

KIND & KEGEL

TIPPS

Bücher sind für Kinder immer eine gute Idee: Wir stellen die schönsten Neuerscheinungen vor für Kinder zwischen zwei und zwölf Jahren. Außerdem gibt es hier im Wechsel Spieletipps und Bücher für Eltern.

Vorlesen

Die Vogelperspektive scheint oftmals eine gute Position, um Neues zu entdecken oder etwas größere Einblicke zu bekommen. Der kleine Vogel in Frann Prestons-Gannons schön illustriertem Kinderbuch möchte die Menschen kennenlernen, wissen, was das für Leute sind. Doch die Mutter kann leider nichts über sie sagen, weil sie sich immer von den Menschen ferngehalten hat. Also beschließt das Vögelchen, sich aufzumachen auf eine Entdeckungsreise: rein ins Ungewisse und die Widersprüche. SETZ



Frann Preston-Gannon: **Vögelchens Reise**
Minedition,
ab 3 Jahre, 18 Euro.

Lesen

Wer nun wirklich mit seinem Wissen zur Fußball-EM glänzen will, dem sei dieses Buch empfohlen. Kein Geringerer als Oberauskenner Arnd Zeigler hat jetzt ein tolles Kinderbuch veröffentlicht: Hier erklärt der TV- und Radio-Moderator, was es alles gibt auf dem Rasen: Was ist ein Angstgegner? Und was Pressing? Ist ein Fallrückzieher eine artistische Einlage? Philip Waechter hat die fundierten, unterhaltenden Texte perfekt illustriert. Wer das gelesen hat, traut sich mitzureden. NJA



Arnd Zeiglers **wunderbares Fußballbuch**
Klett Kinderbuch,
ab 8 Jahren, 16 Euro.

Analoges Spielen

Am Tisch in die Rolle von Angreifern und Verteidigern beim Fußball zu schlüpfen. Einfach würfeln und den Ball dem Ergebnis entsprechend auf dem Spielfeld bewegen. Wer Pech hat, würfelt einen Fehlpass und verliert den Ball an den Gegner. Eigentore, Fouls und andere Ärgernisse sind ebenfalls möglich. Besonders spannend sind die Strafraum-Szenen: Schafft der Angreifer einen Treffer oder kann der Verteidiger mit einem Würfelwurf das Tor verhindern? TAN



Super Goal!
CreativaMente/
Carletto, 2 Spieler,
ab 6 Jahren,
rund 15 Minuten,
circa 15 Euro.

Für Eltern

Nach der Geburt braucht der Körper einer Mutter mehrere Wochen Zeit, um sich von den Strapazen der Schwangerschaft und Geburt zu erholen. Die Hebamme und siebenfache Mutter Kerstin Lüking macht Frauen Mut, sich selbstbewusst diese Pause zu gönnen. Die Themen des praxisnahen Ratgebers reichen von der Vorbereitung des Wochenbetts über Unterstützung aus der Naturheilkunde bis hin zum Umgang mit Geschwisterkindern. SIS



Kerstin Lüking:
Königin im Wochenbett
Südwest, 18 Euro.



Foto: Adobe Stock/sakst

Eltern ja – Paar nein

Trotz Trennung als Familie weiterhin in einer WG zusammenzuleben ist sehr herausfordernd. Was Experten von diesem Modell halten.

VON
SANDRA MARKERT

Sie wohnen unter einem Dach, machen gemeinsame Ausflüge und Urlaube mit den Kindern – haben sich als Paar aber getrennt. Karola und Johannes Kwella leben nach vielen Jahren Beziehung als sogenannte Eltern-WG zusammen. „Wir möchten gleichermaßen für die Kinder da sein. Wir wollen nicht, dass sie sich zwischen Elternteilen entscheiden müssen“, erklärt Karola Kwella die Entscheidung, sich zwar emotional, nicht aber räumlich zu trennen. Über ihre Erfahrungen mit dem Lebensmodell berichten die beiden regelmäßig in einem Podcast. „Es gibt heute so viele Formen von Familie. Warum sollen wir nicht einen neuen Weg wagen?“, so Karola Kwella.

