



Getrennte Eltern – Besuchsvereinbarungen für Babys und Kleinkinder

Ein Positionspapier der Regionalgruppe GAIMH-Ostschweiz für Fachleute

Junge Ehen und Beziehungen sind besonders trennungsanfällig, auch dann, wenn die Kinder noch sehr klein sind. Gleichzeitig setzt sich bei Eltern wie bei Fachpersonen immer mehr das Bewusstsein durch, dass Kinder ein Recht auf Kontakt zu beiden Eltern haben. Elternratgeber und Fachbücher thematisieren meist die Bedürfnisse und Konflikte von Kindern ab dem Kindergartenalter. Bei Mütter-Väterberaterinnen, Beiständen, in Internet-Elternforen und auch in kinderpsychiatrischen Babysprechstunden melden sich jedoch immer häufiger Anfragen zur Gestaltung der Besuchskontakte für Säuglinge und Kleinkinder zum Elternteil, der im Alltag von ihnen getrennt lebt.

Wenn Eltern sich schon in der Schwangerschaft oder in den ersten Lebensjahren ihres gemeinsamen Kindes trennen, so haben sie meist nicht einmal rudimentär eine gemeinsame Elternschaft aufbauen können. Dies erschwert es ihnen und dem Kleinkind einen Umgang mit der Situation zu finden. Die Bemühungen seitens der Eltern oder Beistände zum Erhalt bzw. zum Aufbau der Vaterschaft¹ überfordern die betroffenen kleinen Kinder häufig, was sich in ihren heftigen Reaktionen nach den Besuchswochenenden beim Vater zeigt. In der Folge wird in Gutachtens- und Abklärungsaufträgen zur Regelung von Besuchskontakten zunehmend die Beurteilung des Kindeswohls gefordert, wobei die Gefahr besteht, dass verständliche Überlastungsreaktionen der Kinder, als Folge unzureichender Betreuung missverstanden werden können. Wir meinen, dass ein besseres Verständnis für die Trennungskapazitäten von Säuglingen und Kleinkindern und deren entwicklungspsychologischen Voraussetzungen die Erwachsenen bei der Schaffung realistischer Besuchsmodalitäten unterstützen könnte. Dies würde nicht nur die Kinder vor Überlastung schützen, sondern auch die Beziehung der Kinder zu beiden Elternteilen fördern. Da jede Regelung nur so gut ist, insoweit sie Spielraum für die individuellen Bedürfnisse und Kompetenzen des Kindes bietet und den Möglichkeiten seiner Umwelt angepasst ist, haben die folgenden Überlegungen deshalb den Charakter von Empfehlungen. Sie orientieren sich

¹ Selbstverständlich können auch Väter primäre Bezugspersonen sein oder die Hauptbetreuung für ihr Baby oder Kleinkind übernehmen. Der sprachlichen Einfachheit halber gehen wir bei den Beispielen in der Folge von der Mehrheit der Fälle aus, in denen die Hauptbezugsperson die Mutter ist und die Vaterschaft erhalten werden soll.

an den klinischen Erfahrungen der Autorinnen und an Ergebnissen der Säuglings- und Bindungsforschung und richten sich an Fachleute, die betroffene Eltern und Kinder begleiten. Sie sind als entwicklungspsychologisch orientierte Anregungen zu verstehen, die eine individuelle Abklärung der elterlichen Situation und Befindlichkeit des Babys oder Kleinkindes in „seinem“ Besuchskontext nicht ersetzen.

1. Entwicklungspsychologische Aspekte von frühen Trennungssituationen

Welche Kompetenzen haben Kleinstkinder bezüglich ihrer Orientierung in Zeit und Raum?

