

Wer Kinder hat und auseinandergeht, steht vor großen Hürden: Kann man kein Paar mehr sein und trotzdem ein Team bleiben als Eltern? Ja, sagen Biggi, 41, und Tomek, 42, man kann! Aber es ist Arbeit, und die bewältigt jeder von uns auf seine ganz eigene Weise!

Trennung für Fortgeschrittene

Text
ELISABETH HUSSENDÖRFER

Fotos
VERENA MÜLLER

„Bitte such dir eine Wohnung“: Vier Jahre ist es jetzt her, dass Biggi diesen Satz sagte. Und Tomek weiß noch genau, wo er saß in diesem Moment. „Im Wohnzimmer, auf unserem roten Sofa, links.“

Zehn Jahre waren sie damals schon ein Paar, die Hälfte davon verheiratet, Eltern eines fast vierjährigen Jungen. Und wäre Tomek kurz davor gefragt worden, wie es ihm geht, er hätte gesagt: „Ich hab eine tolle Frau, einen Sohn, der Job läuft – alles super.“

Wieso Biggi so lange nicht sagte, was sie störte, warum sie alles schluckte, bis es offensichtlich kein Zurück mehr gab, hat Tomek bis heute nicht richtig verstanden. „Obwohl man so was ja öfter hört“, sagt er und wirft Biggi einen versöhnlichen Blick zu. Die beiden sitzen jetzt zusammen bei Biggi am Küchentisch, wirken entspannt: „Als Ehemann war ich so mittel, als Ex-Partner und Vater unseres Sohnes bin ich 1a“, witzelt Tomek. „Ja, das kann man so sehen“, grinst Biggi. Elias, acht Jahre alt, sitzt ein paar Meter weiter drüben und malt. Die Sonne scheint, später wollen Biggi und Tomek den Grill anwerfen und zusammen essen. Dann wird Elias Biggi einen Kuss zum Abschied geben, denn heute Nacht wird er beim Papa schlafen.

> „Als Ehemann war ich so mittel, als Ex-Partner und Vater unseres Sohnes bin ich 1a“
>
> *Tomek, Papa von Elias*

Unvorstellbar, sagt Tomek, wäre all das vor vier Jahren für ihn gewesen.

Und tatsächlich erinnert die Geschichte von Biggi und Tomek bis zum Zeitpunkt ihrer Trennung an das, was viele Paare mit kleinen Kindern erleben. „Nur noch gearbeitet hat Tomek“, sagt sie. „Ich hatte eine Familie zu ernähren“, sagt er, „darum gab ich Gas.“

Nach einem Jahr Elternzeit ging Biggi zurück in den Job, Vollzeit. „Spätestens ab da hätte ich beruflich einen Gang runterschalten müssen“, sagt Tomek, das Tempo hätte sich aber bereits verselbstständigt gehabt. Kann doch nicht sein, dass er nicht sieht, wie ich auf dem Zahnfleisch gehe, dachte sie, dass ich neben dem Job Kitakontakte, Impftermine, den Haushalt manage. „Ich will einen Mann nicht um Aufmerksamkeit bitten müssen“, sagt Biggi. „Ich will sie bekommen.“ Und so hätte sie irgendwann dichtgemacht – statt zu reden und zu sagen, was sie ändern möchte.

Tomek fühlte sich, als habe ihm jemand eins mit dem Baseballschläger übergezogen, als Biggi von Trennung sprach. „Nicht nur mein altes Leben war ja von einem Moment auf den anderen weg. Vielleicht – so fürchtete ich damals – auch bald mein Kind.“

Zunächst allerdings zog er nicht aus. Heute sagt Biggi, dass der schlimm angespannte Wohnungsmarkt vielleicht sogar eine Chance für sie war. Denn so saßen sie weiter zusammen am Tisch, brachten das Kind weiter gemeinsam ins Bett. Sechs Monate lang. Mangels Alternativen. Von einem „unfreiwilligen Übungsfeld“ sprechen die beiden. „Wir haben funktioniert“, sagt Biggi, und nie vorm Kind gestritten. „Das hätte sowieso keinen Sinn gehabt“, sagt Tomek, „ich hätte genauso gut gegen eine Wand reden können.“ „Wenn bei mir der Rollladen unten ist, ist er unten,“ sagt Biggi. Sie weiß: Das ist ein Schwachpunkt bei ihr.

Nach einem halben Jahr fand Tomek endlich eine Wohnung. „Lass uns bei einem Profi Tipps holen, wie wir das Elias erklären“, sagte Biggi und suchte eine Psychologin. Die sprach dann vom „Liebhaben“ und vom „Verliebt-Sein“ und dass auch schon kleine Kinder den Unterschied verstehen: „Sagen Sie, dass Ersteres weiter gilt für Sie.“ Das taten Biggi und Tomek: „Es war eine ziemliche Herausforderung“, sagt er. Andererseits: Eine Ehe war zerbrochen. Nicht weniger, aber eben auch nicht mehr. „Ich hab nie gesagt, dass Tomek ein schlechter Mensch ist“, sagt Biggi. „Ich mag den Papa“, sagte sie zu Elias.

