



## Pädagogische Elternbegleitung

Lesezeit 14 Minuten

### **Bewährungsprobe: Urlaub.**

### **Ersehnt. Errungen. Gefürchtet.**

Der große Traum: Koffer packen und ab in den Urlaub! Vielleicht gönnst Du Dir und Deinem Kind das auch ab und zu? Es tut so gut, einmal im Jahr für Abstand vom Alltag zu sorgen, sich in einer völlig anderen Umgebung zu erleben und gemeinsam Neues zu entdecken! Selbstverständlich sehen Umgangsregelungen deshalb vor, dass Kinder nicht nur die Wochenenden, sondern auch einen Großteil ihrer Ferienzeiten mit ihren Eltern erleben.

Für getrennt Erziehende ist gerade das leichter gesagt als getan. Außer der gewünschten oder befürchteten kinderfreien Zeit und der elterlichen Konkurrenz um das Highlight des Jahres gehören schon Wochen vorher mühsam verhandelte und am besten schriftlich hinterlegte Abstimmungen mit dem anderen Elternteil zum Reisegepäck dazu. Ist das endlich geschafft, ist die Freude groß und die Erwartung an die gemeinsame Zeit mit Deinem Kind riesig. Der zweite Elternteil findet hoffentlich seinen achtsamen Umgang damit, die nächste Zeit einmal kinderlos zu verbringen. Und Dein Kind erwartet am Ende die Herausforderung, irgendwann auch wieder in seinem Alltag zwischen Euch getrennt erziehenden Eltern anzukommen. Denn auch traumhafte Urlaubstage zwischen Sonnenuntergang, Eisbecher oder Camping-Romantik enden mit dem längst geregelten Abschiedstag, Übergabe und Wechsel zurück in das andere Elternhaus.



© Flechtwerk2+1 gGmbH

Urlaub ist eben nicht nur ein ersehnter Kulissenwechsel vom Spielplatz einer Hochhaussiedlung zum traumhaften Sandstrand. Er fordert von Deinem Kind auch den Wechsel vom alltäglichen Zusammensein mit Mama oder Papa hin zum Highlight intensivster neuer Erfahrungen allein mit dem anderen Elternteil. Aber selbst, wenn auf den Papa-Urlaub im Anschluss tatsächlich gleich der Mama-Urlaub folgt, ist Dein Kind auch im Urlaub gefordert, im Wechselspiel zwischen beiden Elternhäusern hoffentlich irgendwo auch zur Ruhe kommen zu können.

Sollen also nun auch noch die Urlaubstage ersehnt und gefürchtet zugleich sein? Reicht es nicht schon, jedes Jahr aufs Neue die Weihnachtstage mit guter Mine ertragen zu müssen? Du wünschst Dir doch nichts mehr als eine harmonische Zeit mit Deinem Kind! Alles soll perfekt sein. Aber Werbevideos und Reiseblogs sorgen dafür, dass auch die Urlaubstage mit Erwartungen völlig überfrachtet sind. Vielleicht erdrücken sie Dich sogar mit dem Anspruch, Deinem Kind einen perfekten Urlaub zu bieten und endlich alles nachholen zu können, was während des Jahres oft zu kurz kommt. In jedem Fall wirst Du Dich auf Dein längst erprobtes Organisationstalent und Deinen Mut zum Improvisieren verlassen können, wenn schon das zu Hause vergessene Lieblingskuscheltier (immerhin ein Familienmitglied) dafür sorgen kann, dass der Start in den Urlaub mit Herausforderungen beginnt. Gleich von der nächsten Raststätte aus schreibt Ihr an den Teddy eine Postkarte ins Mama-Haus mit dem riesengroßen Versprechen, dass es natürlich schon bald ein Wiedersehen geben wird. Selbst bei noch so guter Planung: Eine Reise mit Deinem Kind bleibt eine Abenteuerreise. Am Ziel angekommen, öffne also nicht nur Deinen Koffer, sondern auch Dein Herz. Mach Dich bereit, im Urlaub einmal mehr über Deinen Schatten zu springen und ungewohnte Entscheidungen zu fällen. Und wenn es im Urlaub auch mal darum geht, endlich einmal nicht nur eine, sondern gleich vier Kugeln Eis zu bestellen – warum denn nicht?

## Endlich mal kein Ferienstress!

Aber auch an den Urlaubstagen seid Ihr nicht „aus der Welt“. Konflikte gehören auch dann zum Familienalltag. Die Umgebung ändert sich, aber Ihr bleibt dieselben Menschen und das Familienleben zwischen zwei oder mehr Elternhäusern geht mit allem Drum & Dran nicht nur weiter, sondern es kommt das zum Vorschein, was im Alltag bereits im Verborgenen brodelt. Gut, sich darauf einzustellen: Alle bisherigen Herausforderungen nehmt Ihr mit in den Urlaub und dort entwickeln sie dann oft ein Eigenleben.

