

Ratgeber für Väter/Mütter:

Wenn der Kontakt zum Kind abbricht...

Der Wiener Familienbund bietet im Rahmen des „Eltern-Kind-Treffs“ die Möglichkeit an, in neutralem Umfeld und mit fachlicher Begleitung, das sind Sozialarbeiter und Kinderbetreuer, den Eltern-Kind Kontakt wieder herzustellen. Im Rahmen meiner Arbeit bin ich auf das in Österreich in Fachkreisen kaum bekannte PAS (parental alienation Syndrom) gestoßen:

Das sogenannte "PAS-Syndrom" beschreibt wie sich Kinder nach Trennung oder Scheidung von einem Elternteil abwenden, weil der andere Elternteil sie dahingehend (bewusst oder unbewusst) beeinflusst. Auffallend ist, dass das Kind die Ablehnungshaltung **aktiv** mitträgt und extrem weiter entwickelt, unter Wahrnehmungsverzerrungen leidet und sein Verhalten für Außenstehende nicht mehr nachvollziehbar ist. PAS bedeutet die kompromisslose Zuwendung eines Kindes zu einem, - dem guten, geliebten - Elternteil und die ebenso kompromisslose Abwendung vom anderen - dem bösen, gehassten - Elternteil im Kontext von Sorge- und Umgangsrechtskonflikten der Eltern.

Die Eltern-Kind-Entfremdung beraubt die Kinder ihres Rechts zu wissen, dass sie *zwei* Elternteile haben die sie lieben. Bedauerlicherweise sieht der für die Entfremdung verantwortliche Elternteil selten ein, dass dieses Verhalten vor allem schlecht für das Kind ist und in Wirklichkeit das Kind das Opfer ist. Mindestens genauso schlecht für das Kind ist es, wenn es realisiert, dass damit die Hälfte seiner Identität „minderwertig“ ist. In der Folge kommt es zu massiven Beeinträchtigungen des Selbstwertgefühles der Kinder.

Nichtsorgeberechtigte Eltern sind dem andauernden Dilemma ausgesetzt zu überlegen, wie sie auf Negativpropaganda durch den sorgeberechtigten Elternteil, reagieren sollen. Die menschliche Natur sagt, "Gleiches mit Gleichem vergelten" -mach Gebrauch von jeder Gelegenheit, das Bild umzukehren und lass die Kinder wissen, wie gerissen und berechnend der andere Elternteil in Wirklichkeit ist....wie böse der/die andere wirklich ist!"

Das ist natürlich keine Lösung des Problems sondern nur eine Verschärfung dessen. Kinder brauchen keine Eltern, die einander verteufeln.

Klarerweise muss die Lösung eine selbstaufgelegte Regel enthalten, „***Ich werde niemals in der Gegenwart der Kinder irgendetwas Schlechtes über den andern Elternteil sagen,***“ wie glanzlos diese Methode auch erscheinen mag. Kinder dürfen niemals zu Hockey-Scheiben in einem Unentschieden zwischen zwei verbitterten Erwachsenen werden; noch sollten sie in eine Lage gebracht werden, in der sie sich für eine Seite entscheiden müssen, um die Billigung eines der Elternteile zu erlangen. Wenn die Fakten eine negative Meinung über einen der Elternteile unterstützen werden die Kinder schließlich selbst zu dieser Erkenntnis kommen.

In der Zwischenzeit ist der beste Weg PAS zu überwinden, zu versuchen fortzufahren der bestmögliche Elternteil zu sein. Sie müssen die gesamte Zeit, die Sie mit den Kindern haben, in positiver, konstruktiver Weise nutzen um zu zeigen, dass Sie mündige, verantwortungsvolle und liebevolle Eltern sind. Unbestritten erfordert diese Methode, dass Sie häufigen Umgang mit Ihren Kindern haben, und wo dieser fehlt, müssen Sie zuerst daran arbeiten, dieses Problem zu korrigieren.

