

”Da geh’ ich nicht hin!!!”

Impressionen aus einer Trennungs- und Scheidungsgruppe

“Ich geh da auf keinen Fall hin! “ sagt der 9-jährige Maxi, “und sagen werde ich sowieso nichts!!!” Wieso auch, was soll ich denn da, bei einer Beratungsstelle, ich muss doch nicht zum Psychologen, bin doch nicht bekloppt, oder? Sollen doch die anderen da hingehen, die da immer streiten, wenn das überhaupt einer nötig hat, dann doch meine Eltern, die können doch überhaupt kein vernünftiges Wort miteinander reden!! Eine Woche später taucht Maxi mit seiner Mutter an einem Dienstagnachmittag in der PIB auf. “OK, ich geh` mit, aber nur einmal, und wenn die doof sind dann gehen wir gleich wieder,” war Maxi’s Zugeständnis (auch der anschließende Besuch in der Computerspiele-Abteilung eines nahegelegenen Kaufhauses könnte da etwas nachgeholfen haben...).

In dem hellen Eingang im ersten Stock warteten schon einige andere mit Ihren Müttern. Was die wohl ausgefressen haben, oder sind deren Eltern auch geschieden? Einige Leute kommen aus Türen raus und gehen in andere wieder rein, bis dann einer dieser Leute auf meine Mutter und mich zukommt. Dann stellt er uns noch eine andere Frau vor, eine Praktikantin sei das, die sei auch bei der Gruppe dabei. Wir gingen dann in ein Zimmer, wo der Mann fragte, ob wir die Stelle gleich gefunden hätten. Er stellte ein paar Fragen an meine Mutter und zu mir, zu unserer Familiensituation und solche Sachen. Dann wurde ich gefragt, ob ich denn freiwillig hier sei, da machte ich mir dann endlich Luft, dass ich überhaupt nicht freiwillig hier bin, sondern mitkommen musste und dass ich überhaupt keine Lust habe hier zu sein. Komischerweise verstanden das die Berater ganz gut, und lobten mich sogar, dass ich trotzdem mitgekommen bin. Wie ich mit der Situation zuhause zufrieden sei, wollten sie wissen und wie es mir und meinem kleinen Bruder damit gehe, dass Papa vor einem Jahr ausgezogen ist. Ich erzählte dann schon langsam, dass ich traurig war, manchmal wütend bin und mich oft in mein Zimmer verkrieche. Keiner kann mich da verstehen und mein Bruder, der ist noch viel zu klein, um den muss ich mich auch noch kümmern. Ob ich denn Freunde hätte, bei denen es in der Familie ähnlich ist und die mich da auch verstehen. Ich kannte schon einen, den Andreas aus meiner Klasse, der lebt auch bei seiner Mama alleine aber darüber reden tun wir nicht. Eigentlich ist mir das auch peinlich, dass die anderen merken könnten, dass meine Eltern getrennt sind, dafür schäme ich mich. Wie ich das denn fände, wenn ich andere Kinder treffen würde, bei denen die Situation ähnlich ist, wollten die wissen. Na ja, käme auf einen Versuch darauf an, sagte ich nachdenklich, und sagte zu, zur ersten Stunde mal zu kommen. Wir haben dann noch den Gruppenraum zusammen angeschaut, den fand ich echt Klasse, da gab’s viele Spiele und so “Schaumstoffknüppel”, mit denen man fechten konnte, da hatte ich schon Lust drauf. Die haben mir auch gesagt, ich muss nicht kommen, wenn ich nicht will, aber wenn es mir gefällt, darf ich bleiben. Auf dem Nachhauseweg war ich dann doch erleichtert. Eigentlich waren die ganz nett, gar nicht so schlimm wie ich dachte.

