

# Trennung und Scheidung

## Die Lebenssituation von Männern nach der Scheidung

**Eine Scheidung hat heute durch das grosse emotionale und praktische Engagement des Vaters in der Familie weit gewichtigere Bedeutung für den Mann als bisher. Konnte sich der Mann früher nach der Scheidung zurückziehen und die Vaterrolle einem anderen überlassen, so nimmt er heute auch nach der Scheidung noch eine zentrale Rolle in der Familie ein.**

### Während der Ehe

Solange sie verheiratet sind, setzen sich Väter meist nicht mit der Situation einer eventuellen Scheidung auseinander. Kein Kurs erklärt dem glücklichen Paar nach der Hochzeit mögliche Ausstiegsszenarien. Das Wissen um die hohen Alimentenzahlungen beunruhigt die Männer während der Ehe noch nicht. In dieser Zeit und auch noch während der Scheidung macht dem Vater die Vorstellung vom Verlust des Sorgerechts die grössten Sorgen. Eine Studie, die vom Schweiz. Nationalfonds unterstützt wurde, zeigt, dass 60 % der verheirateten Väter geschiedene Väter bezüglich Sorgerecht benachteiligt sehen. Nach der Scheidung sind es die Alimentenzahlungen für die Frau, welche die Männer belasten. Nahezu die Hälfte aller geschiedenen Väter fühlt sich im Bereich der Alimentenzahlungen benachteiligt - nur noch ein Drittel dagegen bemängelt nach der Scheidung die Kinderzuteilung.

### Lebenssituation geschiedener Männer

Die Wichtigkeit des Vaters für die Kinder auch nach einer Trennung ist heute in breiten Kreisen anerkannt. Die durch den Verlust des Sorgerechts bedingte Position der Abhängigkeit von der Ex-Partnerin wird dem geschiedenen Vater allerdings erst heute wirklich bewusst, da er Ansprüche an die Gestaltung der Vaterrolle anmeldet. Der Mann reagiert entsprechend seinem Rollenbild meist entweder mit Aggression und Kampf oder gekränkt mit Rückzug. Beide Reaktionen verhindern allerdings eine einvernehmliche Lösung. Das geteilte Sorgerecht, das seit dem letzten Jahr beantragt werden kann, geht zwar auf die neuen Bedürfnisse ein, doch lässt sich nicht widerlegen, dass es sich dabei um eine «Schönwetterregelung» handelt. Bei konflikträchtigen Scheidungen wird es sinnvollerweise nicht gewährt. Tritt der Konflikt erst bei bereits gewährtem gemeinsamen Sorgerecht auf, wird sich der obhutsberechtigte Elternteil durchsetzen. Die Ohnmacht auf der anderen Seite bleibt.

### Scheidungsprozess und Gesundheit der Väter

Konfliktbelastete Scheidungen können die Gesundheit geschiedener Väter noch Jahre später beeinflussen. Wenn der Mann das Gefühl hat, «den Kürzeren gezogen» zu haben oder «über den Tisch gezogen» worden zu sein, so hat das länger anhaltende Folgen. Das Empfinden, nichts bewirken zu können, nichts zur Veränderung der Lebenssituation beitragen zu können, ist noch Jahre nach der Scheidung mit körperlichen und psychischen Beschwerden verbunden. Es folgt nicht automatisch ein Normalisierungsprozess nach der Scheidung. Geschiedene Väter sind speziell in ihrer psychischen Befindlichkeit äusserst stark auf eine neue Partnerschaft angewiesen. Dies zementiert aber die emotionale Abhängigkeit von der Frau, was im Falle einer weiteren Kränkung aggressive Abwehr bis hin zu Gewaltdrohung und -anwendung hervorrufen kann.