Falls Sie Ihre Kinder nicht sehen, weil Sie zu beschäftigt sind, dann müssen Sie Ihre Prioritäten verändern und die Kinder an die erste Stelle setzen. Falls Sie die Kinder nicht sehen, weil der Umgang gerichtlich ausgesetzt wurde, dann sollten Sie alle rechtlichen Mittel ausschöpfen. Hilfreich in diesem Zusammenhang können die Beratungsstellen sein, zum Beispiel auch die Beratungsstelle des Wiener Familienbundes. Sie können dort kostenlose juristische oder anwaltliche Beratung in Anspruch nehmen, allerdings nicht die Vertretung vor Gericht.

Nachdem Sie regelmäßigen Kontakt mit Ihren Kindern haben, können die ersten Besuche peinlich sein, wissend, dass alles was Sie tun und sagen kritisch betrachtet werden wird. Im Rahmen meiner Arbeit habe ich entdeckt, dass viele Eltern neben den Gesprächen vor und nach den Kontakten auch gerne ein paar Hinweise hätten, wie sie sich dabei verhalten sollen. Die folgenden Ratschläge wurden durch verschiedene Berater, die viel Erfahrung mit PAS haben, ausgearbeitet Die unten stehenden Ratschläge sind in einigen Teilen übernommen von "[Coping with Parental Alienation](#)"

1. Entwerfen Sie Ihren eigenen Aktionsplan. Wenn Sie zulassen, dass das Verhalten einer anderen Person das Ihre bestimmt, dann werden Sie durch diese Person kontrolliert. Andere Personen können Sie nur in dem Ausmaß beeinflussen, wie Sie es zulassen. Entscheiden Sie selbst, wie Sie mit Ihren Kindern umgehen, und erlauben Sie niemandem, Sie daran zu hindern.

2. Definieren Sie die Bedeutung von „Ich hasse Dich!“ neu. Es ist wahrscheinlich, dass Sie diesen sehr verletzenden Satz mehr als einmal zu hören bekommen. Es ist wesentlich für Sie selbst, dass Sie Hass in die richtige Perspektive setzen. Hass ist nicht das Gegenteil von Liebe; das Gegenteil von Liebe ist *Gleichgültigkeit* und *Nichtbeachtung*. Hass ist eher eine andere Dimension von Liebe... Wenn Ihr Kind schreit, „Ich hasse Dich!“ sagt es in Wirklichkeit „Ich bin immer noch stark emotional mit Dir verbunden - und im Moment ist dieses Empfinden eben ablehnend!“ Sie sollten diese Gefühle ihres Kindes nicht ignorieren, aber auch nicht kapitulieren. Sie müssen sich stellen. Nur so können sie dem Problem begegnen. Je nach Situation kann es auch einfach bedeuten, dass ihr Kind ausprobiert, ob sie es „trotzdem“ lieb haben.

3. Machen Sie "Werbung" für sich selbst, aber übertreiben Sie nicht. Zu existierenden Problemen sollten sie Stellung nehmen und sie nicht verleugnen. Helfen Sie den Kindern, sich an positive gemeinsame Erlebnisse zu erinnern, zum Beispiel, „Erinnerst Du Dich als Du klein warst, wie wir zusammen zu dem Indianer-Zeltlager gingen (oder Rad fahren, oder was immer)...Mir hat das Freude gemacht...Dir auch? Was hat Dir dabei am besten gefallen?“ Wenn Sie nach langer Zeit wieder Kontakt bekommen sollten Sie fragen und sich erzählen lassen, wofür es sich jetzt interessiert.

4. Erinnern Sie sich daran, dass „Geld Liebe nicht kaufen kann.“ Sie brauchen keine extravaganten Geschenke oder teure Ausflüge um die Kinder wissen zu lassen, dass Sie sie lieben. Ihre Zeit und Aufmerksamkeit ist das, was die Kinder wollen und brauchen. Schränken Sie daher die Ausgaben auf ein Niveau ein, das Sie sich leisten können. Übermäßige Ausgaben signalisieren: „Ich will deine Liebe erkaufen“. Statt dessen sollten Sie Ihre Kinder mit Zeit, Zuneigung, Besorgnis und Anteilnahme verwöhnen. Die Interessen und Bedürfnisse der Kinder sollten aber unbedingt wahrgenommen werden, wenn Sie also etwas Materielles schenken wollen, dann sollten Sie sich an den Interessen und Hobbies ihrer Kinder orientieren. Auf diese Weise zeigen Sie dem Kind, dass Sie sich für seine Gedankenwelt interessieren.

