

Auszug aus „Kinderherz“ (Textbeiträge gesamt: 38)

1. Teil | Professionen

Jürgen Rudolph „Cochemer Praxis“	Seite 2
Bruno Köhler „Ist Deutschland reif für den erziehenden Mann? – Hemmnisse für Väter und Männer, die erziehen wollen“	Seite 7
Astrid von Friesen „Trennungskinder klagen an! – Die Geschichte eines 17jährigen Jungen“	Seite 11
Jörg Stanko „Das Post - Papawochenendensyndrom“	Seite 15

2. Teil | Autoren und Musiker

Dirk Rotzsch „Kriegsweihnacht“	Seite 17
Jennifer Sonntag „Lieber Papa“	Seite 20
Hauke von Grimm „Mutter“ und „VaterBruderSohn“	Seite 21
Michael Pfennig „Der Cochemer Weg“ (Songtext)	Seite 22

3. Teil | Betroffene

Peter Tholey „Depression bei Trennungsvätern“	Seite 23
Charlotte G.* „Brief einer Großmutter an eine Initiative“	Seite 30
Günther Mühlbauer „Steh-auf-Väterchen“	Seite 33
Alexa* „Vaterherz“	Seite 35

Teil 1 | Professionen

Jürgen Rudolph „Cochemer Praxis“

I.

Vorbemerkung: Menschenskind in Deutschland

1.

Anders als in Gesellschaften mit einer langen demokratischen Tradition, die sich diese in der Regel selbst erkämpfen mussten, wurde den Deutschen gegen ihren Willen die Demokratie aufgenötigt. Die Lebenserfahrung zeigt, dass Dinge, die - gegen den Willen des Bedachten - geschenkt werden, nicht in dem Umfange geschätzt und verteidigt werden, wie solche, die mühselig errungen wurden. Das erklärt unter anderem auch, dass das Grundgesetz seit seiner Verfassung bereits zahllose, zum Teil substanzielle (z. B. Art. 16 GG) Veränderungen hinnehmen musste. Die Forderungen nach Änderungen werden in immer kürzeren Abständen erhoben und sind zwischenzeitlich beliebig geworden.

Zur Disposition wird die Verfassung auch gestellt, um ihr „Kinderschutz“ zu implantieren, als wenn es sich um ein Phänomen wie „Artenschutz“, „Tierschutz“ und „Umweltschutz“ oder gar „Minderheitenschutz“ handelt. Ein solches Bewusstsein unterstellt, dass Menschen in ihrer Kindheit durch die Verfassung nicht geschützt sind, d. h. keine Träger von Menschenrechten seien.

2.

Dieses Bewusstsein scheint Ausdruck eines gesellschaftlichen Grundverständnisses zu sein, welches sich an Hierarchien orientiert und das Leben Erwachsener über das von Kindern stellt. Ein solches Verständnis widerspricht indessen der Aussage des Art. 1 des Grundgesetzes, welcher formuliert: „Die Würde des Menschen ist unantastbar.“ Damit sind alle Menschen gemeint, auch in ihrer Kindheit. Nicht die Verfassung muss geändert werden, sondern diese Bewusstseinshaltung.

Es geht mithin um den grundsätzlichen Respekt der Menschen untereinander und voreinander, unabhängig davon, in welcher Lebensphase sie sich befinden.

II.

Die Grundlagen, Arbeitsweisen und Zielsetzungen einer entsprechend notwendigen interdisziplinären Kooperation sind daher wie folgt zu beschreiben:

1.

Das Ziel: Wiederherstellung gemeinsamer elterlicher Handlungsfähigkeit auch in hochstreitigen Fällen.

Diese Zielsetzung orientiert sich nicht an der familiären Situation vor der Trennungsphase, sondern an den Möglichkeiten der neuen Lebenssituation der Eltern. Es handelt sich deshalb um eine sehr bescheidene Zielsetzung, nämlich, die Eltern wegen der minimalsten Belange der Kinder wieder miteinander ins Gespräch zu bringen. Als Ergebnis – auch eines gerichtlichen Verfahrens – soll eine Entscheidung stehen: die Entscheidung der Eltern. Aufgrund der Erfahrungen aller Professionen konnte indessen festgestellt werden: Eltern, deren Sichtweise von einem hochstreitigen, sie ihrer elterlichen Autonomie beraubenden Paarkonflikt bestimmt wird, sind häufig nicht in der Lage, die Interessen und Wünsche ihrer Kinder (Kinderperspektive) wahrzunehmen und können ihnen daher auch nicht entsprechen. Um den Eltern eine Änderung ihrer Sichtweise zu ermöglichen, hatten auch die mit dem Familienkonflikt befassten Professionen ihre Sichtweise zu ändern und an der Kinderperspektive zu orientieren.

2.

Der Weg: Konkrete Umsetzung der Vernetzung.

Der Arbeitskreis begann sodann mit der umgehenden Realisierung des Netzwerks, indem sämtliche Beteiligte übereinkamen, als Ansprech- und Mitwirkungspartner für jede andere Profession unmittelbar zur Verfügung zu stehen. Das unter der Zielsetzung eines elterlichen Minimalkonsenses nunmehr von den Professionen gebildete Netz bestimmte fortan die Bedingungen des elterlichen Konfliktes; d.h. die Professionen – und damit auch die Kinder – waren nicht mehr Instrumente der streitenden Eltern, sondern übernahmen ihrerseits die Konfliktsteuerung.

3.

Die Methode: Verzahnung der Kompetenzen und Leistungen.