Wirklich neu ist das Modell nicht. „Auch früher schon haben viele Paare jahrelang nur noch nebeneinander gelebt, hatten Affären oder neue Partner, aber vielleicht nicht die Möglichkeit, sich zu trennen“, sagt Dorothea Behrmann, Paartherapeutin und Trennungsexpertin aus Hamburg. Neu sei eher, sich bewusst für dieses Lebensmodell zu entscheiden, dies auch nach außen zu kommunizieren und das unter dem Begriff „Eltern-WG“ oder „Familien-WG“.

In ihrem Arbeitsalltag erlebt die Trennungsexpertin dennoch weiterhin sehr wenige Paare, die sich für das WG-Modell entscheiden. Bei den meisten Trennungen bleiben die Kinder bei einem Partner wohnen (Residenzmodell) oder werden wechselweise betreut, entweder in getrennten Wohnungen (Wechselmodell) oder in einer Wohnung, in der die Kinder bleiben und die Eltern abwechselnd leben (Nestmodell).

„Eine Eltern-WG ist für ein getrennt lebendes Paar das mit Abstand anspruchsvollste Modell“, erklärt Dorothea Behrmann. „Weil eine Trennung dafür wirklich harmonisch und einvernehmlich verlaufen muss und das ist bei den wenigsten der Fall.“ Oft würde zumindest einer noch an der Beziehung hängen und sich bei einem WG-Modell weiterhin Hoffnungen auf eine Wiederaufnahme machen. „Hinzu kommt die große Herausforderung, dass Distanz und Abstand fehlen, die für eine Trennung aber sehr wichtig sind“, sagt Dorothea Behrmann. Auch Trennungskoach Christina Rinkl aus Frechen bei Köln er-

lebt nicht viele Paare, bei denen eine Eltern-WG wirklich infrage kommt. „Die wichtigste Voraussetzung, dass das funktionieren kann, ist, dass noch ein großes Maß an Freundschaft und Verständnis füreinander da ist.“

In der Regel trenne man sich aber ja genau aus dem Grund, dass es unüberwindbare Differenzen gebe, zu viel Ärger und Streit, viele Kränkungen und Verletzungen passiert seien, so Rinkl. „Klappen kann das eigentlich nur, wenn man sich allein als Paar auseinandergelebt hat, sich als Menschen aber noch sehr gut versteht.“

Bei Karola und Johannes Kwella war genau das der Fall. „Seitdem wir den Druck der Partnerschaft herausgenommen haben, haben wir eine viel harmonischere Beziehung zueinander“, sagt Karola Kwella. Als Eltern seien die Herausforderungen heutzutage so vielschichtig – zwei arbeitende Elternteile, den Kindern gerecht werden, dabei eigene Themen aufarbeiten, dem Haushalt nachkommen und sich dabei nicht als Paar zu verlieren. „Als nun der Paaraspekt weggefallen ist, haben wir endlich mehr Zeit für die so wichtige Selbstfürsorge integriert und es geht uns besser denn je“, sagt Karola Kwella.

Auch die Aufgabenverteilung innerhalb der Familie sei nun ausgeglichener, „weil wir als Team nun noch besser

darauf achten“. Und gerade die Kinder würden es genießen, dass ihre Eltern nun wieder in Leichtigkeit miteinander umgehen könnten – und die Trennung vor allem nicht die einschneidenden Veränderungen mit sich brachte, welche sie von Schulkameraden kennen.