5. Setzen Sie Ihren Kindern Grenzen! Als nichtsorgeberechtigter Elternteil ist es manchmal leichter Dinge zu tolerieren, als unpassendes Benehmen zu korrigieren und zu riskieren, dass die Ablehnung der Kinder wieder angefacht wird. Das würde aber einer normalen Eltern-Kind-Beziehung widersprechen und in einer Alltagssituation nicht tolerierbar sein. Die Kinder müssen die Konsequenzen ihres Handelns tragen. Erklären Sie auch immer, warum Sie dieses Verhalten nicht akzeptieren können.

6. Lernen Sie die Gefühlswelt von Jugendlichen verstehen. Sobald die Kinder in die Pubertät kommen, müssen Sie lernen, zwischen zurückgezogenem, rebellischem, widerwärtigem Verhalten zu unterscheiden, welches lediglich von der Tatsache herrührt, dass sie in der

Pubertät sind und dem Verhalten/Einstellungen welche von PAS herrühren. Pubertierende „müssen“ provozieren, ihre Grenzen neu stecken, alles selber überprüfen. Die Einstellungen der Eltern werden einer genauen Kontrolle unterzogen. Genau diese Einstellung gibt Ihnen aber auch die Chance, wieder Kontakt mit Ihrem Kind aufzunehmen, weil jetzt nicht kritiklos geglaubt wird, was der obsorgeberechtigte Elternteil ihnen vorbetet. Andererseits müssen Sie auch lernen, sie "loszulassen". Wenn die Kids lieber mit ihren Freunden beisammen sein wollen als mit Ihnen, dann sollten Sie das akzeptieren und es nicht persönlich nehmen.

7. Lassen Sie die Kinder nach ihrem eigenen Tempo lernen. Wenn ihr Kind beginnt sich kritisch über den anderen Elternteil zu äußern, sollten Sie darauf sehr zurückhaltend reagieren. Lassen Sie ihr Kind seine eigenen Einstellungen finden, äußern Sie sich, wie schon erwähnt nicht negativ über den anderen Elternteil.

8. Lassen Sie sich durch den Kontaktabbruch nicht handlungsunfähig machen. Wenn Sie sich selbst erlauben im obsessiven "Ich Armer" gefangen zu werden, werden Sie inaktiv. Dann baden Sie in Selbstmitleid und sind nicht mehr fähig im Interesse der Kinder zu handeln. Sie reagieren, statt zu handeln. Sie müssen neue Wege beschreiten um das Ziel einer guten Eltern-Kind-Beziehung zu erreichen. Machen Sie sich einen Plan, wie Sie es Schritt für Schritt erreichen können. Manchmal werden Sie Rückschläge zu verkraften haben. Es wird vielleicht auch notwendig sein, Ihren Aktionsplan zu revidieren. Sie sollten sich aber im Interesse der Kinder trotzdem nicht vom Ziel einer gegläckten Eltern-Kind-Beziehung abbringen lassen. Der Kontaktabbruch ist aber immer nur der Schlusspunkt einer gestörten Beziehung. Sie müssen einsehen, dass zum Funktionieren – aber auch zum Nichtfunktionieren – einer Beziehung immer zwei Teile gehören. Versuchen Sie Ihren Anteil am Geschehen zu erkennen.

Sie müssen akzeptieren, dass sie die Kinder vielleicht auf kurze Sicht "verloren" haben und dass es Zeit, Geduld und Hartnäckigkeit erfordern wird, wieder guten Kontakt zu den Kindern aufzubauen. Was im anderen Haushalt der Kinder passiert, ist außerhalb Ihrer Kontrolle. Sie können nur die effektive Kontrolle über Ihr eigenen Lebens übernehmen, immer suchend nach „der Ruhe die Dinge zu akzeptieren die Sie nicht ändern können, dem Mut die Dinge die Sie ändern können, zu ändern, und der Weisheit den Unterschied zu erkennen."

Diplom. Soz. Arb. Christine Laimer
Leiterin des Eltern-Kind-Treffs des Wiener Familienbundes
Tel.: 01/526-82-19 FAX 01/526-29-29
eMail: familienbund-wien@aon.at
www.wiener-familienbund.at
Wien, im November 2002