

# Umgangsregelungen in Corona Zeiten

Anregungen aus der Beratungsstelle für Schul- und Familienfragen des Kreises Minden-Lübbecke, verfasst von Dipl.-Päd. Regina Reichart-Corbach

**Gerichtliche Anordnungen** in Umgangsrechtsverfahren sollen sicherstellen, dass nicht endlos über Einzelheiten des Umgangs zwischen Eltern und Kindern gestritten wird. Sie **bleiben** trotz Corona-Viruslage **in Kraft** es sei denn, der Umgang würde das **Kindeswohl gefährden**. Die allgemeine Ansteckungsgefahr kann nicht als alleinige Begründung für das Aussetzen von Umgangskontakten gelten. Bei vorerkrankten Kindern wäre dies zu prüfen. **Quarantäne** kann dagegen selbstverständlich zu Umgangsausfällen führen. Unterhaltspflicht bleibt bestehen. Wie macht man es dem Kind leicht, die Kontakte später wieder aufzunehmen? Es gibt vieles zu bedenken. Von kleinen Kindern kann man z.B. keinen Abstand halten. Der **Schutz** Ihres Kindes und seiner Bezugspersonen sollte **oberstes Gebot** sein.

Kinder brauchen aber gerade in diesen Tagen **Beziehungssicherheit**. Die Veränderungen ihrer Tagesstruktur, die allgegenwärtige Sorge um alte und kranke Menschen belastet Kinder ohnehin. Gute Eltern werden nicht auch noch **Verlassenheitsängste** schüren wollen. Schieben Sie das Virus nicht vor, um Kontakte zu verhindern. Versetzen Sie sich in den anderen Elternteil, indem Sie sich vorstellen, Sie selbst könnten Ihr Kind nicht so oft sehen, wie Sie möchten. Eltern lieben ihre Kinder gleichermaßen und wollen, dass sie gesund bleiben. Dies gilt übrigens nicht nur in Corona-Zeiten. Gerade jetzt kommt es auf die Bereitschaft zur **Bindungsfürsorge** des Elternteils an, bei dem das Kind hauptsächlich lebt. Fühlt er oder sie, wie dringend das Kind **ungehinderten emotionalen Zugang** zum anderen Elternteil benötigt? Ideen zur Sicherung der Beziehung finden sie im **Kasten rechts**.

## Wie pflegen wir den Kontakt, wenn Treffen nicht möglich sind?

- Stellen Sie ungestörte und unkontrollierte Telefonate sicher.
- Nutzen Sie Videotelefonie, FaceTime, Skype, etc.

## Sorgen Sie für **Gesprächsstoff**:

- Lesen Sie **die gleichen Bücher**.
- Sehen Sie dieselben Filme oder Serien an.
- Schreiben Sie mit dem Kind **Briefe** an den anderen Elternteil. Kleinere Kinder können diktieren. Schreiben Sie auf, was das Kind sagt, ohne es zu überarbeiten. So entstehen lustige, herzerwärmende Texte.
- Basteln Sie Kollagen für den anderen Elternteil mit passenden Zeilen aus Zeitungen und Zeitschriften.
- Schaffen Sie die Möglichkeit für Zubettgeh-**Rituale** aus der Ferne (Singen, Vorlesen).
- Denken Sie an die **Geburtstage und Familienfeste** der anderen Familie und würdigen Sie diese (auch wenn dies umgekehrt nicht geschieht).

Die **Chance** besteht auch für getrenntlebende Eltern zurzeit darin, sich auf die wirklich wichtigen Dinge des Lebens zurückzu**besinnen**. Fragen Sie sich, ob es weiterhin sein muss, sich um Kleinigkeiten zu streiten. Was brauchen Trennungskinder am meisten? Unsere Antwort lautet: **Ruhe vor dem Streit der Eltern**.

