

WANN IST EINE PARALLELE ELTERNSCHAFT SINNVOLL?

Aus Sicht der Kinder:

Wenn Eltern hoch zerstritten sind, spüren Kinder Spannungen zwischen ihren Eltern sehr viel früher und stärker, als Erwachsene oft wahrhaben möchten. Wenn Konflikte über längere Zeit hochkochen oder die Kommunikation nur noch aus Vorwürfen, Misstrauen oder Rückzug besteht, geraten Kinder in einen inneren Konflikt, den sie alleine nicht lösen können. Für sie bedeutet ein elterlicher Streit nicht blass unterschiedliche Meinungen – er bedroht ihr Gefühl von Sicherheit, Zugehörigkeit und Stabilität. Kinder sind an den Veränderungen beteiligt, die in einer Familie vorgehen.

Wie Kinder unter anhaltenden Konflikten leiden:

- ⊕ **Loyalitätskonflikte:** Kinder fühlen sich hin- und hergerissen, weil sie beide Eltern gern haben. Sie möchten niemanden enttäuschen und geraten dadurch unter erheblichen inneren Druck.
- ⊕ **Angst und Unsicherheit:** Häufige Streitigkeiten schaffen ein Klima, in dem sich Kinder nicht mehr sicher fühlen. Sie fragen sich, was als Nächstes passiert, und entwickeln Sorgen, die sie selten offen aussprechen.
- ⊕ **Emotionale Belastung:** Traurigkeit, Schuldgefühle, Wut oder Rückzug sind typische Reaktionen. Viele Kinder geben sich selbst die Schuld für die angespannte Situation.
- ⊕ **Beeinträchtigte Entwicklung:** Dauerstress kann Schlaf, Konzentration und schulische Leistungen beeinträchtigen. Auch das Vertrauen in Beziehungen kann langfristig leiden.
- ⊕ **Übernahme von Verantwortung:** Manche Kinder versuchen zu vermitteln oder „stark“ zu sein, um die Eltern zu entlasten. Diese Rollenumkehr überfordert sie und nimmt ihnen ein Stück Kindheit.

Was Kinder jetzt besonders brauchen:

Kinder benötigen das sichere Wissen, dass beide Eltern sich verlässlich um sie kümmern – unabhängig davon, wie die Partnerschaft verläuft. Sie brauchen klare Strukturen, eine wertschätzende Kommunikation und das gemeinsame Ziel der Eltern, das Wohl des Kindes über persönliche Konflikte zu stellen.

Angebot Mediation:

Wir unterstützen Eltern dabei, aus destruktiven Mustern auszusteigen, den Fokus auf ihre Kinder nicht zu verlieren und tragfähige Lösungen zu finden. Damit Kinder nicht zwischen Fronten geraten, sondern in Zukunft in einem Umfeld aufwachsen können, das ihnen Sicherheit, Orientierung und Zuversicht gibt.

Gerne verweisen wir zusätzlich auf die Kurse «Kinder im Blick»: www.kinderimblick.ch

Parallele Elternschaft – Eine entlastende Struktur für hochstrittige Situationen

In manchen Trennungssituationen ist die Kommunikation zwischen den Eltern so stark belastet, dass gemeinsame Absprachen kaum möglich sind. Genau hier setzt das Konzept der *parallelen Elternschaft* an. Es schafft eine klare und verlässliche Struktur, in der beide Eltern weiterhin Verantwortung übernehmen können – ohne dass das Kind den Konflikten ausgesetzt wird.

Parallele Elternschaft bedeutet, dass sich die Eltern in ihrem Alltag möglichst unabhängig voneinander organisieren. Abmachungen zu Betreuungszeiten, Übergaben und Entscheidungsbereichen werden eindeutig festgelegt, damit unnötige Kontaktpunkte vermieden werden. Die Kommunikation erfolgt sachlich, schriftlich und nur zu den Themen, die für das Kind tatsächlich relevant sind.

Für das Kind entsteht dadurch spürbare Entlastung: Es erlebt weniger Streit, weniger Spannungen und kann in beiden Haushalten zur Ruhe kommen. Parallelle Elternschaft ist kein Rückzug aus der Verantwortung, sondern eine Form, das Kindeswohl in den Mittelpunkt zu stellen, wenn Kooperation momentan nicht gelingen kann. Sie bietet einen stabilen Rahmen, der Sicherheit schafft – und Raum, damit sich Beziehungen langfristig wieder entspannen können.