertrauensverlust und Kontaktabbruch zwischen Dir und Deinem Kind geführt hat. Jetzt geht es ums Ganze. Wie kannst Du trotz Kontaktabbruch fürsorglich Papa oder Mama bleiben?

Dein Kind grenzt sich ja in aller Regel nicht von Dir ab, sondern von einer Situation, die es überfordert. Es gibt sein Bestes. Aber seine Kräfte, mit den Spannungen und Unsicherheiten von Euch getrennt erziehenden Eltern umzugehen, sind begrenzt.

Du bist der Erwachsene. Nicht Dein Kind, sondern Du hast künftig die Verantwortung dafür, für Entlastung zu sorgen und Deinem Kind achtsame Haltegriffe wie zum Beispiel diese anzubieten:

- Du musst Dich nicht schämen, wenn Dein Kind nichts mit Dir zu tun haben will. Es liegt nicht an Dir und Du musst Dich nicht rechtfertigen oder Deine Ehre retten. Aber übernimm Verantwortung dafür, wie es weitergeht.
- Ein Kontaktabbruch von Deinem Kind fordert immer auch die Beschäftigung mit Deiner eigenen Kindheit und Deinen eigenen Verlustängsten. Jeder Tag an dem Du nicht für Dein Kind da sein kannst, kannst Du etwas für Dein Kind tun und für Deine eigene Stabilität sorgen. Nimm therapeutische Hilfe in Anspruch, wenn die Zeit reif dafür ist.
- Im Flugzeug werden Eltern aufgefordert, zuerst sich selbst und dann erst das Kind mit einer Sauerstoffmaske zu versorgen. Nur so ist gesichert, dass Eltern im Ernstfall im Anschluss für ihr Kind da sein können. So schwer es auch fällt. Selbstfürsorge hat jetzt Priorität. Wir haben hier gleich mehrere Angebote für Dich
- Fordere mit aller Entschlusskraft beim Familiengericht stellvertretend für Dein Kind seine Rechte auf Umgang ein. Selbst, wenn Du in der Vergangenheit durch Dein Verhalten Dein Kind gefährdet haben solltest, oder schon sehr lange kein Kontakt mehr möglich war, hat Dein Kind ein Recht auf (begleiteten) Umgang.



- Notiere Dir mit Datum und möglichen Zeugen entsprechende Aussagen von Deinem Kind / dem anderen Elternteil als Material für Gerichtsverfahren.
Ungefragte Film- oder Tonaufnahmen sind nicht zulässig.
- Steige nicht auf Vorwürfe vom anderen Elternteil ein, Sorge für emotionalen Abstand und reduziere den Kontakt auf wenige schriftliche sachliche Nachrichten.
- Erwähne den anderen Elternteil notfalls über das Jugendamt an seine Pflicht, Dir unabhängig von Sorgerecht und Umgangsregelung auch weiterhin wesentliche Veränderungen und Entwicklungsschritte aus dem Leben Deines Kindes mitzuteilen.
- Mach den anderen Elternteil nicht schlecht oder erkläre ihn zum Schuldigen. Damit verstärkst Du nur die Verunsicherung für Dein Kind, wer ihm überhaupt noch sicher ist. Und wenn es noch so schwerfällt, sage Deinem Kind, dass Du darauf vertraust, dass es vom anderen Elternteil gut versorgt ist.
- Fordere nicht, dass Dein Kind sich zeigt. Zeige Du Dich! Bleibe sichtbar und in Rufnähe für Dein Kind. Du kannst zum Beispiel unter Deinem Vor- und Nachnamen ein Facebook-Profil oder eine kostenfreie Website anlegen. So bist Du für Dein Kind sichtbar, ohne, dass es gleich persönlichen Kontakt mit Dir aufnehmen muss. Nutze zum Beispiel unseren Text vom großen Ehrenwort. Achte den Persönlichkeitsschutz Deines Kindes und veröffentliche keine Kinderfotos von ihm.
- Vermeide Geschenke als Mittel zum Zweck der Kontaktabbauung. Aber hinterlasse einen Gruß, das große Ehrenwort oder ein Foto von Eurer letzten Begegnung zur Weitergabe an Dein Kind in der Beratungsstelle.
- Eifersucht und Neid sind keine Basis zur Kontaktabbauung. Hüte Dich vor der Versuchung, mit den Geschwisterkindern beim nächsten Umgang tolle Ausflüge zu machen. Und wenn, dann lass sie wissen, dass Du das Ausflugs geld für das abwesende Kind in eine Spardose legst für den Tag des Wiedersehens.
- Sende am Tag des ursprünglichen Umgangs eine SMS an Dein Kind. Es muss nicht eine lange Textnachricht oder ein Foto sein. Auch ein Emoji lässt Dein Kind wissen, dass es nicht in Vergessenheit gerät, wenn es Abstand von Dir nimmt.
- Halte Kontakt zur Verwandtschaft Deines Kindes, ohne sie in den Elternkonflikt zu ziehen. Zum Beispiel mit einem Gruß zu den Feiertagen, am Geburtstag Deines Kindes oder wenn sich Deine Kontaktdaten geändert haben.



- Kinder vertragen kein Papa-Stalking und kein „Big mama is watching you“. Wenn eine Umgangsunterbrechung tatsächlich die einzige Lösung scheint, nimm es nicht als Abbruch, sondern als Funkstille Deiner Beziehung zu Deinem Kind. Denn Funkstille ist zunächst nichts anderes als der Notfallplan unter Funkern, damit ein Notruf gehört werden kann.
- Wenn nur Raum für einen einzigen Satz bleibt, sprich ihn in aller Klarheit aus: *„Egal was ist, ich bleibe an Deiner Seite.“*
- Du bleibst auch künftig wichtigster Wegbegleiter im Leben Deines Kindes. Lass es wissen, dass Du Dich im Verbundensein auch alleine immer wieder auf den Weg machst auf einer Strecke, die Dein Kind von früher kennt und erinnert. Wie wäre es, wenn Du das Stück Weg den „Papa-Charlotte-Weg“ nennst?

Der Geburtstag Deines Kindes bleibt ein Ehrentag. Du hast Deinem Kind ein großes Geschenk gemacht und Leben weitergegeben. Würdige den Tag mit Kerzenschein, einem Blumenstrauß auf Deinem Tisch oder einem Morgenspaziergang.

**Sorge gut für Dich. Du bist es wert.
Und Dein Kind braucht einen gestärkten Papa und eine gestärkte Mama.**

Dein Team von
Mein Papa kommt / Meine Mama kommt