Ein Säugling oder ein Baby unter 18 Monaten kann durch einen Umgebungswechsel sehr verunsichert werden, wenn seine vertraute Bezugsperson nicht dabei oder selbst verunsichert ist und die Wechsel nicht regelmässig, also für das Kind überschaubar sind. Das Kind ist, um sich orientieren zu können, darauf angewiesen, dass es möglichst mehrmals pro Woche und in Anwesenheit seiner Mutter oder einer anderen vertrauten Bezugsperson mit dem neuen Ort und neuen oder noch wenig bekannten Personen vertraut werden kann. Rhythmus und Routine, also gewohnte Abläufe beim Essen, bei der Körperpflege, in der Alltagsroutine, beim Einschlafen helfen einem Baby und Kleinkind sich zurecht zu finden und interessiert zu sein. Das angeblich problemlose Ein- und Durchschlafen von Babys in Spitälern, bei noch nicht gut eingespielten Besuchskontakten zu Elternteilen oder Grosseltern ist in diesem Zusammenhang eher als Rückzugs- oder gar Angstreaktion denn als entspanntes Befinden zu verstehen. Noch bis zum Alter von vier Jahren oder länger können Kleinkinder sehr empfindlich reagieren, wenn sie die Nacht nicht in ihrer gewohnten Umgebung und in der Nähe ihrer Hauptbezugsperson verbringen können.

Beziehungsaufbau in einer neuen Umgebung

Säuglinge und Kleinkinder sind zur Regulation ihres körperlichen Wohlbefindens (Schlafen, Wachen, Essen, Umgang mit Reizen) und psychischen Verfassung (Angst, Umwohlsein, Kummer, Aufregung und Freude) auf unmittelbar verfügbare, verlässliche und vertraute Bezugspersonen angewiesen. Beim Erkunden einer neuen Umgebung oder vertraut werden mit einer neuen Bezugsperson stützen sich gesunde Säuglinge und Kleinkinder auf die Präsenz ihrer vertrautesten Person (Bindungssicherheit). Je sicherer sich das Kind fühlt, umso interessierter kann es eine neue Umgebung erkunden oder Stress und Überlastung mitteilen. Vieles, was für die Eingewöhnung kleiner Kinder in Krippen beschrieben wird (siehe www.gaimh.org/publikationen/betreuung-in-krippen.html) kann Eltern in der Gewöhnung ihres Kleinkindes an eine neue Besuchssituation Orientierung geben. Allerdings

gibt es drei wichtige Unterschiede: bei Übernachtungen sind Säuglinge und Kleinkinder besonders trennungsempfindlich, sie haben in der Besuchssituation sehr oft keine peers und der emotionale Austausch zwischen den getrennten Eltern ist zeitweise oder dauerhaft angespannter und für das Kind schwerer einzuordnen als die Übergangssituationen zwischen Eltern und KrippenerzieherInnen/Tagesmüttern oder betreuenden Grosseltern.

Bedürfnis nach Exploration und neuen Beziehungserfahrungen

Gegen Ende des zweiten Lebensjahres kann ein Kind sicher laufen, es beginnt seine Bedürfnisse sprachlich auszudrücken und hat auch die für etwas jüngere Kinder typische Verunsicherung und Ambivalenz, die entwicklungsbedingt mit ca. 18 Monaten ihren Höhepunkt erreicht, überwunden. Nun hat es neue Möglichkeiten, sich selbst zu orientieren oder Überforderung kund zu tun. Ab jetzt können die fremde Wohnung und das Spiel mit einer weniger vertrauten Person und Umgebung interessant werden. Aber immer noch ist das Kind auf die Präsenz der Mutter oder einer anderen Bindungsperson im Hintergrund angewiesen. Konflikthafte Übergaben bei geteilter Betreuung bleiben eine Überforderung. Nachts sind Ein- und Durchschlafprobleme - ganz besonders nach Trennungen und Veränderungen - für dieses Alter typisch.