Mit Papa oder Mama allein am Pool sitzen? Mit Mama und ihrem neuen Freund ein Urlaub zu dritt? Manches Kind entlastet es, wenn es stattdessen diesmal zusammen mit Dir und vielen anderen Eltern und Kindern zu einer Eltern-Kind-Freizeit im Tipi und am Lagerfeuer fahren kann. Viele Anbieter bieten bei finanziellen Engpässen eine Vergünstigung an, wie auch das Familienferiendorf in Hübingen. Die Plätze sind begehrt – eine frühzeitige Buchung macht Sinn und verlängert die Vorfreude! Wenn die Reise von einer Familienbildungsstätte an Deinem Wohnort angeboten wird, ergeben sich vielleicht selbst dann, wenn Dein Kind während des Jahres seinen Alltag im anderen Elternhaus verbringt, über die Urlaubstage hinaus neue Freundschaften mit Kindern aus Deiner Nachbarschaft. Ebenso ist es natürlich möglich, einen Anbieter am Ort des anderen Elternhauses zu wählen. Vielleicht meldet sich ja noch ein Vater vom besten Schulfreund Deines Kindes an?

## Urlaub? Alles doof!

Auf Reisen seid Ihr in einer Ausnahmesituation und der gewohnte Alltag fällt weg. Das ist wunderbar, aber auch anstrengend. Manchmal ist Kindern trotz Urlaub dann alles zu viel und sie ziehen sich zurück. Kennst Du das auch? Ihr wolltet doch eigentlich nach dem Frühstück los zum Baden gehen, aber Dein Kind versinkt seit Stunden in der Welt einer Spiele-App oder chattet mit Freunden. Muss das sein?! Ja. Manchmal muss auch das möglich sein. Denn Kinder mit Trennungserfahrungen holen mitten in der Idylle eines Zeltplatzes schon mal ihre Gefühle über den zu oft erlebten Verlust der vertrauten Umgebung wieder ein oder auch sein verzweifelter Mut zur Ablehnung von zu viel Neuem. Vielleicht auch sein Schmerz, dass Urlaubstage mit beiden Eltern nun offensichtlich endgültig zur Vergangenheit gehören.

Es entlastet Dein Kind, wenn es sich dann für eine begrenzte Zeit einfach zurückziehen kann in seine schützende Burg der Gewohnheiten. Selbst für kleine Wasserfrösche kann der Badesee um die Ecke also noch so schön sein, die Sendung mit der Maus aber bleibt die erste Wahl, gerade weil sie schon hundertmal angeschaut und längst vertraut irgendwie an Zuhause erinnert. Aber auch für die sich selbst bewussten Teenies ist es an manchen Tagen natürlich eine echte Zumutung, wenn sie von morgens bis abends ein gutgemeintes Ferienprogramm mit Eltern mitmachen müssen, ohne mit ihren Freunden zusammen zu sein.

Gönnt Euch auch mal Pausen voneinander. Nur weil Ihr zusammen wegfahrt, müsst Ihr nicht auch rund um die Uhr alles gemeinsam machen. Besprecht also schon vor Eurer Reise, welche Gewohnheiten auch an den Urlaubstagen beibehalten werden können oder probiert an den Umgangstagen vor dem Urlaub bereits neue Formen von Auszeiten aus. Manchmal genügt schon die wiederkehrende Exklusivzeit eines kleinen Spaziergangs am Ende des Tages oder der Genuss eines Hörbuches auf dem Sofa. Nur mit Dir, ohne Erwartung und mit aller Zeit der Welt.

### **Sicher ist sicher...**

Findet ein Elternteil den Urlaub in einem bestimmten Land zu gefährlich und sieht das Kindeswohl gefährdet, dann kann er sich ans Familiengericht wenden und eine einstweilige Verfügung beantragen, um die Reise zu verhindern. Aber auch mit anderen Urlaubsplänen ist die Wahrscheinlichkeit relativ hoch, dass eine Reise auch mal abgesagt werden muss. Vielleicht ist jemand erkrankt, es gibt plötzlich nicht lösbare Meinungsverschiedenheiten unter Euch Eltern oder Dein Kind wird zerrieben im Loyalitätskonflikt und will nun plötzlich besser doch nicht mit Dir wegfahren. Eine Reiserücktrittsversicherung lohnt sich also. Achte darauf, dass zusätzlich auch die Kosten für einen vorzeitigen Abbruch des Urlaubs übernommen werden. Und wie soll dann das Drumherum weitergehen?! Abgesagte Urlaubstage sind vor allem für Dein Kind ein Albtraum. Manchmal findet es sich sogar plötzlich im inneren Erdbeben seiner früheren Trennungserfahrung wieder. Zu sensibel ist sein Seismograph, wenn Vereinbarungen zwischen Euch Eltern nicht verlässlich sein können. Die Versuchung ist groß, schnell einen Schuldigen im anderen Elternhaus zu suchen. Aber mit Schuldzuweisungen würde Deine Mitverantwortung für die Nachbeben der Erschütterung einer Trennung auch bei Dir liegen. Berate Dich also mit einem Menschen Deines Vertrauens, wie Du Dein Kind darin begleiten kannst, in Enttäuschung und Verunsicherung nicht den Halt zu verlieren. Dein Kind braucht ja nicht Eltern, die schuldig sind am geplatzten Urlaubstraum, sondern Eltern, die Verantwortung für den Umgang damit übernehmen.

