

Trennung, Scheidung – Mann, was dann?

Die Frau ist mit den Kindern ausgezogen – Mann, was nun? Die Beziehung zu den Kindern ist wichtig. Kinder sollten nicht zum «Interessens-Spielball» der einen oder anderen Partei werden.

■ RENÉ SETZ

«Natürlich habe ich realisiert, dass in unserer Beziehung einiges nicht rund läuft. Ich hoffte, dass es sich mit der Zeit schon wieder einrenken wird. Ja, und dann war ich beruflich auch stark engagiert, da kann ich mir nichts leisten, sonst ist man bald weg vom Fenster.» Jetzt steht Peter Gerber (Name geändert) alleine am Fens-



Die Beziehung zu den Kindern ist auch nach einer Trennung wichtig.

Bild: ky

Für Männer

mt. Eine Impulsveranstaltung für Männer zu rechtlichen, finanziellen und persönlichen Fragen bei Trennung oder Scheidung informiert zudem über Mediation – Chancen und Grenzen, Kontakt mit Kindern und weitere Fragen aus dem Alltag sowie über hilfreiche Angebote:

■ am Samstag, 25. Mai, 9 bis 12 Uhr;

■ bei der Ehe- und Familienberatung, Bahnhofstrasse 16, 2502 Biel.

■ Leitung: Joseph Mock, Fürsprecher, und Markus Ehrat, Psychologe.

■ Informationen: Markus Ehrat, Beratungszentrum Bern, Telefon 031 302 62 62.

■ Kosten: 30 Franken.

■ Anmeldung bis 21. Mai: Ehe- und Familienberatung, Bahnhofstr. 16, 2502 Biel; schriftlich kann bereits eine konkrete Frage gestellt werden.

■ Kurzfristige Anmeldung: Telefon 032 322 78 80.

ter seiner Wohnung. Seine Frau ist mit den beiden Kindern ausgezogen – Mann, was nun? In einer solchen Situation eine Beratungsstelle aufzusuchen, ist nicht jedermanns Sache.

Impulsveranstaltung

Mit der Impulsveranstaltung «Trennung, Scheidung – Mann, was dann?» wird Männern die Möglichkeit gegeben, sich über die rechtlichen, finanziellen und persönlichen Fragen einer Trennung oder Scheidung zu informieren. Die Veranstaltung wurde bereits andernorts erfolgreich durchgeführt. Es sind vor allem die rechtlichen und finanziellen Aspekte, die den Männern oftmals «schwer auf dem Magen» liegen. Diese Sachfragen sind aber gute Einstiegsthemen, die es gerade Männern ermöglichen, auch persönliche Dinge anzusprechen.

Männer ändern sich

Untersuchungen zeigen: Männer ändern sich. Früher be-

schränkten sich die Männer nach der Scheidung häufig auf die Rolle des Alimentenzahlers und überliessen die Erziehung der

Kinder der geschiedenen Frau und allenfalls ihrem neuen Partner. Heute sind sich immer mehr Männer bewusst, wie wichtig die

Beziehung zu den Kindern auch nach der Scheidung ist. Dies bedingt jedoch von den Männern, dass sie sich aktiv darum bemühen, die Beziehung zur Ex-Partnerin zu klären. So helfen sie aktiv mit, dass die Kinder nicht zum «Interessens-Spielball» der einen oder anderen Partei werden.

Mediation

Eine Beratung oder Mediation ist eine sinnvolle Form, um eine für alle Beteiligten akzeptable Lösung im Alltag zu finden. Im Mediationsverfahren entscheiden die Betroffenen selber und delegieren die Lösungssuche nicht an Fachkräfte oder Anwälte. Die Praxis zeigt, dass Männer nach ersten Unsicherheiten oft aktiv in einer Mediation mitarbeiten. Einigen gelingt es sogar mit der Zeit, neben den sachbezogenen Fragen auch emotionale Aspekte anzusprechen.

René Setz, Projektleiter Männergesundheit, Radix Gesundheitsförderung in Bern.