Ungefähr ab der Mitte des vierten Lebensjahres entwickeln kleine Kinder ein starkes Interesse für prototypische Familienstrukturen (Familienbild, Geschlechterrollen, Zugehörigkeit) das ihre Beschäftigung mit dem abwesenden, evtl. unbekanntem Elternteil anregt. Sie haben nun eine eigene Motivation nach Information und Kontakt und entwickeln ihr eigenes Bewusstsein von Zugehörigkeit mit dem im Alltag fehlenden oder weniger präsenten Elternteil. Ihr gereiftes Zeitverständnis erlaubt ihnen nun längere Trennungen von den nächsten Bezugspersonen und bietet Orientierung an weniger vertrauten Orten.

Wie erleben Säuglinge und Kleinkinder Trennungen?

Trennungen werden alterstypisch verarbeitet: ein Baby in der „Fremdenphase“ (6. – 9. Monat) erleidet durch eine Trennung der Eltern evtl. eine kurze Depression. Es reagiert auf die Stimmung seiner Mutter, auf die Veränderungen im Alltag sowie auf das abrupte Verschwinden des Vaters, die es in seiner alterstypischen Trennungsempfindlichkeit überfordert. Verlieren Babys oder Kleinkinder durch die Trennung der Eltern im Alltag einen ihnen vertrauten Vater, dann bräuchten sie zum Erhalt der Beziehung und zur Stabilisierung ihres eigenen Kohärenzgefühls weiterhin den regelmässigen (mindestens wöchentlichen, besser häufigeren) Kontakt mit ihm. Da die Veränderung im Alltag und der neue Wohnort des Vaters die Vertrautheit erschüttern kann, fänden die Besuche am besten zunächst wenigstens in der gewohnten Umge-

bung statt. Eine Voraussetzung dafür ist, dass das Kind keine Traumatisierung durch Miterleben von Gewalt o.ä. erfahren hat.

Nach dem zweiten Lebensjahr kommen zum Verlustelebnis, das sich nun deutlich auf die abwesende Person bezieht, Ängste vor dem zusätzlichen Verlust der Mutter und mit zunehmender sprachlicher, emotionaler und sozialer Reife auch Schuldgefühle vor. Trennungsmomente können dann vom Kind als Aufleben früherer Verluste, als Bestrafung oder Angst vor künftigen Verlusten erlebt werden.

Ab dem vierten Lebensjahr können sich die Kinder etwas besser von der Stimmung der Erwachsenen distanzieren. Da sie sich aber in diesem Alter mit Geschlechterrollen in der Familie und ihrer eigenen Geschlechtszugehörigkeit beschäftigen, neigen sie dazu, sich mit den Konflikten der Eltern (z.B. der Rolle des Schuldigen, des Besseren etc.) zu identifizieren. Sie entwickeln dann eigene Scham- und Schuldgefühle, die als Verweigerung des Besuchs, besondere Aufgedrehtheit vorher oder nachher, Entwertung oder Idealisierung der Eltern auffallen und die Erwachsenen verunsichern können.

2. Was heisst das für Besuchsregelungen?

Besuche von Säuglingen und Kleinkindern beim getrennt lebenden Elternteil setzen eine hohe Kooperation zwischen den getrennten Eltern, Empathie für das Kind und besondere Vertrautheit des kleinen Kindes mit der besuchten Person und – je kleiner das Kind ist – mit ihrer Wohnung voraus. Besondere Reaktionen des Kindes nach oder auch vor den Besuchen sind anfangs normale Zeichen von Trennungstrauer und verständlicher Ausdruck der Anstrengung, den Wechsel von der vertrauten in die weniger bekannte Umgebung und zurück zu bewältigen. Wenn diese Schwierigkeiten trotz Regelmässigkeit andauern, sind sie ein Hinweis auf eine Überforderung des Kindes. Es bedarf dann einer Anpassung der Besuchsmodalitäten an die Trennungskapazitäten des Kindes.