Zur **ersten Stunde** hat mich dann noch die Mama nach der Schule hingebacht. Wir saßen im Gruppenraum auf dem Teppichboden auf Kissen im Kreis. Außer mir waren noch vier Mädchen und drei andere Jungs da. Bisschen mulmig war mir schon, denn ich kannte keinen von den anderen, und die anderen waren auch ganz still. Wir haben dann zuerst so ein Vorstellungsspiel gemacht, da mussten wir auf Kärtchen unseren Namen schreiben, unsere Lieblingsfarbe, Lieblingsessen, Lieblingstier und Film, dann haben wir uns vorgestellt. Einer von den Erwachsenen hat angefangen und hat dabei so ein Stofftier in die Hand genommen, das

war dann auch die erste Regel: Wer das Stofftier hat, der darf reden. Wir haben uns dann der Reihe nach vorgestellt, die meisten hatten Pizza oder Spaghetti als Lieblingsessen, so wie ich auch. Viele fanden auch "Harry Potter" als Lieblingsfilm gut. Dann haben wir eine kleine Pause gemacht, da gab's dann Chips, Kekse und Orangensaft, das fand ich Klasse. Die anderen haben dann auch was erzählt, wir standen in der Küche und ich war schon nicht mehr so aufgeregt. Nach der Pause haben wir noch ein Bild gemalt, ein "Familienbrett", zwei Kreise, ein großer und darin ein kleiner, wo man reinschreiben sollte, mit wem man in der gleichen Wohnung lebt. In den großen musste man schreiben, wer sonst noch wichtig ist. Ich war ganz erstaunt wie viele Leute mir da noch eingefallen sind. Das Interessante war, alle wohnten bei ihren Mamas, und die Papas waren alle in dem äußeren Kreis, da ging es allen in der Gruppe gleich. Für manche war das nicht ganz leicht, über die Eltern zu reden und auch ich hatte einen Kloß im Hals, trotzdem fand ich es gut, zu erfahren, dass es anderen ähnlich geht wie mir. Wir haben dann noch Verstecken gespielt, wir Kinder haben uns versteckt, und die Erwachsenen mussten uns suchen, das war wirklich super! Zum Abschluss saßen wir dann noch im Kreis und jeder durfte sagen, wie er unsere Stunde fand. Alle fanden es gut, besonders das "Versteckenspielen" und die Pause. Der Rest war auch ganz o.k. Wir wurden dann von unseren Müttern abgeholt, und die Stimmung war gut.

Beim **zweiten Mal** war ich schon längst nicht mehr so aufgeregt. Ich habe mich auch gefreut, den Peter wieder zu treffen, neben dem ich schon beim ersten Mal saß. Auch die anderen haben sich gefreut, alle waren wieder da. Wir haben dann eine Anfangsrunde gemacht, jeder durfte sagen, was in der Woche passiert ist und wie es ihm das letzte Mal gefallen hat und was wir uns für heute wünschen. Alle wollten "Versteckenspielen". Wir haben dann ein Bild gemalt, zum Thema: "Ein Tier das ist wie du". Ich habe einen riesengroßen Löwen gemalt, der alle auffressen kann. Wir haben dann noch zusammen zwei große Listen gemalt, wo wir Gefühlswörter aufgeschrieben haben. Auch die Gefühle die das Tier hat, das wie wir ist. Da waren einige Gefühle für mich doch neu, und es waren ganz schön viele die wir gefunden haben (Wut, Angst, Erschrecken, Freude, Traurigkeit, Verzweiflung, Peinlichkeit, Glücksgefühl...). Wir haben dann noch diskutiert woher wir diese Gefühle kennen und ich konnte die anderen Kinder verstehen, weil die Situation oft so ähnlich war wie bei mir. In der Pause gab es dann wieder Chips und Kekse und danach sind wir noch in den "Bolzraum" gegangen, das war Klasse! Wir haben uns gleich an die Kicker gestellt und los ging's. Man konnte da auch noch Pfeile werfen und Tischtennis spielen, aber wir waren die ganze Zeit am Kicker. Viel zu schnell war dann die Zeit um und wir sind wieder hoch zum Gruppenraum zur Abschlussrunde. Allen hat es gut gefallen, besonders der "Bolzraum" und die Pause und der Rest war auch ganz o.k.

In der **dritten Sitzung** durften wir uns nach der Anfangsrunde einen Film anschauen: "Verliebt, verlobt, verheiratet, geschieden". Der Film war wirklich lustig weil die in Afrika beim Verabschieden mit den Nasenknochen hängen geblieben sind und die in Japan haben am Schluss noch ein Foto gemacht. Man konnte sehen, dass sich Menschen überall auf der Welt trennen und dass wenn alle Kinder zusammenkämen, mindestens ein riesiges Fussballstadion voll wäre und dass es den Kindern nicht unbedingt schlechter nach einer Trennung der Eltern gehen muss. Wir haben dann noch geredet, wie sich die Kinder in dem Zeichentrickfilm wohl so fühlen, am Anfang sitzen die ja unterm Tisch, während die Eltern sich streiten... Viele von den anderen konnten sich gut vorstellen, wie es den Kindern im Film ging, weil viele etwas ähnliches mit ihren Eltern erlebt haben. Man konnte aber in dem Film auch sehen, dass es für alle in der Familie erst mal eine schwierige Situation war, dass aber später vielleicht alles gar nicht so schlimm ist, wie man meint.