Die Impulsveranstaltung wird unterstützt durch die Ehe- und Familienberatung Biel, die Sozialberatung SBB, die Männerstelle Biel, die Elternbildung Biel und Radix Gesundheitsförderung, Bern.

«Stress zerstört Ehen»

vermieden». Die Meinung des Partners interessiert weniger und die Person ist auf die eigene Position festgefahren.

Interessanterweise sind dabei nicht die grossen Stressereignisse wie Todesfälle, Arbeitslosigkeit oder Umzug, welche die Partnerschaft negativ beeinflussen, sondern die alltäglichen «Mikrostressoren» wie etwa in einer Warteschlange stehen, den Bus verpassen, unangenehme soziale Interaktion oder die Kritik eines Vorgesetzten.

Von Bedeutung ist diese Beobachtung, weil heute höhere Erwartungen an die gemeinsame Ehe-Beziehung gestellt werden. Die Freiburger Untersuchung hat denn auch festgestellt, dass permanenter Alltagsstress innerhalb

Der Alltagsstress nagt an der Ehebeziehung; er unterminiert die Partnerschaftsqualität schleichend und führt zu einer Auseinanderentwicklung der Partner.

SSF/fi. Stress ist für eine Partnerschaft deshalb destruktiv, weil er einerseits die gemeinsame Zeit des Paares einschränkt, die Möglichkeit zur emotionalen Begegnung reduziert und gleichzeitig zu einer negativen Kommunikation der Partner führt. Das stellt das Familieninstitut der Universität Freiburg in einer Studie fest. Unter Stress werde die Kommunikation «gereizter, ungeduldiger, sarkastischer oder sie wird häufig

von fünf Jahren zu einer deutlichen Verschlechterung der Partnerschaftsqualität führt. Bei vielen führt sie in dieser Zeit unter den kritischen Wert, der eine unglückliche Partnerbeziehung anzeigt. Bei solchen Paaren kann mit relativ hoher Genauigkeit eine Scheidung prognostiziert werden. Paare mit weniger Belastungen im Alltag oder angemessenen Bewältigungskompetenzen konnten demgegenüber ihre Beziehungszufriedenheit relativ konstant halten.

Das Freiburger Institut für Familienforschung und -beratung hat jetzt ein Stresspräventionstraining für Paare entwickelt, das ihnen hilft, ihre Beziehungszufriedenheit zu erhalten und zu fördern.

Buchtipps

Cooler Mädchen – starke Jungs

ma. Mädchen und Jungen werden mittlerweile ganz selbstverständlich gemeinsam unterrichtet, und es scheint, als ob durch die Einführung der Koedukation die Gleichstellung von Jungen und Mädchen endlich verwirklicht worden sei. Auf den zweiten Blick zeigt sich jedoch, dass in einer Zeit, in der althergebrachte Normen an Bedeutung verlieren, Heranwachsende Mühe haben, ihre weibliche oder männliche Rolle zu definieren. Das Buch «Cooler Mädchen – starke Jungs» antwortet auf Fragen, wie Erzieher/-innen und Lehrer/-innen ihre Schützlinge bei der Entwicklung einer zeitgemässen Geschlechteridentität unterstützen können, ohne dass sie gleich die Schule neu erfinden müssten.

Das Buch zeigt geschlechter-spezifische Hintergründe, regt an zum bewussteren Umgang mit Mädchen und Jungen in Kindergarten und Schule und entwirft Wege zur Förderung beider Geschlechter. Mädchen sollen lernen, ihren Körper zu akzeptieren, auch wenn er keine Modellmasse hat. Bei den Jungen steht die Auseinandersetzung mit männlichen Rollenbildern, Gewalt und Sexualität im Vordergrund.

Thomas Rhyner / Bea Zumwald: «Cooler Mädchen – starke Jungs», Ratgeber für geschlechtsspezifische Pädagogik. 2002. Verlag Paul Haupt Bern, 32 Franken, ISBN 3-258-06426-1.



Quelle:
BIELER TAGBLATT /
DONNERSTAG,
16. MAI 2002