Besuche zur Aufrechterhaltung einer Beziehung

Damit eine gelebte Beziehung erhalten bleibt, müsste der Säugling bzw. das Kleinkind mit dem abwesenden Elternteil regelmässig ein Stück Alltag teilen. Unter vier Jahren sollten die Besuche beim getrennt lebenden Elternteil deshalb mindestens wöchentlich stattfinden. Vorausgesetzt, Erwachsener und Kind waren sich bis zur Trennung im Alltag gut vertraut. Das Übernachten spielt dabei eine untergeordnete Rolle bzw. kann die Beziehung eher belasten als unterstützen. Der Wunsch, dass ein Kind sehr schnell am neuen Ort übernachten soll, dient oftmals eher der Entlastung der Erwachsenen bzw. der Durchsetzung eines Rechtsanspruchs. Allerdings wird ein

Kleinkind, auch wenn es weiterhin regelmässig den Kontakt zum Vater hält, die Personen, die mit ihm und seiner Mutter im Alltag zusammenleben, bald vertrauter erleben als den Vater. Im frühen Schulalter und später in der Pubertät, wenn die eigene Herkunft in der Selbstentwicklung des Kindes oder Jugendlichen wichtig wird, steigt dann das Interesse am abwesenden Elternteil wieder sprunghaft an und erlaubt neue, bedeutungsvolle Begegnungen zwischen Vater und Kind.

Traditionelle Besuchsregelung

Für ein Baby oder Kleinkind stellt die übliche Besuchsregelung (alle zwei Wochen ein Wochenende mit Übernachtung) eine Überforderung dar. So können Kinder bis zum zweiten Lebensjahr das Bild der abwesenden Mutter nicht lange genug aufrechterhalten (Trennungsangst). Sie bräuchten - viele Male - deren Anwesenheit als Eingewöhnende im Kontakt zum getrennten Elternteil, wie z.B. in der Krippe oder bei der vertrauten Grossmutter. Problemloses Durchschlafen eines Kleinstkindes in solchen Arrangements muss aus kinderpsychologischer Sicht als anstrengende Anpassungsleistung verstanden werden, die sich meist bei der Rückkehr ins vertraute Milieu als erhöhte Nachtangst mit Ein- und Durchschlafschwierigkeiten zeigt. Bis zur Mitte oder Ende des dritten Lebensjahres ist eine Trennung über das ganze Wochenende von der Mutter zu anstrengend und der vierzehntägliche Besuchsabstand ohne Anwesenheit der Mutter zu lang, um eine wirklich vertraute Beziehung zum Vater aufbauen zu können. Auch die Drei- und Vierjährigen sind immer noch auf nah begleitete, gute Übergaben und routinierte Kontakte zwischen den betreuenden Erwachsenen angewiesen (wie es z.B. bei der Betreuung und Übernachtung bei Grosseltern üblich ist). Dreijährige sind gegenüber elterlichen Abwesenheiten noch empfindlich. Sie reagieren nach deren Rückkehr bzw. nach der eigenen Heimkehr oft mit Stimmungsabfall oder aggressivem Verhalten, weil sie die ausgestandenen Trennungsängste (Kommt Mama wieder? Wo ist sie? Wo bin ich?) nur der vertrauten Bezugsperson und auch ihr nur rudimentär verbal mitteilen können. D.h. in diesem Alter kann es Sinn machen auf die Übernachtung oder die volle Länge des Besuchs verzichtet, wenn das Kind unwohl oder sonst verunsichert ist.

Eine Besuchsregelung mit Übernachtung setzt in der frühen Kindheit deshalb eine hohe elterliche Empathie für die Befindlichkeit des Kindes, Flexibilität und Konfliktfähigkeit im Umgang mit den vereinbarten Besuchsarrangements zugunsten des Kindes von beiden Eltern voraus. Vor allem müssen Eltern in der Lage sein, Verunsicherung beim Kind zu erkennen und aufzufangen und nicht als „Schuld“ des Partners misszuverstehen.

Besuche ohne Übernachtung

Vierzehntägliche oder wöchentliche Besuche ohne Übernachtung, bei denen das Kleinkind zunächst halb- und dann ganztags vom Vater betreut wird, können einen Eltern-Kind-Kontakt erhalten oder aufbauen, ohne das Kind zu überfordern. Säuglinge brauchen häufigere und kürzere Aufenthalte, Kleinkinder können längere Abstände und ganze Tage aushalten und geniessen. Beide brauchen deshalb beim Wechsel zum Vater eine längere Phase der Anwesenheit der Mutter, bis sie sich gut von ihr trennen können.