Doch zunächst half Elias das nur bedingt: In der ersten Zeit, nachdem sie ihm von Tomeks bevorstehendem Auszug erzählt hatten, flog Spielzeug, und es kamen scheinbar grundlos Wutausbrüche.

Der Klassiker, würden Fachleute sagen: Kinder suchen die Schuld für die Trennung ihrer Eltern immer erst mal bei sich, und das macht sie aggressiv – oder depressiv.

Am Anfang lief die Versöhnung über den Kopf

Kinder können diesen Stress aber auch bald wieder loswerden, weiß Tomek. Und dann erzählt er von Dienstplänen, die Biggi und er aufeinander abgestimmt hatten, von Wochenenden mit dem Kind, bei denen sie sich abwechseln wollten, und von einem dieser Samstage kurz nach dem Auszug. „Da wäre Elias eigentlich bei mir gewesen“, sagt Biggi. „Dann aber passierte etwas, womit Tomek nicht gerechnet hatte und vielleicht auch Biggi nicht. Sie rief ihn an. „Wollen wir zusammen in den Park gehen? Zu dritt?“

„Kopfgesteuert“ sei sie das Ganze angegangen, sagt sie jetzt. Etwas hatte sich verschoben in ihrem Inneren, seit Tomek ausgezogen war. Ein bisschen so, als hätte sie den runtergelassenen Rollladen wieder raufgezogen.

Zu dritt auf einer Wippe sitzen, Lamas füttern, Eis essen. Oder auch: sich mit Tomek für Spielenachmittage treffen oder zum Brunchen im Café: „Es war die Mama von Elias, die so was von da an öfter gemacht hat“, sagt Biggi, „nicht die Ex von Tomek. Die hätte das nicht geschafft. Bei der hätten jederzeit die verletzten Gefühle und Enttäuschungen hochkochen können.“

Tomek ist es bis heute etwas fremd, wie Biggi tickt, dass sie sich so „über den Kopf“ steuern kann. „Ich bin ein Gefühls- →



mensch“, sagt er und erzählt, wie er tagelang alles andere ausgeblendet hat, nachdem er Elias damals zum ersten Mal als warmes, in Frottee gewickeltes Bündel gehalten hatte.

Ähnlich glücklich habe er sich auch an diesem ersten gemeinsamen Samstag nach der Trennung im Park gefühlt. Verblüffend sei es gewesen, die Fröhlichkeit von Elias zu sehen. „Schiebt eure Egos beiseite“, hatte die Psychologin gesagt. „Und werft ab und an mal euren Plan über Bord. Das hilft, wenn es dem Kind gut tut. Offensichtlich gelang es ihnen, den Rat der Psychologin zu erinnern. Ihm übers Herz, ihr über den Kopf. Pure Selbstlosigkeit? Sie überlegen. Sagen dann einhellig: „Nein, das allein ist es nicht.“

Läuft da wieder was?, munkeln die Freunde

„Wenn eine Familie zerbricht, geht was verloren, nicht nur fürs Kind“, sagt Biggi – schon an den ersten Tagen allein mit Elias sei ihr das klar geworden. Und auch Tomek sagt, dass es cool sei, mit seinem Sohn Borussia-Spiele zu schauen oder über sein neues Motorrad zu fachsimpeln, „aber auf die Dauer fehlt was, nur mit uns zweien.“ „Die bunte, wechselnde Dynamik einer Familie fehlt“, bringt es Biggi, die mit sechs Geschwistern aufgewachsen ist, auf den Punkt.

Also alles wie im Bilderbuch für glücklich Geschiedene mit Kind jetzt?

> „Die bunte, wechselnde Dynamik einer Familie – das fehlte mir“
>
> *Biggi, Mama von Elias*

Von außen sieht es manchmal so aus: „Geht da wieder was?“, wird gemunkelt, wenn Biggi und Tomek zusammen beim Schulfest auftauchen, obwohl doch jeder weiß, dass sie getrennt sind. „Ist doch blöd, dass es nur schwarz und weiß gibt in den Köpfen der Leute“, sagt Tomek, über den auch die Kumpels schon den Kopf geschüttelt haben. Als er Biggi vor einer Weile beim Schreiben von Bewerbungen half etwa. Oder auch: Möbel schleppte, als sie umgezogen ist. „Für manche mach ich mich zum Deppen“, sagt er. Dabei profitiere doch auch Elias von einer Mutter, die ein zufriedenes Leben hat.

Es sei nicht so einfach, wie es scheine, sagen sie beide, hier am Küchentisch. Zum Beispiel am Muttertag. Nett würde Biggi es finden, dann von Elias ein paar Blümchen hingestellt zu bekommen oder was Gebasteltes. „Aber Tomek habe diese Art

von Aufmerksamkeit nicht auf dem Zettel – und Elias dann eben auch nicht.“ Wer spricht da jetzt genau? Möchte man fragen. Biggi, die Mutter? Oder Biggi, die Ex?

