



Wenn Mama und Papa auseinander gehen, bleibt die Sonne im Sommer hinter den Wolken

Wenn sich Eltern trennen, bricht für ihre Kinder eine Welt zusammen. Sie begegnen dieser Situation mit Gefühlschaos. Trauer, Angst, Unsicherheit, Kränkung, Wut. Kinder fühlen sich allein gelassen und wissen nicht, wie sie mit dem plötzlichen Verlust der vertrauten Lebenssituation umgehen sollen.

Der Verein RAINBOWS begleitet seit über 28 Jahren Kinder und Jugendliche in stürmischen Zeiten bei Trennung und Scheidung der Eltern. Aber auch Eltern sind mit der Situation und dem Umgang mit den Kindern während dieser schwierigen Lebensphase meist sehr gefordert. „Aus diesem Grund empfehlen wir, dass auch die Eltern Unterstützung suchen, um eine Entlastung der Gesamtsituation zu erzielen“, erklärt RAINBOWS-Landesleiterin Uli Bülow.

RAINBOWS bietet Eltern, Patchwork, Stiefeltern, Großeltern - vor, während und nach der Trennung Unterstützung. „Trotz der gescheiterten Beziehung sollten sich die Eltern als elterliche Kooperationspartner begegnen. Kinder bedürfen klarer, ehrlicher Informationen. Sie müssen wissen, dass sich die Eltern um die wichtigsten Angelegenheiten weiterhin kümmern und nicht sie es sind, die das leisten müssen. An vorderster Stelle steht, die Kinder vor einem Loyalitätskonflikt zu schützen“.

Die speziell ausgebildeten RAINBOWS-MitarbeiterInnen geben den Kindern in dieser schwierigen Zeit Halt und Perspektiven. In kleinen, alters-homogenen Gruppen wird auf jedes Kind mit seiner speziellen Familiensituation eingegangen. Sie finden Verständnis und Gehör für ihre Wut, Trauer und wieder Zugang zu ihren Stärken. Gestaltend, spielerisch oder erzählend. Vertrauen spielt dabei eine wesentliche Rolle. „Wir sagen immer gleich zu Beginn, dass alles, was erzählt wird, in der Gruppe bleibt. Das ist oft eine große Erleichterung, weil die Kinder trotz der Enttäuschung und Wut auf ihre Eltern keinem wehtun wollen“.

Was können Eltern im Vorfeld einer Trennung für ihr Kind tun?

Die Entscheidung sollte unabhängig von den Kindern getroffen werden. Der Grund der Trennung muss verständlich, ehrlich erklärt werden. Zeigen Kinder keine sichtbaren Reaktionen, sollten sie ermutigt werden, ihre Gefühle auszudrücken, empfiehlt Bülow.

„Manchmal denken Kinder, sie haben Schuld, doch es ist ganz wichtig zu wissen, dass es nicht so ist“ sagt Birgit Satke, Leiterin der Helpline Rat auf Draht „Wir raten den Kindern und Jugendlichen mit ihren Gefühlen nicht alleine zu bleiben. Nach dem Motto - ;Geteiltes Leid ist halbes Leid“. Sei es eine Verwandte, ein Freund oder eine Beratungsstelle.

Rat auf Draht hat immer ein offenes Ohr.

Rat auf Draht ist Österreichs wichtigster Notruf für Kinder und Jugendliche. Er ist unter der Nummer 147 rund um die Uhr aus ganz Österreich erreichbar. Der Anruf kostet nichts und ist anonym. Rat auf Draht wird von SOS-Kinderdorf vorwiegend über Spenden finanziert.

www.rataufdraht.at – www.sos-kinderdorf.at Spendenkonto: IBAN: AT10 2011 1827 1734 4400

RAINBOWS setzt im Burgenland seine Angebote rund um Trennung/Scheidung/ Todesfall unter dem Dach von SOS-Kinderdorf um. Gruppenstart wieder ab Herbst, Einzelberatung jederzeit.

Kontakt: Ulrike Bülow | 0676/88 14 46 29 | rainbows@sos-kinderdorf.at | www.rainbows.at