Eigene Motivation für Besuchskontakte von Seiten der Kinder

Vorausgesetzt, das Kind hat in der Zwischenzeit keine Ersatzbeziehung zu einem neuen Partner der Mutter entwickelt, zeigen Kinder nach dem dritten Lebensjahr ein eigenes Interesse für ihre familiäre Herkunft und damit auch für einen abwesenden leiblichen Elternteil. Ein wenig intensiver, aber verlässlicher und das Kind nicht überfordernder Kontakt lohnt sich also auch dann, wenn die Eltern nicht oder nur wenige Monate mit dem Kind gemeinsam zusammengelebt haben. Wenn die Eltern ihre gemeinsamen Treffen mit dem Baby und Kleinkind entspannt und auf seine Bedürfnisse zentriert gestalten konnten, dürfen sie davon ausgehen, dass das Vorschulkind von sich aus den Kontakt zum abwesenden Elternteil mit zunehmendem Alter intensiver suchen wird.

Besuchsarrangements in anhaltend oder hoch konflikthaften Verhältnissen

Falls die Eltern hoch konflikthaft auseinander gegangen sind oder wenn nach einer längeren Trennungszeit immer noch grosse Spannungen bestehen, bräuchte das Kind umso mehr die Anwesenheit des vertrauteren Elternteils, um sich beim weniger Vertrauten zurecht zu finden; das ist bei schweren Konflikten unter den Eltern kaum möglich. Trennungsmomente und Übergaben überfordern dann Kind und Eltern und schwächen die Funktion der Eltern als Trost und Sicherheit spendende Bezugspersonen. Neben der Gefahr der Retraumatisierung nach erlebter psychischer oder physischer Gewalt, werden die Kinder bei solchen Übergaben mit emotionalen Erregungszuständen der Erwachsenen belastet, von denen sie sich aufgrund ihrer engen Verbundenheit mit den Bezugspersonen und aufgrund ihres Entwicklungsstandes nicht distanzieren und die sie nicht einordnen können.

Welche Besuchsmöglichkeiten gibt es in solchen Fällen?

Begleitete Besuche

Begleitete Besuchstreffe finden in der Regel alle vier Wochen statt. Sie eignen sich nicht für Kinder unter vier bis fünf Jahren. Die langen Abstände zwischen den Terminen verhindern eine Eingewöhnung eines Kleinstkindes in die neue Umgebung und zu den Helfern des Besuchstreffe. Noch drei- und vierjährige Kinder werden durch die Begegnung mit dem unvertrauten und seinerseits aufgewühlten Elternteil an einem unbekanntem Ort sehr verunsichert.

Besuche an „neutralen Orten“ z.B. bei den Grosseltern oder anderen Verwandten erfordern von allen Beteiligten viel Zuverlässigkeit (Pünktlichkeit, gute Kommunikation), Abgrenzung gegenüber dem Paarkonflikt und die Fähigkeit, die besondere Verbundenheit des kleinen Kindes mit seiner Mutter bzw. dem Vater zu respektieren.

Durch Fachpersonen begleitete Besuche in Einzelsituation z.B. an Beratungsstellen oder durch Kinderpsychotherapeuten und sozialpädagogische Familienbegleiter erlauben den Eltern mehr Raum für eigene Unsicherheiten und zur Reflexion der Situation. Sie dienen der Vorbereitung und Planung zukünftiger unbegleiteter Besuchsarrangements. Die Fachleute müssen dabei die Befindlichkeit von Säuglingen und Kleinkindern gut lesen und bei Bedarf für die Eltern übersetzen können. Erfahrungsgemäss gelingt es in solchen Begegnungen am ehesten, die Aufmerksamkeit entzweiter Eltern auf die Bedürfnisse des Kindes zu lenken.