### Lösungsansätze

Die Einrichtung von sogenannten Mediationsstellen, die zwischen den Partnern vermitteln und Lösungen verständlich machen, können hier eine Veränderung bewirken. Ziel einer solchen Vermittlung ist es, eine Vereinbarung zu treffen, bei der beiden Parteien transparent wird, dass sie jeweils etwa gleich grosse Einbussen erleiden, wenn auch in unterschiedlichen Bereichen. Oft können dabei kleine Zugeständnisse auf beiden Seiten Entspannung und Erleichterung bringen, zum Beispiel wenn der Vater etwas weniger Alimente zahlt, sich aber dafür verpflichtet, für einen mindestens gleich

hohen Betrag mit der Tochter Kleider kaufen zu gehen. So wird dem Vater die Möglichkeit gegeben, sich aktiv und prägend mitzubeteiligen, seine Rolle und die dazugehörige Verantwortung als Vater zu behalten. Er wird dieselben Ausgaben mit besserem Gefühl tätigen - ohne die durch die Kränkung und Machtlosigkeit hervorgerufenen aggressiven oder trotzigen Reaktionen.

### **Präventives Verhalten – Was kann Mann tun**

Der Mann könnte eigentlich schon im Voraus etwas tun, um für den Fall einer späteren Scheidung vorzusorgen. Sind beide Elternteile erwerbstätig und hat der Mann einen wesentlichen Teil zur Betreuung der Kinder beigetragen, dann ist einerseits die Chance grösser, dass ihm die Partnerin ein gemeinsames Sorgerecht zubilligt, andererseits entlastet es ihn finanziell im Bereich der Frauentalimente. Zudem hat er es durch die schon zuvor eigenständige Beziehung zu den Kindern nach der Scheidung leichter, den Bezug zu behalten. Erst wenn die Scheidung als Abschluss und auch als Chance zum teilweisen Neubeginn verantwortungsvoll durchlebt wird, kann auf den gemachten Erfahrungen positiv aufgebaut werden, und es entsteht Platz für Neues.

### **Wie kann man Männer unterstützen? Folgerungen für den Alltag.**

#### **Das Private aufwerten.**

- Als Arbeitgeber, Vorgesetzter, Kollege: Die Familie darf ein Thema sein am Arbeitsplatz.

#### **Kontakt von Vätern zu Kindern zu fördern.**

- Absenzen bei Krankheit der Kinder sind bei Vätern ebenso zu akzeptieren wie bei Müttern.
- Väter ermutigen, ihre Kinder dann und wann an den Arbeitsplatz mitzunehmen.

#### **Scheidung verarbeiten helfen**

Nach der Scheidung bricht für den Mann oft eine Welt zusammen. Für die Bewältigung dieses einschneidenden Lebensereignisses braucht der Mann Zeit – und Unterstützung aus dem sozialen Umfeld. Da das private Umfeld oft von der Partnerin „besetzt“ ist, ist der Arbeitsplatz für den Mann von zentraler Bedeutung.

Die einen Männer reagieren mit Mehrarbeit (Verdrängung), bei den Anderen sinkt die Leistung in der Krise.

- Wichtig ist in jedem Fall, dass die Situation vom Umfeld wahrgenommen wird – nur so kann entsprechend reagiert werden.  
Oft ist der Mann in einer Drucksituation (Forderungen von Expartnerin – Erwartungen von Firma)
- Flexible Arbeitszeitmodelle erleichtern es dem Mann, den Kinderkontakt auf eine für ihn befriedigende Art zu gestalten.  
Sozialberatung spricht Männer oft nicht an (Hilfe holen ist „unmännlich“)
- Betriebliche Sozialdienste, die bewusst und präventiv „Männerthemen“ aufgreifen (in Betriebszeitung etc.) erleichtert den Männern den Zugang. Solche „Männerthemen“ sind zum Beispiel Burnout, Scheidung, Vaterschaft, Vaterrolle (Spagat zwischen Familie und Arbeit) aber auch Sexualität oder Gewalt.

#### **Publikation**

Die im Text enthaltenen Zahlen beruhen auf einer Studie, die im Rahmen eines vom Schweiz. Nationalfonds finanzierten Forschungsprojektes durchgeführt wurde.

Das Buch «Entschieden geschieden - Was Trennung und Scheidung für Väter bedeutet» von Lu Decurtins und Peter C. Meyer (Hrsg) ist 2001 im Rüegger Verlag erschienen.

#### **Kontakt**

Lu Decurtins, Bertastrasse 35, 8003 Zürich, Tel. 01 451 28 48, [www.lu-decurtins.ch](http://www.lu-decurtins.ch),  
[info@lu-decurtins.ch](mailto:info@lu-decurtins.ch)