Tomek redet von „Triggern“, die ihn manchmal auf die Palme bringen: „Zum Beispiel ihre Art, alles ausdiskutieren zu wollen.“ Kann sein, dass er in der Küche steht und für Elias und sich ein Spiegelei brät und dass in dieser Viertelstunde der Fernseher läuft. Fernsehen schadet, findet Biggi – und es kann sein, dass sie einen Vortrag hält, wenn sie es hinterher mitbekommt. Aber 15 Minuten doch nicht, denkt Tomek sich. Und dass auch ihre Sturheit und Kompromisslosigkeit die Beziehung an den Rand brachte.

Wie es weitergeht, ist völlig offen

„Ich hoffe, du erbst mal meine Offenheit und Weitsicht und den Ehrgeiz und Perfektionssinn deiner Mutter“ – auch so was sagt Tomek jetzt öfter zu Elias, auch das Letzte klingt nicht konstruiert für ihn. „Heiratetest du noch mal?“ „Eher nicht,“ antwortet er, wenn Elias so fragt. „Und wenn, dann nicht Biggi.“

Wie eine neue Partnerschaft laufen könnte, ob so eine Patchworkfamilie funktionieren würde, steht in den Sternen. Andererseits: Mit Elias’ wachsender Selbstständigkeit wird sich manches von selbst ergeben.

Für ihn ist es inzwischen völlig normal, Teil zweier komplett verschiedener Kosmen zu sein. Hier die lässige Männerfreundschaft mit Bergtouren und Fußball. Da der Theaterbesuch, der Tennisclub, die „gute“ Erziehung – beides darf sein, ohne besser, ohne schlechter.

Toll, finden Biggi und Tomek, wie ihr Kind sich entwickelt. „So offen, so vorurteilsfrei.“ Nur einmal, vor zwei Jahren, als Elias eingeschult wurde, war es kritisch, sagt Tomek. Einen Tag hier, einen da, das Modell funktionierte nicht mehr, Kinder bräuchten Heimat, fand Biggi und wünschte sich, dass Elias unter der Woche überwiegend bei ihr lebte.

Kurzzeitig, sagt Tomek, sei da dann doch dieser Impuls gewesen, das Tau zu greifen, zu ziehen und zu rufen: Nein, das ist mein Kind! Doch er widerstand und willigte ein. Einmal unter der Woche schläft Elias jetzt bei ihm, einmal essen sie zusätzlich als Familie zu Abend.

„Ich hoffe, genauso loslassen zu können, wenn Elias 15 ist – und dann vielleicht mehr den Papa will,“ sagt Biggi.

Was Elias in Zukunft will? „Werden wir sehen“, sagen die beiden. Neulich hatte er einen Kumpel mitgebracht zu Tomek. Und als der entsetzt war, wieso Elias’ Eltern nicht zusammen sind, antwortete der: „Wieso fragst du so blöd? Die sind eben nicht verliebt, oder?“

Das hilft getrennt lebenden Eltern – und ihrem Kind:



Gibt Denkanstöße: Ursula Kodjoe, Diplom-Psychologin, Familientherapeutin und Mediatorin (www.ursula-kodjoe.de)

- Machen Sie sich klar, dass Sie Ihrem Kind mit der Trennung Schmerz zugefügt haben und dass es einen noch größeren Schmerz bedeuten würde, wenn es darin stecken bleiben müsste.
- Zeigen Sie: Du hast weiterhin beide, deinen Papa und deine Mama. Dann werden Verlassenheitsängste nicht übermächtig.
- Vermeiden Sie Schuldzuweisungen: Denn die ersticken die Dankbarkeit und Freude über das gemeinsame Kind, das größte Geschenk, das sich das Paar machen konnte und das auch durch die Trennung nicht kleiner wird.
- Veranstalten Sie kein Wetteifern: Wer ist der wichtigere, bessere Elternteil? Fragen Sie sich lieber, was Sie auch nach der Trennung weiterhin verbindet, nämlich: die Angst davor, die Liebe des Kindes zu teilen oder es gar an den anderen zu verlieren.
- Werten Sie den Partner nicht ab: Das bringt das Kind in Loyalitätskonflikte. Es mag Elternteile geben, die besser kochen, besser organisieren, besser rumblödeln können. Aber sie sind deswegen nicht per se besser. Derjenige ist gut, der erkennt, wie wichtig auch der andere Elternteil fürs Kind ist, der diese Beziehung entsprechend fördert. Auch dann, wenn der andere vielleicht Dinge unternimmt, die man selbst nie tun würde ...
- Holen Sie sich professionelle Unterstützung: Damit geht die Bewältigung einer Trennung mit Kind schneller, und man gewinnt wertvolle Zeit für die neue Lebensphase. Eine Anlaufstelle ist die Bundesarbeitsgemeinschaft Familienmediation (www.bafm-mediation.de).

FOTOS: iStock/filadendron, privat