Vielleicht hat man ja viel mehr Spaß mit den Eltern, wenn man sie einzeln trifft und sie nicht mehr so viel streiten. Eine Trennungssituation kann auch Vorteile für die Kinder haben. Sie haben dann zwei Zuhause, zweimal Weihnachten, zweimal Geschenke, zweimal Urlaub in den Ferien. Beide Eltern gehen den Kindern nicht verloren und man kann beide weiterhin lieb haben. Versteckenspielen ging nach der Pause wieder viel zu schnell vorbei.

In der **vierten Sitzung** haben wir ein lustiges Spiel gemacht. Wir haben kleine Kärtchen bekommen, auf denen verschiedene Gesichter drauf waren. Manche haben gelacht, manche waren traurig und manche haben komisch geschaut. Wir sollten dann sagen, was für Gefühle diese "Smilies" haben und woher wir das kennen. Das war eine spannende Diskussion. Wir kannten schon ganz schön viele Gefühle und es hat Spaß gemacht. Auch haben wir uns jetzt schon richtig aneinander gewöhnt. Der Alex hat auch noch eine Adressenliste von allen Kindern am Computer gemacht, damit wir uns auch mal so anrufen können. Ich habe mich richtig mit dem Peter angefreundet und die Laura fand ich auch sehr nett. Wir sind immer zusammen mit der S-Bahn nach Hause gefahren.

Die **fünfte Stunde** war die letzte vor den Weihnachtsferien. Da haben wir dann über Weihnachten gesprochen zu wem wir gehen, bei wem wir wann feiern, wann wir bei den Papas sind und wann bei Oma und Opa. Da gab es bei einigen ganz schön viele Termine. Wir haben dann noch ein "Quiz" gemacht. Jeder hat eine rote und eine grüne Karte bekommen. Der Herr Z. hat dann immer einen Satz vorgelesen (z.B. "Wenn Personen verheiratet sind, sollen sie sich nicht mehr scheiden lassen", oder "manchmal haben die Kinder Schuld an der Scheidung der Eltern", oder "Stiefeltern sind normalerweise gemein zu den Kindern", oder "Kinder aus Scheidungsfamilien können genauso glücklich sein wie Kinder deren Eltern verheiratet sind", oder "es ist besser niemandem zu erzählen, dass die Eltern geschieden sind"). Wir mussten dann abstimmen; grüne Karte heißt "wir stimmen zu" und rote "wir sind anderer Meinung". Wir haben dann über die Sätze geredet und gemerkt, dass wir manchmal auch eine andere Meinung haben und die vielleicht auch gar nicht stimmt. Man kann es auch anders sehen. Nachdenklich sind wir dann in die Pause gegangen.

Nach den Weihnachtsferien haben wir uns dann zur **sechsten Sitzung** getroffen. Viele haben in der Anfangsrunde von Weihnachten und Silvester erzählt, was sie für Geschenke bekommen haben, wie lange sie aufbleiben durften und was schön und was traurig war. Dann haben wir ein Familienwappen gemalt, das haben wir in vier Felder aufgeteilt: Eine schöne und eine traurige Situation in meiner Familie, Gründe für die Scheidung und was ich mir für das neue Jahr wünsche. Ich habe mir gewünscht, dass ich mit meinem Papa in den Urlaub fahre und mich mit meinem Bruder besser vertrage. Mit meiner Mama verstehe ich mich ja schon seit einiger Zeit besser. Mit den Gründen für die Scheidung war das gar nicht so einfach. Ganz genau wussten wir oft nicht warum sich unsere Eltern getrennt haben. Manche haben einen Streit gemalt, andere eine neue Freundin vom Papa, aber ich habe es auch nicht wirklich verstanden. Irgendwie haben die sich nicht mehr vertragen.