3. Was könnte getrennt lebenden Eltern, Gerichten oder Beiständen helfen, ein befriedigendes Besuchssetting für Säuglinge und Kleinkinder einzurichten?

Säuglinge und Kleinkinder sollen von Überforderung oder gar Retraumatisierung in den Besuchssituationen geschützt werden. Wenn Eltern entwicklungspezifische Beratung für den Umgang mit ihrem Kind in der Trennungssituation erhalten, können sie das Verhalten des Kindes bei den Übergaben besser einordnen, adäquater beantworten und werden ihrerseits auch von Schuldgefühlen entlastet. Beistände und Richter profitieren ebenfalls von entwicklungspsychologischen Überlegungen, als Grundlage für Regelungen, die mit dem Kindeswohl in der frühen Kindheit vereinbar sind. Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste mit Spezialangeboten für die frühe Kindheit, Kleinkindberatungsstellen im Kanton Zürich oder Mitarbeiter von Beratungsstellen ebenso wie niedergelassene Psychotherapeuten mit Zusatzqualifikationen für die Frühe Kindheit, sollten zur Einschätzung der Situation als Grundlage für Besuchsregelungen beigezogen werden.

Freiwillige Beratung vor Installierung eines Besuchsarrangements

Da sich die traditionellen Besuchsregelungen nicht für Kinder unter vier Jahren eignen, ist es sinnvoll, trennungswillige Elternpaare mit Kleinstkindern frühzeitig an Beratungsstellen mit Säuglings- und Kleinkindkompetenzen zu verweisen. Die Beratung kann Eltern helfen, die Reaktionen ihrer kleinen Kinder bei einer Trennung besser einzuordnen und zu beantworten und unterstützt die Elternschaft in der anspruchsvollen Phase der Reorganisation der Familie. Die dort freiwillig und einvernehmlich erarbeiteten Besuchsmodalitäten sollten in die zivilrechtliche Trennungskonvention einfließen und in der Folge je nach Entwicklungsalter und Verfassung des Kindes überprüft und verändert werden können.

Besuchssituationen als Gegenstand von Rechtsstreitigkeiten

In hoch konflikthaften Trennungssituationen soll eine sogenannte **Besuchsrechtsbeistandschaft** das Kindeswohl durch klare Besuchsettings vor Überforderung schützen. Die nötigen Regelungen und Entscheidungen müssen sich dafür nah am Befinden und Verhalten des Kindes orientieren. Oft absorbiert das Management der Konflikte und Forderungen der Erwachsenen die Aufmerksamkeit der Fachpersonen.

Es ist deshalb dringend anzuraten, dass bei einer sehr strittigen Trennung der Eltern die Besuchsregelungen für Säuglinge und Kleinkinder grundsätzlich auf eine kurze **kinderpsychologische/psychiatrische Einschätzung** der Entwicklung und Befindlichkeit des Kindes abgestützt werden. Auf dieser Grundlage können die Entscheidungen des Besuchsrechtsbeistands auf die Verhinderung einer Retraumatisierung und/oder Überforderung des Kindes ausgerichtet werden.

Eine zusätzliche **Beratung der Eltern unter Einbezug des Säuglings oder Kleinkindes** und - bei Bedarf - eine zeitlich begrenzte **Begleitung der Besuchssituation** durch eine Fachperson der frühen Kindheit stellen die aktuellen Bedürfnisse, Fähigkeiten und Begrenzungen des kleinen Kindes in den Mittelpunkt der Besuchssituation und unterstützen die elterlichen Kompetenzen in der Belastungssituation der Trennung.

(2012, M. Mögel, R. Plattner, unter Mitarbeit von H. Simoni und R. Müller)

Literaturhinweise:

Aaronson, J. (2007). Overnight Placement For Infants and Toddlers: Attachment-Oriented Guidance For Professionals Counseling High Conflict Separated Parents, www.divorce-conflict-solutions.com.