Unter dem gemeinsam gesteckten Ziel hatte somit jede Profession die Möglichkeit, jederzeit auf die Kompetenzen und Leistungen der jeweils anderen Profession zuzugreifen. Wenn beispielsweise Mütter oder Väter im eskalierenden Konflikt anwaltliche Hilfe in Anspruch nehmen, fordern die

Anwälte schon im Vorfeld des gerichtlichen Verfahrens die Eltern auf, die Unterstützungsangebote der Beratungsstellen bzw. des Jugendamtes wahrzunehmen. Soweit in diesem Stadium bereits beide Elternteile durch Anwälte vertreten sind, sind diese dazu übergegangen, sich direkt miteinander in Verbindung zu setzen, um die Eltern zu entsprechenden Verhaltensweisen zu ermuntern. Diese Initiative der Anwälte hat dazu geführt, dass zahlreiche streitende Eltern, bevor es zu einem gerichtlichen Verfahren kommt, die Beratungsangebote des Jugendamtes bzw. weiterer Beratungsstellen abfragen. Infolgedessen werden zumindest in einem Teil der Streitigkeiten Gerichtsverfahren vermieden. Soweit in den übrigen Konfliktfällen das Familiengericht angerufen wird, kann die bereits von den Eltern in Anspruch genommene Beratungshilfe in das Verfahren integriert werden. Setzen sich die Eltern indessen vor der Beauftragung eines Rechtsanwalts mit einer der übrigen Institutionen/Professionen, z. B. einer Beratungsstelle oder dem Jugendamt, in Verbindung, so werden sie bereits hier neben der ihnen gewährten Hilfe zur Konfliktlösung über die Funktion und das Zusammenwirken der zu beteiligten Professionen und deren Zielsetzung informiert.

4.

Das Zeitmoment: Frühe Intervention.

Unter allen wesentlichen Elementen der hier beschriebenen Arbeitsweise ist die frühe Intervention das Wichtigste. Kinder werden jeden Tag einen Tag älter und jeder Tag im Elternkonflikt ist ein Tag zuviel. Daher hat im Falle der Inanspruchnahme familiengerichtlicher Hilfe unverzüglich, d.h. spätestens nach 2 Wochen, eine gerichtliche Erörterung stattzufinden, in welcher eine Lösung zumindest vorbereitet wird.

5.

Die Grundlage: Gleichwertigkeit der jeweiligen Leistungen.

Die mit dem Elternkonflikt befassten Professionen und Institutionen, nämlich Beratungsstellen, Jugendamt, Anwälte, Familiengericht sowie Sachverständige, können sich unter den Vorgaben der in Cochem getroffenen Konvention in nahezu idealer Weise ergänzen. Aus diesem Grunde ist die Qualität der von allen Professionen zu erbringenden Beiträge als gleichwertig zu erachten. Diese Einschätzung ist Grundlage der Verzahnung der jeweiligen Kompetenzen und steht auch nicht im Widerspruch zu den unterschiedlichen Funktionen und Aufgabenstellungen der beteiligten Institutionen und Professionen. Dies folgt bereits aus der Erkenntnis, dass bei fehlender Mitwirkung auch nur einer der erwähnten Professionen das restliche Netz

nicht mehr funktionsfähig und damit die hier beschriebene Praxis nicht mehr umsetzbar ist. Das Wissen um die Grenzen der jeweils eigenen Kompetenzen sowie um die damit verbundenen großen Chancen der jeweils anderen Kompetenzen bestätigt diese These: Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.

Zur Verdeutlichung kann man den Vergleich mit einem Automobil heranziehen: Dem Familiengericht kommt dabei die Funktion des Motors zu. Fehlt auch nur ein Rad an diesem Konstrukt, ist es nicht mehr fortbewegungsfähig, mögen seine übrigen Bestandteile auch von allerbesten Qualität sein.

III.

Die Professionen/Institutionen

Bei der nach der sogenannten Cochemer Praxis unter der gemeinsamen Zielsetzung, Kindern die Eltern auch nach der Trennung zu erhalten, interdisziplinär kooperierenden Professionen handelt es sich zum einen um die „klassischen“ Institutionen Familiengericht, Anwälte, Jugendamt, Beratungsstellen, Sachverständige. Hinzu kommen Funktionen wie beispielsweise Verfahrensbeistände, Mediatoren, usw.

Die interdisziplinäre Praxis sämtlicher mit dem Familienkonflikt befassten Professionen/Institutionen im Familiengerichtsbezirk Cochem wird vielfach als „Cochemer Modell“ bezeichnet und dadurch Missverständnissen ausgesetzt. Dies rührt nicht zuletzt daher, dass mit dem Begriff „Modell“ häufig eine statische Konstruktion assoziiert wird, während die hier beschriebene Cochemer Praxis gerade das Gegenteil darstellt.

Sie unterliegt einer ständigen, offenen Entwicklung, nicht zuletzt, weil sie einen gesellschaftlichen Prozess, nämlich den der familiären Auflösung in all seinen Facetten, begleitet und in seiner Dynamik nicht nur nachvollzieht, sondern darüber hinaus auch präventiv und deeskalierend auf ihn eingeht. Diese Wechselwirkung wird insbesondere durch Form und Inhalt der interprofessionellen Kooperation sowie deren Transparenz gewährleistet.

IV.

Um diese Standards sicherzustellen, insbesondere flächendeckend einzurichten, bedarf es verpflichtender rechtlicher Rahmenbedingungen, die sowohl die notwendige Ausbildung als auch die Organisation entsprechender Netzwerkarbeit beschreiben. Mit dieser Verpflichtung wiederum hat ein entsprechendes Aus- und Fortbildungsangebot zu korrespondieren. Dabei

haben bereits zahlreiche solcher Aus- und Fortbildungsveranstaltungen ergeben, dass diese interdisziplinär, d.h. von allen Professionen für alle Professionen durchgeführt werden sollten.

V.

Abschließend eine Anmerkung zum gegenwärtig diskutierten Gesetzesentwurf als Folge der Entscheidung des Europäischen Gerichtshofes für Menschenrechte (EGMR) vom 03.12.2009 zur gemeinsamen elterlichen Sorge nicht verheirateter Eltern:

Die derzeit vorgesehene „Widerspruchslösung“, der zur Folge mit der Geburt des gemeinsamen Kindes zwar die gemeinsame elterliche Sorge begründet wird, mit einem Widerspruchsrecht der Mutter indessen aufgehoben werden kann, setzt das bisherige Dilemma der Erwachsenenfokussierung des deutschen Verständnisses von Kindschaftsrecht fort. Aus der Kindesperspektive ist eine solche Regelung, die die Verantwortung eines Elternteils in die Disposition des anderen Elternteils stellen will, nicht nachvollziehbar.

Jürgen Rudolph ist ehemaliger Familienrichter und Mitinitiator der „Cochemer Praxis“.