Es geht aber nicht nur um die kindlichen Bedürfnisse. Elternschaft nach einer Trennung gelingt besser, wenn auch für die Bedürfnisse der Erwachsenen gesorgt ist.

## Vertrauen

Wenn das Vertrauen zwischen Eltern Schaden genommen hat oder völlig zerstört ist, fällt es natürlich schwer, sich darauf zu verlassen, dass der andere Elternteil das Kind genauso vor einer **Ansteckung mit dem Corona Virus schützen** wird, wie man es selbst seit Wochen versucht. Sprechen Sie über Ihre Sorgen miteinander und versuchen Sie, die des anderen Elternteils ernst zu nehmen.

Aber wie beruhigt man jemanden, der einem selbst nicht mehr vertraut? Bitte nehmen Sie sich die Zeit, unser **Merksblatt zu Konfliktlösung** in Ruhe zu lesen. Den Link finden Sie auf dieser Website. Das „**Beziehungs-Ohr**“ stellt auch beim Thema Vertrauen das größte Problem dar. Jemand spricht eine Sorge aus und der andere legt in diese Äußerung Deutungen hinein, die wenig hilfreich sind. Wenn zum Beispiel eine Mutter die Sorge hat, dass der Vater nicht gut auf das Kind aufpassen wird, dann sollte er versuchen, sie zu beruhigen, indem er sie ernst nimmt und natürlich entsprechend handelt. Manche Väter glauben aber in diesem Moment, dass die Frau ihnen lediglich Vorschriften machen möchte, sie für zu unbekümmert und verantwortungslos hält. Die überraschend simple Reaktion: **„Ich nehme deine Sorge ernst und werde gut aufpassen“**, wirkt manchmal Wunder. Vielleicht stellen Sie in einem offenen Gespräch fest, dass Sie beide Angst vor den möglichen Folgen des Umgangs haben. Es sollte nicht vorrangig darum gehen, wer welches Recht innehat, sondern darum, wie Sie als Familie durch diese schwere Zeit kommen. Vereinbaren Sie, einander **ehrlich** über vermuteten Kontakt mit Infizierten zu informieren. Planen Sie **gemeinsame Strategien**, um sich und das Kind zu schützen. Teilen Sie sich umgehend mit, wenn in Ihrem Umfeld oder bei Ihnen selbst Symptome auftreten.

**Überraschen** Sie den anderen Elternteil, indem Sie sich unerwartet (freundlich und großzügig) verhalten, wo das in der Vergangenheit nicht gelang.

Sprechen Sie über **Fairness**. In dieser Zeit, in der finanzielle Sorgen auf beiden Seiten plötzlich und unverschuldet auftreten können, sollten Eltern sich gegenseitig unterstützen.

Sprechen Sie über den Einfluss **neuer Partner**. Falls noch nicht geschehen, lernen Sie sich nach der Corona-Krise gegenseitig kennen, auch wenn dies Überwindung kostet - denn es entlastet Ihr Kind.

Für viele getrenntlebende Eltern gehört Streit miteinander seit langem zur Normalität. Durch das Corona-Virus geht es in diesen Zeiten in jeder Familie buchstäblich um Leben und Tod. **Entscheiden** Sie sich, den Kriegspfad zu verlassen. Dazu braucht es **Mut und Geduld**.

Unterschätzen Sie nicht Ihre eigenen Möglichkeiten, Streit zu beenden.

Es lohnt sich in diesem Zusammenhang, das **eigene Handeln in der Vergangenheit kritisch zu betrachten**. Dies ist die richtige Zeit, um eine neue Haltung, eine andere Sicht auf Menschen und Ereignisse zu entwickeln. Es gelingt jedoch nicht, andere zu verändern. Nicht selten hat die **Erwartung**, den Partner oder die Partnerin den eigenen Vorstellungen gemäß erziehen zu können, zu der Trennung geführt. Bemühen Sie sich, sich auf die positiven Persönlichkeitsaspekte des anderen zu konzentrieren und den Blick auf das Kind zu richten. Ihr Kind besteht je zur **Hälfte** aus den Anlagen von Vater und Mutter.

