

Kultur, Gesellschaft & Wissen

«Ist die Trennung noch frisch, würde ich von gemeinsamen Ferien abraten»

Co-Parenting Katy Perry und Orlando Bloom reisen kurz nach dem Liebesaus nach Italien. Eine gute Idee sei das selten, sagt Familientherapeutin Salome Roesch – und warnt vor Verwirrung bei den Kindern.

Martin Fischer

Die Bekenntnisse kamen direkt mit den Trennungsnews: Man wolle «respektvoll» verbunden bleiben und habe «den Fokus auf Co-Parenting verschoben», teilten Katy Perry und Orlando Bloom Anfang Juni mit. Im Juli wurden die beiden dann auf der Jacht von Jeff Bezos fotografiert – die Musikerin und der Hollywoodstar verbrachten mit ihrer gemeinsamen Tochter Familienferien in Italien.

Perry und Bloom halten es wie viele Eltern heute, die sich trennen: Sie wollen die ursprüngliche Familienkonstellation ein Stück weit wahren, den Kindern und der «Stabilität» zuliebe, wie Perry und Bloom verlauten liessen. Oft sei genau das keine gute Idee, sagt Familientherapeutin Salome Roesch von Paarberatung & Mediation im Kanton Zürich.

Frau Roesch, ein paar Monate getrennt und dann samt Kind zusammen in die Sommerferien: Ja oder nein? Wenn die Trennung noch frisch ist, würde ich von gemeinsamen Ferien abraten. Es ist fast nie so, dass beide Elternteile emotional am gleichen Punkt stehen. Einer ist meist weiter. Wenn ein Elternteil noch im Trennungsschmerz steckt und der andere schon in die Zukunft blickt, entstehen Spannungen, auch für die Kinder. Dadurch können alte Muster wieder aufbrechen.



Salome Roesch
Familientherapeutin
bei der Paarberatung &
Mediation im Kanton
Zürich

Dann ist es für getrennte Eltern also besser, sich die Ferien aufzuteilen? Gilt das generell? Rein aus organisatorischer Sicht spricht viel für eine klare Aufteilung. Meist haben die Eltern nicht gleich viele Ferienwochen wie die Kinder. Dies ist in den langen Sommerferien fast schwieriger für zusammenlebende Eltern als für getrennt lebende. Auch aus emotionaler Sicht ist es oft besser, die Ferien je einzeln mit den Kindern zu verbringen.

Was ist denn das Problem? Ist es nicht schön, wenn die Kinder ihre Eltern für ein paar Tage zusammen erleben? Mit der Trennung verändert sich vieles, es entsteht eine Mamiwelt und eine Papiwelt, das Kind wechselt hin und her. Für die Kinder ist es in der Regel einfacher, diese Welten nicht zu sehr zu vermischen. Wenn dann in den Ferien wieder alles zusammenkommt, kann das zu Verwirrung führen.

Macht man es den Kindern also schwerer, wenn man am alten Familienbild festhält? Ja. Die Botschaft für die Kinder ist zweischneidig. Besteht noch Hoffnung? Sie hoffen immer, dass die Eltern wieder zusam-



Frohe Ferientage mit der Familie trotz Trennung: Katy Perry und Orlando Bloom versuchen es – auf dem Mittelmeer mit ihrer gemeinsamen Tochter und Blooms Sohn aus erster Ehe. Screenshot: Instagram

menfinden. Es braucht grundsätzlich sehr viel, bis die Kinder sagen: «Es ist besser so» – selbst wenn die Situation schlimm war und es gar zu häuslicher Gewalt kam. Im Falle einer Trennung müssen sie sich neu einrichten, und das ist schwer genug. Klare Aufteilung und Zeit helfen den Kindern, es zu verstehen. So können sie die Mamiwelt und die Papiwelt aufbauen.

Wie viel Zeit muss vergehen, haben Sie da Erfahrungswerte? Eher Monate bis Jahre als Wochen bis Monate. Es kommt darauf an, wie schwer die Verletzungen sind. Ein gemeinsamer Kindergeburtstag ist oft der erste Schritt – gemeinsame Ferien brauchen meist viel mehr Zeit oder werden nie mehr sinnvoll.

Was sind für Eltern mögliche Fallen? Wer mit dem oder der Ex Ferien macht, kann eine trügerische Geborgenheit empfinden. Man hat vielleicht sogar weniger Streit als früher. Das kann den Eindruck wecken, dass es wieder was werden könnte. Was umso heikler ist, wenn es nur einer Person so geht. Letztlich führt es zu neuen Verwerfungen und Verletzungen.

Was halten Sie denn grundsätzlich davon, wenn sich Eltern bemühen, auch nach der Trennung zusammen Zeit mit den Kindern zu verbringen? Es ist ein hoher Anspruch, häufig ein zu hoher. Man muss gut prüfen: Geht das emotional für mich? Je mehr man sich im All-

«Kinder dürfen nicht das Gefühl haben, sie müssten für Frieden sorgen – das erzeugt Druck und Loyalitätskonflikte.»

tag oder in den Ferien überschneidet, desto mehr ist man mit dem konfrontiert, was man hinter sich lassen wollte. Da liegt dann noch irgendwo ein Hemd oder eine Zahnbürste rum, oder die Küche ist nicht aufgeräumt.

Trennungen sind eine Belastung für alle Beteiligten, für Eltern wie Kinder. Wenn man über Jahre das Leben geteilt und Kinder hat, sind das gewaltige Verwerfungen. Zusammenbleiben ist selten die Lösung. Trennung ist Trennung, man geht auf verschiedene Gleise. Spätestens wenn noch andere Partnerinnen oder Partner dazukommen.