Bruno Köhler „Ist Deutschland reif für den erziehenden Mann? - Hemmnisse für Väter und Männer, die erziehen wollen.“

Die typische Ausprägung der stereotypen familiären Zuständigkeiten – der Mann geht zur Arbeit und sorgt für die finanzielle Basis der Familie, die Frau bleibt zuhause und sorgt für Erziehung und Haushalt – ist eine historisch gewachsene Struktur, die sich spätestens seit der Industriellen Revolution so manifestiert hat.

Im Zuge der Frauenbewegung wurde der Blick auf die Situation der Frau gerichtet. Mit zunehmender Etablierung des Feminismus in unserer Gesellschaft wurden diese geschlechtertypischen Rollenzuweisungen gewertet. Die der Frau zugewiesenen Rolle wurde pauschal als negativ, diskriminierend gewertet, die Rolle des Mannes als pauschal positiv, privilegiert propagiert. Diese undifferenzierte Sichtweise besteht im Wesentlichen bis heute fort und erschwert ein Aufbrechen der Rollenbilder.

Hier haben wir ein großes Hindernis für Väter. Die häusliche Erziehung der Kinder gilt heute gesellschaftlich und politisch als minderwertig. Väter, die sich hier stärker beteiligen, werden verspottet oder von den – weiblichen wie männlichen – Kollegen als faul gebrandmarkt.

Fälle, in denen Frauen einen beruflich schlechter gestellten Partner als gleichberechtigten Partner akzeptieren, sind nach wie vor die Ausnahme. Der beruflich erfolgreiche Mann mit dickem Geldbeutel und großem Auto bleibt für die meisten Frauen der attraktivere Partner als der männliche Erzieher.

Zudem wird auch von vielen Frauen häufig noch die alte Rollenverteilung bevorzugt. So gab es zu meiner Zeit als Personalratsvorsitzenden an meiner früheren Arbeitsstelle zwei Fälle, bei denen sich beide Elternteile bei der Erziehungszeit (noch vor Einführung der Elternzeit) abwechseln wollten. In beiden Fällen wollte die Frau die erste Hälfte übernehmen (wegen des Stillens) und in der zweiten Hälfte sollte der Mann übernehmen. Die Männer hatten sich entsprechend vorbereitet und freuten sich auch schon auf diese neue Aufgabe. In beiden Fällen entschied sich jedoch dann doch die Mutter kurzfristig, auch noch die zweite Hälfte der Erziehungszeit zu übernehmen.

Ein weiteres Hindernis ist die mangelnde Akzeptanz der erzieherischen Fähigkeiten von Männern durch Frauen. Dies gilt nicht nur im häuslichen, sondern auch im beruflichen Bereich. In Gesprächen mit Eltern, deren

Kindern in einem Kindergarten gingen, der auch männliche Erzieher hatte, kam man oft zu dem Resümee, dass die männlichen Erzieher zwar gern gesehen werden, wenn es darum geht, mit den Kindern draußen herumzutoben. Bei erzieherischen oder pädagogischen Fragen werden die männlichen Erzieher jedoch eher wenig zu Rate gezogen bzw. als gleichwertiger Kollege akzeptiert. Vorurteile wie „Frauen sind die besseren Pädagogen“ kursieren auch heute noch in vielen Kindergärten.

Die BAuA (Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin) hat vor einigen Jahren in einem Mobbingreport festgestellt, dass vor allem männliche Beschäftigte in erzieherischen Berufen sehr stark von Mobbing betroffen sind.

Gesetzgeber und Rechtsprechung im Familienrecht kolportieren derzeit diese Abwertung männlicher Erziehungskompetenz, in dem ein Familienrecht implementiert und gelebt wird, das als eines der väterfeindlichsten europaweit gilt. Der Europäische Gerichtshof für Menschenrechte hat Deutschland unlängst die Diskriminierung von Vätern unehelicher Kinder bestätigt. Das Sorgerecht des Vaters eines unehelichen Kindes ist vom Willen und damit auch der Willkür der Mutter abhängig. Diese Diskriminierung von Vätern zementiert archaische Rollenbilder, anstatt sie zu überwinden. Anstatt dieses EuGM-Urteil nun als Chance für ein Umdenken im Familienrecht zu nutzen, wurde von der Politik umgehend signalisiert, dass allenfalls eine Minimalverbesserung für Väter in Betracht käme.

Die Politik will zwar Väter in die Pflicht nehmen, ihnen aber die Rechte vorenthalten. Der Vater soll die Erziehungsarbeit übernehmen, solange er der Partnerin damit den Rücken freihalten kann. Geht die Beziehung aber in die Brüche, soll er möglichst schnell und einfach wieder auf die übliche Versorgerrolle reduziert werden können. Das ist keine gleichberechtigte Partnerschaft mit Kind, sondern ein Instrumentalisierung von Vätern als Frauenfördermittel. Dass eine solche Vaterschaft für Männer keine sinnvolle Alternative zur Arbeit darstellt, liegt auf der Hand.

Weiterhin wird der Elternzeit nehmende Vater zwar von der Politik gefordert, ihm aber gleichzeitig das Leben möglichst schwer gemacht. Typisch hierfür ist die Gleichstellungsgesetzgebung in Deutschland. In dieser ist die berufliche Förderung ausschließlich am weiblichen Geschlecht orientiert, nicht jedoch an der tatsächlich geleisteten Erziehungsarbeit. Dadurch sind Väter, die in Teilzeit arbeiten oder die Elternzeit zur Erziehung der Kinder nehmen, die größten Arbeitsmarktverlierer dieser Gleichstellungsgesetze.

Denn diese werden doppelt diskriminiert. Einmal durch die beruflichen Ausfallzeiten, wie die Mütter auch, aber andererseits auch noch durch die gesetzlich vorgeschriebene Benachteiligung in den Gleichstellungsgesetzen auf Grund ihres Geschlechts. Tatsächlich gibt es Gerichtsurteile, die bestätigen, dass ein Vater, der Elternzeit nimmt, auch gegenüber kinderlosen Frauen im Beruf benachteiligt werden muss.