In der **siebten Sitzung** ging es dann genau darüber. Wir mussten auf zwei Zettel schreiben, was Menschen trennt und was sie verbindet. Dann haben wir darüber geredet. Die Erwachsenen haben uns dann gefragt, wie wir uns denn ideale Eltern vorstellen, das war zuerst ein Spaß. Keine Hausaufgaben, solange aufbleiben wie wir wollen, fernsehen und Videospiele soviel wir wollen. Dann kamen wir aber langsam darauf, dass das gar nicht so gut für uns wäre. Wenn wir alles dürften, nicht mehr in die Schule gingen und nur noch das tun, was wir wollten, würde das auch bald keinen Spaß mehr machen. Eigentlich sind unsere Eltern gar nicht so schlecht wie wir manchmal denken.

In der **achten Sitzung** haben wir ein Arbeitsblatt bekommen, da stand drauf „Ich bin eine wertvolle Person“. Wir durften dann ausfüllen, was wir gerne spielen, mit wem, was wir überhaupt gerne machen, was wir ändern wollen und was wir gut können, also unsere Stärken, und dass alle unsere Gefühle sehr wichtig sind. Dann haben wir noch mal über die Vorteile der Scheidung unserer Eltern gesprochen. Dass es da auch Vorteile geben kann und wir auch etwas beeinflussen können war für viele eine ganz neue Idee. Wir gaben uns dabei gegenseitig viele gute Tips.

In der **neunten Sitzung** haben wir auf zwei verschiedene Blätter unsere Wünsche an die Scheidungsfamilie geschrieben. Auf dem einen Blatt waren die Wünsche die “realistisch” sind und auf dem anderen die “nicht realistisch” sind. Die haben wir uns dann gegenseitig vorgelesen. Mein Wunsch, dass meine Eltern sich wieder vertragen und wieder zusammenkommen und wir wieder eine Familie wie früher werden, ist glaube ich, nicht realistisch. Aber realistisch ist, dass ich mich mit meiner Mama, meinem Papa und meinem Bruder besser vertrage und auch meine Eltern wieder normal miteinander reden können. Auch dass ich nicht mehr so oft an die Streitereien meiner Eltern denken muss, sondern in der Schule besser aufpassen kann, ist realistisch. Dass ich da selbst darauf gekommen bin, hat mich schon gefreut und gelobt wurde ich dafür auch.

In der **letzten Sitzung** war ich traurig. Wir wollten gerne noch weiter kommen, aber die Erwachsenen sagten, dass es heute unsere letzte Stunde ist und wir uns heute von der Gruppe verabschieden, aber dass wir uns ja auch, wenn wir wollen, nach der Gruppe weiter zuhause treffen können. Der Abschied war schon für uns alle nicht ganz leicht und ich hatte einen Kloß im Hals, aber dann später auch ein schönes Gefühl. Wir haben uns dann gesagt, was wir gelernt haben und was wir an andere Kinder weitergeben können. Auch was wir an der Gruppe schön fanden und was uns weniger gut gefallen hat. Alle fanden die Gruppe toll. Manchmal haben wir viel geredet und das war für viele neu.

Wir sind dann nach draußen in den Hof gegangen und haben noch einmal unsere Zettel mit den realistischen und unrealistischen Wünschen bekommen. Die unrealistischen haben wir dann feierlich in einer Tonschale verbrennen dürfen. Das war ein Moment wo wir alle ganz still waren. Die anderen Wünsche durften wir mitnehmen. Jeder hat dann noch ein kleines Geschenk bekommen, als Erinnerung an die Gruppe (bei mir ein Kristall, den werde ich gut aufheben). Außerdem habe ich einen neuen Freund gefunden, den Peter. Ich glaube, ich habe kapiert, dass meine Eltern nicht mehr zusammenkommen werden. Aber ich finde es auch gar nicht mehr so schlimm, dass sie geschieden sind. Besser so, als der ewige Zoff! Ich treffe sie beide, und lieb haben tu ich sie auch beide und sie mich auch, dass weiß ich. Und das “Reden” über diese ganze Sache ist jetzt nicht mehr so schlimm, irgendwie gut zu wissen, dass ich nicht alleine bin, und es anderen Kindern ganz genauso geht. Eigentlich würde ich da gern mal wieder hingehen!

Wolfgang Zettner