Wie kann man den Kindern den Umgang mit einer Trennung erleichtern? Zwingend für die Kinder ist, dass beide Elternteile Eltern bleiben und ihre Zusammenarbeit auf die Reihe kriegen. Die Botschaft an die Kinder muss sein: Wir sind eure Eltern, ihr seid uns wichtig. Die Haltung muss stimmen. Das heisst nicht unbedingt, dass man als Familie gemeinsam auftreten muss. Es heisst einfach, dass man konstruktiv miteinander umgehen und klären kann, was es braucht – auch zusammen mit den Kindern. Wer packt die Badesachen, wie lange will man verreisen? Das ist immer noch Familie. Auch wenn man kein gemeinsames Familienbillet bei den SBB mehr hat.

Es gibt aber durchaus Eltern, die trotz Trennung einen guten Umgang miteinander finden. Was sind denn Indizien dafür, dass es doch geht, zusammen zu verreisen? Wenn Vater und Mutter im Prozess der Trennung etwa am gleichen Punkt stehen, die emotionale Verarbeitung bei beiden schon fortgeschritten ist, die Verletzungen mehrheitlich verheilt sind. Wenn es nicht mehr um die Paarthematik geht, sondern um die Elternschaft und die gemeinsame Zeit mit den Kindern.

Was ist für Kinder der grösste Stress, wenn die Eltern gemeinsame Zeit mit ihnen verbringen wollen? Kinder dürfen nicht das Gefühl haben, sie müssten für Frieden sorgen – das erzeugt Druck und Loyalitätskonflikte. Das heisst, die Rechnungen sollten beglichen sein, damit die gemeinsame Zeit für alle zur Erholung werden kann und sich nicht ein neues Spannungsfeld aufbaut. Je nach Alter der Kinder kann es auch ratsam sein, im Vorfeld mit den Kindern darüber zu sprechen. Oft können Kinder sehr gut Auskunft geben, was für sie hilfreich wäre.

Haben Kinder überhaupt etwas davon, ihre Eltern gemeinsam präsent zu haben? Kinder können sehr gut damit umgehen, dass sie nur von einem Elternteil betreut werden. Manchmal profitieren sie auch von veränderten Beziehungen. Es kann zur Chance werden, wenn ein Vater oder eine Mutter bei alternierender Obhut mehr Zeit mit ihnen verbringen und eine neue Präsenz und Qualität aufbauen kann. Manchmal werden die Beziehungen durch Trennungen tiefer, und die Kinder haben mehr von den Eltern.

Will Smith versucht sich am Alphorn

Starbesuch Nach seinem Auftritt am Gurtenfestival hat der US-Rapper eine Waadtländer Bläsergruppe getroffen. Wie kam es dazu?

Nach seinem Auftritt am Gurtenfestival am Wochenende stand Will Smith gestern beim Paléo Festival in Nyon erneut auf der Bühne. Zwischen seinen Auftritten verweilte der Rapper in Genf und stiess dabei in der Nähe von Nyon auch auf die Waadtländer Alphornbläsergruppe Echo du Bois Rond. In einem Video auf Instagram hielt er den Moment fest und zeigte sich begeistert von dem Musikinstrument.

Smith liess es sich nicht nehmen und versuchte sich gleich selbst am Blasinstrument. «Da braucht man richtig Lungenkraft», so der Rapper, etwas ausser Puste. Nach weiteren Versuchen übergab er wieder an die Profis. «Ich bin wirklich fast ohnmächtig geworden! Mit dem Alphorn ist nicht zu spassen. Kompliment an Echo du Bois Rond», schrieb er unter dem Post und teilte mit seinen Followern gleich noch ein paar Informationen zum Instrument.



Will Smith gibt am Alphorn alles. Screenshot: Instagram/willsmith

Die Alphornbläsergruppe hatte zuvor nichts von Smiths Aufenthalt in Genf gewusst. «Wir wurden am Sonntag von der Direktion des Genfer Hotels kontaktiert, in dem er einquartiert ist», erklärt Alain Pasche, Co-Präsident von Echo du Bois Rond, auf Anfrage. «Man erklärte uns, dass ein amerikanischer Star um Schweizer Unterhaltung während eines Apéros gebeten habe. Ich schaffte es, schnell fünf Mitglieder zu organisieren. Wir sollten 25 Minuten spielen, während die Gäste eintrafen, und durften keine Fotos machen oder mit dem Star interagieren.»

Von Smith positiv überrascht Doch es war Smith, der grosses Interesse am Auftritt der Gruppe zeigte. «Er kam sofort auf uns zu und war sehr aufmerksam. Als wir uns auf den Weg machen wollten, fragte er uns, ob er ein paar Fotos machen dürfe. Wir boten ihm an, das Alphorn zu versuchen, was er gerne tat.» Und der US-Amerikaner überzeugte die Truppe. «Er hat zweifellos schon einmal Trompete gespielt und konnte etwas ganz Passables daraus machen. Viele Menschen bekommen nicht einmal einen einzigen Ton heraus», so Pasche.

Dass Smith seinen Auftritt mit dem Alphorn auf den sozialen Medien teilte, freut den Co-Präsidenten. «Ich habe das Video auch geteilt», gibt Pasche schmunzelnd zu. «Der Moment war wirklich toll, denn er benahm sich überhaupt nicht wie ein Superstar, sondern es war eher so, als würden wir einen alten Freund zu seinem Geburtstag überraschen. Wir hatten eine wunderbare Zeit mit ihm, aber wir haben nicht vor, morgen nach Hollywood zu fliegen.»

Francois Barras und Matteo Bonomo