Hier wäre es sinnvoller, die berufliche Förderung nicht am weiblichen Geschlecht festzumachen, sondern an der tatsächlich geleisteten Erziehungsarbeit. Je mehr beruflichen Ausfall durch Erziehungsarbeit jemand hat, desto mehr berufliche Förderung sollte dieser Person zustehen, unabhängig vom Geschlecht. Wenn Frauen davon stärker betroffen sind, würden sie auch in diesem Maße profitieren. Andererseits könnten aber auch die Elternzeit-Väter davon profitieren. Stattdessen bekommen diese Väter von Gesetz- und Arbeitgeber die lange Nase gezeigt.

Die Gleichstellungspolitik und -gesetzgebung geht viel zu wenig auf die Vereinbarkeitsproblematik von Vätern ein. Ebenso besteht eine ausgeprägte Doppelmoral der Gleichstellungspolitik bei der Geschlechterquote in geschlechertypischen Berufsbereichen. Bei jeder Minimalabweichung der 50%-Quote zuungunsten der Frauen wird gehandelt. Ein Männeranteil von etwa 2% im Erziehungswesen oder von 10-20% in allgemeinbildenden Schulen wird dagegen als Gott gegebene Selbstverständlichkeit akzeptiert. Mehr noch, die Integration von Männern in diese Bereiche wird politisch bewusst erschwert.

So sind z.B. in Baden-Württemberg bezüglich der Stelle als Chancengleichheitsbeauftragte in Schulen, selbst wenn diese eine weibliche Rektorin haben und wenn diese einen Männeranteil von vielleicht lediglich 10% haben, nur Frauen wahlberechtigt und wählbar. Und diese Chancengleichheitsbeauftragte ruft dann zu regelmäßigen Gleichstellungskonferenzen unter Ausschluss der wenigen männlichen Beschäftigten auf. Bei einer solch Männer und Männlichkeit ausgrenzenden Gleichstellungspraxis ist der geringe Männeranteil in erzieherischen und pädagogischen Berufen bzw. die geringe Akzeptanz von jungen Männern, sich auf mehr aktive Vaterschaft einzulassen, kein Zufall sondern eine logische Folge. Hier sollte die Politik die Gleichstellungsgesetzgebung weiterentwickeln und auch Männerförderung in männerunterrepräsentierten Berufsbereichen einführen.

Die abgedroschenen Phrasen des Geschlechterkriegsdenkens der 80er Jahre vom verantwortungslosen und faulen Vater sollten überwunden werden und einer ehrlichen Gleichstellungspolitik weichen, die die berechtigten Anliegen von Männern berücksichtigt und Väter nicht nur in die Pflicht nehmen, sondern auch Rechte und vor allem Gleichberechtigung geben will.

Bruno Köhler ist Vorstandsmitglied der geschlechterpolitischen Initiative MANNdat e. V. und langjährig in den Bereichen Jungenbildungsförderung, Männergesundheit und Väterpolitik engagiert.

Astrid von Friesen „Trennungskinder klagen an! – Die Geschichte eines 17jährigen Jungen“

Wir klagen euch Erwachsene an! Wo ward ihr, als unsere Eltern uns Kinder zerrissen haben in ihrem Wahnsinns-Scheidungs-Krieg, der 12 Jahre dauerte und wirklich ein Krieg war? Wo waren die Richter und Sozialarbeiter, wo die Gutachter, die uns zwar ein Dutzend Mal befragt haben, aber nie etwas änderten? Mein Vater hatte immer das Sorgerecht!

Wo waren die Patentanten und -onkel, die bei unserer Taufe versprochen hatten, sich um uns zu kümmern? Die unserer Mutter nicht abverlangten, dass wir nur alle 14 Tage ein kurzes Wochenende unseren Vater sehen durften. Ohne Stress wollten wir zu ihm, ohne ihre Migräne als Bestrafung, ohne ihren verkniffenen Mund, ohne tosendes Schweigen, ohne Drohungen, die Katze zu töten, wenn wir das nächste Mal zum Vater wollten.... Ohne die brutale Weigerung unserer Mutter, die paar wenigen Tage die Kaninchen zu füttern, weswegen meiner kleinen Schwester fast das Herz brach.... Vater oder Kaninchen? Sie war ja erst sieben und liebte ihre Tiere über alles. Und liebte unseren Vater ebenso.

Wo waren die angeblich so kinderlieben Krippenerzieherinnen? Wo die Kindergärtnerinnen? Warum waren sie nicht für uns Kinder da, haben für uns Partei ergriffen, für das Recht alle Verwandten sehen zu dürfen? Haben sich lieber raus gehalten. Feige waren sie, sonst nichts.

Und die Lehrer? Die müssen doch wissen, dass geschiedene Eltern keine Post weiter geben, passiert doch bei 10 Kindern in meiner Klasse. Sie haben niemals Vater mitgeteilt, dass wir ein Schulfest feierten und ich eine tolle Rolle bei „Peterchens Mondfahrt“ spielte oder meine Schwester bei der Ballettaufführung tanzte, so dass Vater uns hätte sehen können. Er wäre so stolz gewesen und hätte es - wie immer - uns auch gesagt.

Auch die Pfarrer haben nicht allen mitgeteilt, dass ich konfirmiert wurde! Ich durfte es nicht sagen, weil meine Mutter mein Versprechen erpresst hatte, niemanden zu unterrichten. Deswegen wussten es auch meine väterlichen Grosseltern nicht, auch meine Cousins kamen nicht, die Hälfte meiner Familie durfte nicht dabei sein. Ich habe mich geschämt, weil meine Familie so klein war. Wie damals im Kalten Krieg, als die DDR-Verwandschaft immer nicht kommen konnte. Ich fühlte mich wie amputiert. Fast alle Kinder hatten vier Grosseltern dabei, manche noch mehr, wenn die geschieden und wieder

verheiratet waren. Ich hatte nur zwei. Und die machten auch noch blöde Bemerkungen. Obwohl sie die anderen 12 Jahre nicht gesehen hatten. Und die anderen konnten sich gar nicht wehren, weil sie absolut nichts wussten. Ich hasse diese Konkurrenz!