Geben Sie einen **Vertrauensvorschuss**. Väter gehen oft anders mit ihren Kindern um als Mütter, und das ist gut so. Das Kind lernt, dass seine wichtigsten Bezugspersonen unterschiedlich in die Welt blicken und passt sich an. So klagen Kinder zum Beispiel häufig bei den Vätern weniger, als bei den Müttern. Das Klischee, dass Männer den Kindern mehr zutrauen, aber auch zumuten, hat einen realen Hintergrund. Die Bindung an die Mutter hat meist eine andere Qualität, aber es ist die **Kombination von beiden Bindungsbeziehungen**, die dem Kind in seiner Entwicklung am meisten hilft.

### **Kinder als Regisseure und Regisseurinnen**

Ihr gemeinsames Kind soll auch in Corona-Zeiten nicht darüber entscheiden, ob Umgang stattfindet oder nicht. Kleine Kinder leben im **Hier und Jetzt**. Sie sagen „ich will da nicht hin“, meinen aber vielleicht, dass sie nicht mit dem, was sie gerade tun, aufhören wollen. Manche Kinder **trennen sich nicht gern** von dem Elternteil, bei dem sie gerade sind. Mit diesen Trennungsproblemen sollten keine Entscheidungen über Umgang begründet werden. Kinder entwickeln **Schuldgefühle**, wenn ihre Äußerungen dazu führen, dass Vater oder Mutter enttäuscht allein bleiben, auch wenn sie vordergründig ihren Willen bekommen haben.

Wenn Mutter und Vater viel streiten, spüren und erfahren die Kinder die **Elternebene** nicht. Sie erleben ihre Eltern als **Einzelkämpfer**. Es gibt sozusagen zwei Lager, in denen es ihnen jeweils gut geht, aber die einzige Verbindung zwischen beiden Welten sind die Kinder selbst. Sie versuchen, sich und ihren Eltern zu helfen. Dies geht oft nur, indem sie ihnen widersprüchliche Dinge sagen. Sie wollen, dass es allen gut geht. Da sie aber Kinder oder Jugendliche sind, münden diese Versuche in **Missverständnissen** und neuem Streit.

Glauben Sie nicht alles, was Ihr Kind Ihnen sagt. Wenn kindliche Äußerungen über das Leben beim anderen Elternteil sie besorgen, führen Sie ein Familiengespräch - auch gegen den Willen des Kindes. Es hat meist nur Angst, dass der Versuch, die **Regie in der Familie** zu übernehmen, ans Licht kommt. Beruhigen Sie Ihr Kind, denn es ist **nicht verantwortlich** für die Trennung und die Streitigkeiten auf der Elternebene. Es wollte allen helfen, auch sich selbst. Das ist aber die Aufgabe der Erwachsenen. Wählen Sie in Gegenwart des Kindes folgende Formulierung: „**Unser Kind hat mir \_\_\_ erzählt. Erzähl mir bitte deine Version.**“ Beobachten Sie dabei das Gesicht Ihres Kindes. Es wird Bände sprechen. **Sein Sie ehrlich und trauen Sie sich, Fehler zuzugeben. Finden Sie gemeinsam heraus, was das Kind bewegt.**

Die Verantwortung für die Gesundheit Ihres Kindes können wir Ihnen nicht abnehmen.

**Nehmen Sie gemeinsam Ihre Elternverantwortung mit Vernunft wahr und geben Sie Ihrem Kind Halt.**

Bei Rückfragen oder Beratungsbedarf melden Sie sich bitte in der Beratungsstelle für Schul- und Familienfragen – zurzeit nur telefonisch unter 0571-807-12000 oder per E-Mail an: Schul-undFamilienberatung@minden-luebbecke.de