HANTINGER
MAG. WERNER C. HANTINGER

Büro: LSB **STUDIO**, Schloss Ehrenhausen
Suppanstraße 69 / 1, 9020 Klagenfurt
0664 92 11 499 | office@hantinger.at

Darf ich Oma und Opa besuchen?

Die Rolle von Großeltern nach Trennungen

Den Großeltern kommt nach Trennungen eine nicht zu unterschätzende Rolle zu. Häufig vergessen Paare auf diesen Umstand und das führt erfahrungsgemäß immer wieder zu Konflikten und Unklarheiten. Für die Kinder ist das in den meisten Fällen völlig unverständlich, denn für sie handelt es sich nicht um die Eltern der Elternteile, sondern um ihre Omas und Opas. Und selbstverständlich haben Kinder auch nach Trennungen ein Recht auf Oma und Opa – wie auch in aufrechter Partnerschaft.

In der Erwachsenenwelt stellt sich die Dynamik häufig komplizierter dar. Im Normalfall wissen die Großeltern, wo Sie nach einer Trennung zu stehen haben – nämlich hinter ihren Kindern. Die Familiensysteme finden wieder in ihre ursprünglichen Positionen – mit dem Unterschied, dass die Enkelkinder eine Sonderposition eingenommen haben. Schwierig wird es, wenn sich die Eltern des getrennten Paares in die Trennung einmischen und sich dann noch auf die Seite der Ex-Schwiegertochter oder des Ex-Schwiegersohns stellen (und damit die Loyalität zu den eigenen Kindern aufs Spiel setzen).

In der Beratungspraxis gibt es beispielsweise Fälle, wo sich die Eltern des Mannes kurz nach einer schwierigen und konfliktreichen Trennung mit der Ex-Schwiegertochter solidarisieren. Es gibt fröhliche Treffen bei Kaffee und Kuchen in der Wohnung der Frau und gemeinsame Theaterbesuche (inklusive neuem Partner der Ex-Schwiegertochter), während die Kindern vom Vater (also dem eigenen Sohn) betreut werden. Das eine solche „Solidarisierung mit der Gegenseite“ nicht hilfreich ist für das Gesamtsystem, liegt auf der Hand. Dass damit auch ein Loyalitätskonflikt zum Sohn produziert wird ebenso.

Tipps für Omas und Opas nach einer Trennung:

- Machen Sie sich klar, wo Sie stehen – in halbwegs gesunden Familiensystemen sollte ihr Platz logischerweise bei / hinter ihrer Tochter bzw. ihrem Sohn sein. Das bedeutet nicht, dass Sie sich direkt an Konflikten des getrennten Paares beteiligen! Seien Sie einfach als Eltern da, hören Sie zu, trösten Sie und unterstützen Sie ihr Kind.

- Auch für Sie findet ein Rollenwechsel statt – verabschieden Sie sich von der Rolle der Schwiegereltern und leben Sie die Rolle von Oma und Opa aktiv und für die Enkelkinder.
- Sie müssen den Enkelkindern die Trennung nicht erklären – das ist die Aufgabe der Eltern. Seien Sie als Oma und Opa für die Enkel da.
- Wenn die Kinder das Thema Trennung belastet, während sie bei Ihnen sind, dann fangen Sie möglichst gut auf, indem Sie den Kindern Schuldgefühle nehmen und ihnen eine Auszeit – ein Stück „Normalität“ bei den Großeltern ermöglichen.
- Mischen Sie sich niemals ein – es wird erfahrungsgemäß schlimmer.

Diese Tipps dienen als Anregung – entwickeln Sie stabile und nachhaltige Vereinbarungen für Ihre jeweilige Lebenssituation und versetzen Sie sich dabei immer in die Sichtweise der Kinder. Ihre eigenen Bedürfnisse als Erwachsene haben Nachrang.