Warum haben die Ärzte nicht meinen Vater unterrichtet, als ich sechs Wochen im Krankenhaus lag und mich nach seinem Besuch sehnte. Meine Mutter manipulierte alle und behauptete einfach, dass sie allein das Sorgerecht hätte. Niemand kam auf die Idee, dass sie lügt. Erwachsene können ganz schön dumm sein. Den Ärzten und allen anderen hat sie direkt ins Gesicht gelogen.

Oft habe ich mich gefragt, wie viele Eltern das wohl tun? Denn fast ein Drittel der Kinder in meiner Klasse sind geschieden.

Warum habt ihr uns so alleine gelassen mit ihr, uns eine Hälfte des Lebens, der Herkunft, meiner Familie genommen? Viele Menschen suchen nach ihren Wurzeln und geben dafür viel Geld aus. Ich wurde von meinen Vater-Wurzeln krass abgeschnitten. Meine Ohnmacht war quälend, fast jeden Tag, nicht mit meinem Vater telefonieren zu dürfen, keine Päckchen von ihm zu erhalten. Meine kleine Schwester und ich durften oft nur vier Tage im Jahr zu ihm und nicht die Hälfte der Sommerferien, jedes zweite Weihnachten, auch mal Ostern und nie in den Herbstferien, nie mit ihm verreisen. Meine Mutter gab uns nie die Kinderausweise mit. Obwohl die Richter jedes Jahr die Ferien gerecht fest setzten; aber sie hielt sich einfach nicht daran. Mit den Eltern eines Freundes durfte ich mit 13 Jahren nach Holland, obwohl meine Mutter die Leute kaum kannte. Aber ich durfte nie mit meinem Vater verreisen.

Nie durfte er mir zum Geburtstag gratulieren, nie konnte er mir Skifahren beibringen, obwohl er darin ein Ass sein soll. Nie habe ich das Haus meiner Grosseltern gesehen, als läge es im Himalaja und nicht 300 km im Norden. Jetzt sind sie tot und ich kann mich an sie nicht erinnern. Wir konnten nie Pläne schmieden. Meine Mutter hat ihn von der Haustür nach 400 Kilometer Fahrt wieder weg geschickt und behauptet, dass wir nicht da seien. Einmal habe ich vom Fenster aus gesehen, wie er im Auto weinte und die lange Fahrt wieder zurück fahren musste, ohne uns. Ich weinte auch.

Aber ich habe mich nicht getraut anzurufen, weil unsere Mutter die Telefonkontakte kontrollierte, alles kontrollierte. Und sonst drei Tage gemeckert oder, schlimmer noch, eisern geschwiegen hätte. Das habe ich nicht ausgehalten. Und meine Schwester bekam dann immer Durchfall und

Bauchweh. Das hat Mama dann wieder auf den Vater geschoben. Wir konnten ihr aber nicht sagen, dass es wegen ihr war. Oder wegen der Sehnsucht. Meine kleine Schwester weinte dann nachts oft. Ich habe sie versucht zu trösten. Aber eigentlich war sie nicht zu trösten.

Später, in der Pubertät, hat meine Schwester unseren Vater gehasst. Brutal gehasst. Und wenn ich dann sagte: Aber er durfte uns doch nicht sehen, er hat sich doch so bemüht, hat sie behauptet, dass das nicht sein könnte. Er hätte zum Gericht gehen müssen, ein Richter hätte ihm bestimmt geholfen. Ich antwortete: Aber er war doch oft beim Gericht, ich hätte doch dort so oft aussagen müssen, jedes Jahr wieder neu, das hat sie mir einfach nicht geglaubt. Obwohl sie es selbst wusste. Denn wenn ich vom Gericht zurück kam, war ich immer gestresst und meine Mutter hat tagelang Terror gemacht. Vorher immer netten Terror, indem sie uns ständig damit belegte, was wir Gutes über sie sagen sollten. Hinterher bösen Terror. Sie war nicht von ihrem Hass weg zu bringen, obwohl sie unseren Vater so über alles geliebt hat und er nie was Böses getan hat. Weder ihr noch uns. Und sie ihn wegen eines anderen Mannes verlassen hat, der aber doof und bald weg war.

Ich glaube, meine Schwester hat ihn dann irgendwann gehasst, weil sie ihn nicht lieben durfte. Aber der Hass ging in die falsche Richtung. Denn wir konnten doch unsere Mutter nicht hassen, sonst hätte es zu Hause eine Explosion gegeben. Ich glaube, sie hat mehr die Situation gehasst. Aber weil man nicht eine abstrakte Sache hassen kann, hat sie das auf unseren Vater geschoben. Der konnte aber nichts dafür. Er war verzweifelt und hat gekämpft wie ein Löwe für uns.

Und dann die Kindertherapeuten und alle anderen. Was haben sie gemacht? Nichts! Wie kann man ein Kind therapieren, welches darunter leidet, dass es seinen Vater nicht sehen darf? Alles Quatsch. Sie hätten es durchsetzen sollen, und ich wurde zu dreien von ihnen geschleppt. Sie hätten meine Mutter therapieren sollen, damit sie es uns erlaubt, ohne Terror und ohne zu sagen, dass alle Männer Schweine sind. Ich wohl auch, was? Was soll ich schon werden, außer einem „Männerschwein“. Ach ja, ich kann noch ein „Versager“ und ein „emotionaler Krüppel“. Super!

Ich klage alle Erwachsenen an, die nicht hin gucken, denen Kinder egal sind. Wir Kinder sollen uns immer entscheiden: Wen liebst du mehr, mich oder Papa? Scheißfrage! Anstiftung zum Verrat! Das ist das Schlimmste, habe ich mal in einem Buch über Indianer gelesen.

Warum seid ihr Erwachsenen denn solche emotionalen Chaoten, dass ihr nichts auf die Reihe bekommt? Keine Beziehung und kein Ende einer Beziehung. Ich dachte, ihr hättet euch mal geliebt! Warum dann der Hass auf unsere Kosten? Steht doch in jedem blöden Ratgeber, dass Eltern immer Eltern bleiben sollen. aber ihr alle seid unfähig seid, emotional hysterisch und macht uns lieber kaputt. Ihr behandelt uns wie emotionale Sklaven, nur dazu da, damit ihr euch besser fühlt, als Lebenssinn, oder so. Auch Mist für uns, totaler Mist.