## **Gute Reise! Ohne Dich.**

Ein Urlaub ohne Kind kann für Dich eine echte Herausforderung sein. Erstrecht, wenn es anders geplant war. Und doch: Es ist nicht die Aufgabe Deines Kindes, Dir das Alleinsein und den Schmerz der Leere zu ersparen. Lass Dein Kind wissen, dass Du gut für Dich sorgst, lege Dir neben der Planung Deines Happy-Familienurlaubs für alle Fälle von Anfang an auch einen „Plan B“ für erholsame Urlaubstage Dich alleine bereit und verabschiede Dein Kind von Herzen mit guten Wünschen und einer Überraschungs-Ferienlektüre in seine Urlaubstage mit dem anderen Elternteil. Ihr werdet beide die Beschenkten sein.

## **Ferienzeit ohne freie Zeit?**

Wunderbar, wenn Dein Kind die Hälfte seiner Ferien mit Dir verbringen kann! Aber wie kann das gelingen, wenn Deine Urlaubstage längst für die weiten Anreisen aufgebraucht werden mussten? Oder Deine Finanzressourcen längst erschöpft sind? Dein Kind ist bei Dir, aber eine Urlaubsreise gibt es dieses Jahr nicht.

Ob es gelingt, dass Dein Kind während Deiner Arbeitstage an spannenden Tagesausflügen im Ferienprogramm Deiner Stadt teilnimmt? Am besten gleich zusammen mit dem Nachbarskind? Vielleicht lebst Du aber in einem anderen Bundesland als Dein Kind und Ihr habt völlig unterschiedliche Ferienzeiten. Nur wenige Eltern haben dann das Glück, dass der örtliche Kindergarten oder Hort ihr Kind in der Zeit als Gastkind willkommen heißt. Auch die Anfrage bei der früheren Tagesmutter kann eine Lösung sein. Du weißt am besten, ob Dein Kind sich auf die Dynamik einer neuen Kindergruppe einstellen kann oder ob es sich in einer Einzelbetreuung sicherer fühlt. Natürlich ist es dann möglich, dass Dein Kind während Deiner Arbeitszeit durch Großeltern oder andere Verwandte betreut wird. Vielleicht schenken sie Dir auch einen Gutschein für eine temporäre Kinderbetreuung eines Dienstleisters? Die Verantwortung für das Kindeswohl in dieser Zeit bleibt auch dann bei Dir und wie so vieles, gilt es auch hier, sich darüber hinaus mit dem anderen Elternteil abzustimmen.

Die Wochenenden aber gehören auch nach einer Arbeitswoche natürlich Deinem Kind und Dir und werden zu unvergesslichen Zeiten, wenn Du mit Liebe und frischen Ideen unterwegs bist! Wolltest Du nicht auch längst einmal in Deiner Wohnung Verstecken im Dunkeln spielen und danach zusammen auf dem Balkon übernachten? Mit bunten Glühbirnen in der Wohnzimmerlampe und Salzstangen in der Tasche vom Bademantel zur Socken-Disco einladen? Oder wird es Zeit, zusammen richtig anzupacken und am Samstag eine Wand in Deiner Wohnung als Kinderecke neu zu streichen? Am nächsten Tag Popcorn selber zu machen, ist schnell geschafft, bevor Du Dein Kind dank Kopfhörern und einem ausgeliehenen Beamer aus dem Elektromarkt mit einem tollen Kinderfilm an der großen „Kino-Wand“ im Treppenhaus überraschst!

## **Urlaubstage sorgen für neue Orte der Erinnerung**

An Tagen wie diesen öffnet sich für Dein Kind und Dich vielleicht ein kleines Zeitfenster paradiesischer Zeiten. „Schönen Urlaub gehabt?“ Du kennst die Fragen Deiner Kollegen längst. Aber während Du zum guten Schluss Freunden und Kollegen beschwingte Urlaubsgrüße aus dem Papa-Urlaub oder dem Mama-Urlaub sendest, wird Dein Kind das fröhliche Erzählen von Anekdoten und den Blick in die Urlaubsfotos auf die nächsten Umgangstage verschieben müssen. Selten ist dafür Platz auch im anderen Elternhaus und zu eingespart die tapfere Loyalität von Kindern. Nicht geteilte Erinnerungen aber können Kinder einsam machen. Am besten erstellst Du also zusammen mit Deinem Kind schon im Urlaub online ein individuelles Fotobuch. Beim nächsten Umgangstag wird es feierlich bei einem leckeren Eisbecher zusammen mit Oma, Eurem Gastgeber oder einem Spielfreund ausgepackt und Erinnerungen geteilt. Und natürlich gibt es auch ein Fotobuch von den Highlights Eurer gemeinsamen Tage, wenn Ihr die Ferienzeit diesmal bei Dir zuhause verbracht habt!

Denn in einem wirklich gelungenen Urlaub zählt nur eines:  
Überraschende Erfahrungen von Verbundensein.  
Mit sich selbst und miteinander.

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

Dein Team von *Die Familienhandwerker*