Neben der Schwierigkeit, eine eigene Wohnung zu finden, sowie finanziellen Aspekten sind Kinder den Expertinnen zufolge der Hauptgrund, aus dem heraus getrennte Paare sich dafür entscheiden, als WG weiterzuleben. „Kinder wollen immer so wenig wie möglich Veränderungen, sie lieben bekannte Rituale. Wenn es die Eltern also wirklich hinbekommen, harmonisch weiterhin unter einem Dach zu leben, kann die WG für sie tatsächlich ein sehr gutes Modell sein, zumal tägliche Absprachen rund ums Familienleben einfacher sind“, sagt Dorothea Behrmann. Gebe es dagegen weiterhin viel Streit oder seien die Eltern unglücklich mit dem eingeschlagenen Weg, etwa weil sie eigene Bedürfnisse zu weit hintenstellen müssten, rät sie auch Familien eher zu einer richtigen Trennung.

Was Eltern ebenfalls bedenken sollten: Solange sie weiterhin unter einem Dach leben, nährt das bei den Kindern die Hoffnung, dass die Trennung vielleicht doch keine endgültige ist. „Taucht dann ein neuer Partner auf, wird das natürlich zur Herausforderung“, sagt Dorothea Behrmann.

Einerseits eine Trennung zu verarbeiten, sich zu distanzieren, zu einem eigenen Leben zurückzufinden und sich vielleicht neu zu verlieben – und andererseits räumlich weiterhin an den alten Partner gebunden zu sein, sieht auch Christina Rinkl als die größte Herausforderung einer Eltern-WG. „Ich erlebe diese Art des Zusammenlebens deshalb sehr oft nur als Modell auf Zeit. Sobald ein neuer Partner dazukommt, wird es sehr kompliziert und die Eltern-WG wird oft aufgelöst.“

Auch bei Familie Kwella war das hautnahe Miterleben von neuen Dates sehr schmerzhaft. „Wenn ein geliebter Partner sich freut, sich für Dates vorbereitet und man weiß, was er gerade tut und gleichzeitig noch Gefühle vorhanden sind, ist ein fehlender Abstand schon ein hartes Unterfangen. Damit lernen wir gerade umzugehen“, sagt Karola Kwella. Ein Ende der Eltern-WG sehen sie darin bislang jedoch nicht. „Die Familie behält weiterhin ihre Priorität“, so Karola Kwella.

„Wir wollen nicht, dass die Kinder sich zwischen Elternteilen entscheiden müssen.“

KAROLA KWELLA
LEBT IN EINER ELTERN-WG

INFO

So gelingt die Eltern-WG

Paartherapeutin und Trennungsexpertin Dorothea Behrmann empfiehlt Paaren, die das Modell Eltern-WG für sich in Betracht ziehen, unbedingt eine professionelle Begleitung. „Denn Konfliktsituationen fallen ja nicht einfach dadurch weg, weil man sich für ein anderes Lebenskonzept entscheidet.“

Für wichtig hält sie außerdem, dass es genügend Platz für beide Partner gibt – räumlich durch ein eigenes Zimmer und emotional durch Zeit für sich –, wo Emotionen wie Wut, Schmerz und Verlastung ihren Raum finden können, die mit jeder Trennung einhergehen.

Einer der vielleicht wichtigsten Punkte: „Paare müssen sich auch ehrlich die Frage stellen, ob sie mit dem Modell nicht nur etwas vermeiden wollen, näm-

lich einen endgültigen Abschied, die Angst vor den Schmerzen und Herausforderungen, die jede echte Trennung mit sich bringt, oder auch Schuldgefühle den Kindern gegenüber“, so Behrmann. Kurz: Schummelt man sich nur um eine echte Trennung und den schmerzhaften Prozess herum, der nun mal dazugehört – oder steht man wirklich hinter dem WG-Modell?

Zudem rät Behrmann zur Offenheit, das Modell erst einmal für ein paar Monate auszuprobieren und sich in dieser Zeit regelmäßig zusammzusetzen und zu besprechen, was gut oder nicht so gut läuft, am besten als Familienkonferenz mit den Kindern. Und wenn die WG nicht klappt: keine Angst vor einer Trennung auch mit Kindern. „Kinder wollen am Ende vor allem glückliche Eltern“, sagt Dorothea Behrmann. MAR