Ich klage alle Erwachsenen an: Was seid ihr für ein mieses Vorbild? Das tendiert Richtung Null.

Schämt ihr euch nicht?

- Warum gibt es keine Kontrolle, die verhindert, dass Eltern ihre Kinder kaputt machen?

- Warum könnt ihr nicht vernünftig sein, euch Hilfe holen, wenn euch was quält?

- Warum könnt ihr Lebenskrisen nicht so bewältigen, dass ihr anschließend stolz darauf seid und nicht reihenweise Elternteile, Grosseltern und Kinder halbtot im Gelände herum liegen?

- Wisst ihr nicht, dass ihr uns Kindern dieses Muster weiter „vererbt“?

- Warum glaubt ihr, dass ihr unsere Liebe verliert, wenn wir unseren Vater und die Grosseltern lieben dürfen? Ihr mögt doch auch eure beiden Eltern und alle Verwandten und ein Dutzend Freundinnen!

Eure Scheißangst macht uns kaputt, voll neurotisch ist die.

Warum seid ihr so aggressiv, indem ihr so vieles verbietet, verunmöglicht, manipuliert? Ihr habt immer gelogen bezogen auf das Sorgerecht. Immer gelogen, uns belogen, alle belogen, Wir wuchsen in einer Lügen-Welt auf. Ich war nie krank, wenn Papa kam. Auch gelogen. Und wenn ich krank gewesen wäre, hätte er mich gepflegt, ganz lieb und mir vorgelesen. Und Quatsch gemacht. Tolles Vorbild mit all den Lügen. Super moralisch.

Warum gibt es keine Strafen für das Zerreißen von Kindern?

Astrid von Friesen ist Erziehungswissenschaftlerin, Diplom-Pädagogin, Therapeutin und Publizistin.

Jörg Stanko „Das Post - Papawochenendensyndrom“

Ich schlafe schlecht, habe Kopfschmerzen, und leide an einer wilden Mischung aus Liebeskummer, Verlustängsten und Depressionen. Seitdem meine Exfrau mit meinem Sohn weggezogen ist, sehe ich ihn in der Regel nur noch jedes dritte Wochenende und in den Ferien. Das hat die Symptome nicht unbedingt verbessert.

Im Radio spielt *here comes your 19th nervous breakdown*. Nach vier Tassen Cappuccino und zehn Zigaretten (ich bin Nichtraucher) suche ich Trost im Internet, lese *Spiegel online* und die News des *Väteraufbruchs für Kinder*. Wie ich auf die Seite von *Keira Knightley* gekommen bin weiß ich später nicht mehr. Ich überlege, ob ich mit einem Plakat durch die Straßen ziehen sollte, auf dem in großen roten Lettern "Samstags gehört mein Kind mir!" steht. (Und Sonntags, Montags und Dienstags...) Ich könnte auch meine Bundestagsabgeordnete anrufen. Aber die ist eine Frau. Männer haben kein Vorrecht auf hormonell bedingte Gemütsschwankungen. Ich lasse es also bleiben, lege *Thunderstruck* ein, mache ein paar Bauchmuskelübungen und stöhne meinen Kummer heraus. Das befreit und hält fit.

Das Prä-Papawochenendensyndrom gestaltet sich völlig anders. Eine Welle der Euphorie trägt mich, und ich bin angefüllt mit einem Gefühl des inneren Friedens. Bevor ich Gefahr laufe zu platzen, rasiere ich mich, putze die Wohnung, kaufe Blumen, Fischstäbchen und Würstchen ein, sowie die neueste Ausgabe des *Kickers*. Erkundige mich nach dem aktuellen Ergebnis des heimatlichen Fußballvereins. 0:4 gegen *Preußen Münster*. Es hätte schlimmer werden können. Kurzfristig überlege ich, ob ich das Nachbarmädel zum spielen einlade. Aber mein alter Schulkumpel Joe kommt, das reicht.

Es ist Freitagnachmittag, Showdown: unsere Arena ist der Grugapark. Geballte männliche Kraft erstürmt das Spielfeld. Mein Sohn Juli ist *Ribéry*. Joe ist *Christiano Ronaldo*, schießt wie *Kevin Kuranyi* und sieht aus wie *Bud Spencer*. Ich bin *Olli Kahn*. Mein Tor liegt zwischen zwei Bäumen. Juli steht auf *Olli Kahn*, weiß der Teufel warum. Das hat er nicht von mir. Aber was tut man nicht alles für seine Kinder. Ich spiele wie der *Titan*, halte wie der *Titan* und sehe selbstverständlich auch so aus. Wir üben Steil-, Quer- und Längs-, Reise-, Berg- und Talpässe. Ecken, Elfmeter und Freistöße. Meine Gesichtsfarbe nähert sich dem Ulli-Honeß-sitzt-neben-Jürgen-Klinsmann-Rot-nach-der-null-zu-vier-Niederlage-gegen-Barcelona. Joe ist schon werder-grün im Gesicht und ordentlich am schwitzen. Beiläufig frage ich: "Hat jemand Lust auf Pommes?" Gott sei Dank, Juli hat Lust auf Pommes. Joe sowieso. Wir schlürfen uns an

unserer Cola wieder zu Kräften. Nur Juli ist völlig unerschöpft: "Wann spielen wir weiter, Papa?"

Abends fragt uns meine Freundin wie der Nachmittag war. Juli meint: "Papa hat super gehalten!" Ich meine: "Juli hat super geschossen!" Wir lachen uns an. Den ziehenden Schmerz in meinen Waden erwähne ich nicht...

Später, auf dem Sofa, beim *Wilde Fußballkerle* - Video träume ich davon ein Tuareg zu sein. "In Afrika gibt es sehr schöne Menschen. Am schönsten sehen die Tuareg aus." (soweit Janosch's Grosser Kleiner Tiger-Atlas). Und weise Menschen sind sie noch dazu, das bewies diese Reportage über einen Tuaregvater neulich bei KultiviertTV. Die Tuareg leben nur solange sie sich lieben in einer Beziehung. Man könnte sie also durchaus als Vorreiter der Pauli'schen sieben Jahre Ehe betrachten. Dieser Mann ging also aus seinem Dorf in die große Stadt. Verdiente dort zehn Jahre lang sein Geld, um Kamele zu kaufen. Mit diesen wollte er wieder zurück in sein Dorf, um gemeinsam mit den anderen Männern des Dorfes sein Geld in einer Karawane zu verdienen. Wie es so kommt in einer großen Stadt, zeugte er dort mit einer Frau einen Sohn, aber die Liebe zwischen ihnen war nach einiger Zeit verraucht. Bevor er zurück in sein Dorf aufbrach, ging er zur Mutter seines Sohnes, und holte seinen Sohn ab. Söhne gehören in die Obhut ihrer Väter, so wird es zumindest bei den Tuareg praktiziert. Die Mutter weinte, gab den aber Sohn her.

Ganz so radikal müsste man es ja nicht praktizieren, aber ein bisschen mehr Tuaregmentalität würde den deutschen Jungs und Vätern ganz sicher gut tun. (Und da unser Training öfter stattfinden würde, könnten Joe und ich auch besser Fußball spielen...)

Jörg Stanko ist Therapeut und Autor.

Teil 2 | Autoren und Musiker

Dirk Rotzsch „Kriegsweihnacht“

Ob er sich über den Hubschrauber freut? Bang packe ich das Spielzeug ein. Hoffentlich bekommt er nicht von IHR das gleiche Geschenk. Letztes Jahr brachte ich Robert ein Skateboard mit, einen Tag später bekam er von IHR auch eins - was für Erwachsene ein Ärgernis ist, ist für Kinder eine Katastrophe. Bei wem bedankt sich nun das Kind? Wieder musste Robert diplomatisch agieren und sagte mir: „Deins habe ich zuerst probiert.“ Was tun wir unseren Kindern an, dass sie schon diese Schere im Kopf haben müssen um uns, den Eltern, nicht weh tun zu müssen?

Franziska ist da schon abgeklärter, bei ihr ist es vermeintlich leichter, wir werden shoppen gehen, und ich werde fahrlässig mein Budget überschreiten, wenn wir für sie neue Outfits erwerben. Seit einiger Zeit fühlt sich Weihnachten nicht mehr so an wie früher. Ich fühle mich wie abgeschnitten vom Leben meiner Kinder.

Ob sie einen Freund hat? Wahrscheinlich! Eigentlich sollte man in bestimmten Lebensphasen mit Rat und Tat zur Seite stehen. Ich erinnere mich noch ganz genau an die Zeit als sie fast noch neugeboren in ihrem Bettchen lag, und ich mir fest vorgenommen habe, ein guter Vater zu sein, ein guter Freund. Heute bin ich nur noch der Überweiser. Belanglose Telefonate statt tiefer gehender Gespräche.

Aber ich bin ja schon froh, dass zwischen IHR, der Kindsmutter, und mir derzeit Waffenstillstand herrscht. Das war nicht immer so. Kurz nach der Trennung kam mein Kleiner auf mich zu und sagte mit einer Mischung aus Zorn und Enttäuschung: „Du bist nicht mehr mein Freund, du hast Mutti gehauen!“ Ich war wie vor den Kopf geschlagen. Das hatte SIE auch dem Jugendamt erzählt. „Natürlich haben wir das nicht geglaubt“, sagte mir die Dame vom Amt. „Hat denn eine Mutter Narrenfreiheit und kann alles ungestraft behaupten?“, fragte ich. Darauf die Dame vom Amt: „Wenden sie sich doch ans Familiengericht. Nein, wir können die Frau Piep nicht dazu zwingen an einem Mediationsgespräch teilzunehmen.“ Aber das sollte nicht die einzige Katastrophe bleiben.

Wir bewohnten damals ein Haus, das wir uns gekauft hatten, als SIE für sich beschlossen hatte, unsere Familie zu vergrößern (in den ersten drei Monaten hieß Robert „Zyste“).

Als ich auszog, versprach ich die Hälfte der Raten weiter zu bezahlen um das Haus für die Kinder zu halten. Nach einigen Monaten bekam ich von der Bank einen Anruf, dass ein Teil der Raten nicht bezahlt werde. Es stellte sich heraus, dass SIE ihre Zahlung einfach eingestellt hatte und eine Zwangsversteigerung riskierte. Nach langem Hin und Her bezahlte ich die fälligen Raten und vereinbarte mit IHR, dies mit dem Unterhalt zu verrechnen - was natürlich völlig naiv von mir war - kurz darauf kam der Pfändungsbescheid für den Unterhalt. Irgendwann konnte ich dann das Haus verkaufen, aber das war nicht das Ende dessen, was man mit Piesacken nur sehr verharmlosend beschreiben kann.

Mittlerweile arbeitete ich in Leipzig, wohnte dann auch dort, trügerische Ruhe zog ein, ich hatte regelmäßigen Kontakt zu meinen Kindern, was nicht immer selbstverständlich war. Bis ich von meinem neuen Arbeitgeber in Kenntnis gesetzt wurde, das mein Lohn gepfändet wurde. Was war passiert? Ohne mein Wissen ist mein Dauerauftrag ausgelaufen und da ich mein Konto nicht monatlich kontrolliert habe, weil es noch in der „alten Heimat“ lag, habe ich es nicht sofort gemerkt. Prompt und ohne Ankündigung wurde ein Pfändungsbeschluss erwirkt. Das traf mich wie ein Blitz aus heiterem Himmel. Wie sich später herausstellte auch noch mit einer falschen Pfändungsgrenze, was mich unter Hartz IV - Niveau rutschen ließ. Wer meint, das wird schnell von Amts wegen korrigiert, wird sich eines besseren belehren lassen müssen. Noch heute kämpfe ich darum, das der Beschluss annulliert wird . Oft fühle ich mich wie ein Läufer, von dem ein Sprint verlangt wird, obwohl er ständig Knüppel zwischen die Beine bekommt. Von IHRER Anwältin erhält man noch die süffisante Aufforderung, sich einen Nebenjob zu zulegen- nach neun Stunden Arbeit und zwei Stunden Arbeitsweg - der blanke Hohn.

Aber genug davon. Heute ist Weihnachten. Vielleicht kann ich ja etwas eher von der Arbeit weg. Bis vor Kurzem war ich froh, dass Arbeit die Leere der Weihnachtsfeiertage füllt.

Noch schnell die Geschenke im geborgten Auto verstaut und dann noch vierzig Kilometer. Vielleicht kann ich noch mit Robert rumtollen. Hoffentlich hat der Hubschrauber auch seinen Geschmack getroffen. Vor meinem geistigen Auge sehe ich ihn das Geschenk auspacken, Franziska wird sich vielleicht auch freuen.

Ich stelle den Wagen auf dem Parkplatz der tristen Plattenbausiedlung ab, nehme die Geschenke aus dem Kofferraum. Die Schwippbögen und illuminierten Kitschweihnachtssterne in den kalt leuchtenden Fenstern lügen Weihnachtsgefühl. Ich klinge. Franziska öffnet: „Nein, Robert ist nicht da, ist

Kaffee trinken mit IHR bei ihren Eltern.“ Ich hatte mich doch angemeldet! Sie hat es doch gewusst!

Was bleibt, ist Smalltalk im diffusen Licht des Treppenhauses aus Marmorimitat. Alte Wunden brechen auf. Eine ehemalige Kollegin von mir sagte mir damals kurz nach der Trennung, dass es besser sei, Abschied von den Kindern zu nehmen, auch einen inneren, man säße als Vater sowieso am kürzeren Hebel und man würde immer und immer wieder verwundet. An solchen Tagen kommt mir der Kampf auch sinnlos vor. Sind wirklich die die Gewinner, die sich aus dem Staub machen, um wo anders neu anzufangen, sind die die Gewinner, die erst gar nicht versuchen zu kämpfen, um sich lieber selber lebenslang alimentieren zu lassen ...?

Ich bin schon längst wieder auf dem Heimweg bei diesen Gedanken, diesmal siebzig Kilometer in mein neues Zuhause und ich kann froh sein, dass ich jemanden habe, der mich auffängt. Ich kann mir vorstellen, dass man angesichts 140 Kilometer pro Stunde und ohne seelische Airbags noch auf ganz andere Gedanken kommt - gerade an Tagen wie diesen... .

Jennifer Sonntag „Lieber Papa“

Ich habe mir nach dem Abendessen die Zähne mit der Micky-Mouse-Bürste geputzt und mich diesmal auch nicht vor der scharfen Zahnpasta geekelt. Dann habe ich das Sandmännchen geschaut und dann hab ich mich ins Bett gekuschelt. Das Bett war ganz kalt heute. Sonst hattest du immer schon für mich die kleine rote Wärmflasche hineingelegt.

Ich warte auf dich und mein Gute-Nacht-Küsschen. Du hast immer gesagt: „Träum süß meine Glitzerfee“, und dann hast du meine Hände genommen und wir haben meine Arme wie kleine Flügelchen flattern lassen. Manchmal bist du später noch mal in mein Zimmer geschlichen und hast geschaut, ob mein Kuschelpferdchen aus dem Bett gefallen ist. Du hast es mir dann vorsichtig aufgehoben und es auf mein Kopfkissen gelegt. Meistens habe ich das gemerkt und hab mich schlafend gestellt. Leise hast du dann gesagt: „Ich hab dich so lieb!“ Und ich hab dann immer gedacht: „Ich hab dich auch so lieb, Papa!“

In der Schule hab ich dann immer die zwei Schnitten ausgepackt, die du mir so lecker belegt hast. Du hast mir immer die Gesichtswurst gekauft, die mit dem Teddykopf drauf. Du hast dann immer gesagt: „Der Teddy passt auf, dass du dein Pausenbrot nicht vergisst.“ Und du hast mir immer noch ein Stück von unserer Lieblingsschokolade in Silberpapier eingewickelt.

Nach der Arbeit bist du immer mit mir und Flocky spazieren gegangen. Wir sind mit ihm gerannt und er ist vor Freude an uns hoch gehüpft. Du hast Flocky ja genau so lieb wie ich, stimmt's? Er hat heute gar nicht mit dem Schwänzchen gewedelt und nichts gefressen. Ich glaube, er ist krank. Ich musste heute eine andere Hundeleine nehmen, als ich mit ihm raus gegangen bin. Die alte ist weg, die wie so ein Strick aussieht...

Die Hausaufgaben habe ich ganz ordentlich gemacht. Ich hab auch nicht über den Rand geschrieben. Und ein Bild hab ich dir gemalt. Das wollte ich dir als Überraschung in die Arbeitstasche stecken. Aber ich habe deine Tasche nicht gefunden.

Ich habe heute ganz viel geweint. Mama hat gesagt: „Der Papa kommt nicht mehr.“ Aber ich warte doch auf dich, mein Kuschelpferdchen ist doch aus dem Bett gefallen...

Hauke von Grimm „VaterBruderSohn“

Erkenne Dich
Du bist
Doch Dein Vater
Auch wenn die Sonne scheint
Frage mich nie wieder
Deine Augen sehen doch mehr
Deine Hand führte die Schnitte
Dein Fleisch ward geformt
Du bautest die Brücken
Versetztes die Mauern
Türen wurden zugeschlagen
Schreie und Laute Rufe
Erdrückt Erstickt Verrückt
Du sprachst die Worte
Dein Herz sei gebrochen
Wohl eher zerborsten
Die Berge aus Gedanken
Fels aus Gedachtem
Verbarrikadiert
Den Letzten Weg
Zurück
Folgstest Deiner Schritte
Durch die Welt
Ich halt schon lange
Nicht mehr Deinen Arm
Ich bin so viele Stunden
Weit von Dir
Ich sagte wo unser Pfad war
Hinter Dir
Schneid mein Lachen
Nicht aus Deinem
Wenn du Alles zersägst
Erkenne
Wer dich schuf
Wer du bist

Michael Pfennig

„Der Cochemer Weg“ (Songtext)

Ich wache auf, kann nicht mehr schlafen

Ich denk' an dich, mein Kind.

Ich träume immer nur das gleiche:

Dass wir viel zusammen sind.

Das nächste Wiedersehen ist noch so fern

Ich hätt' dich bei mir so gern.

Refr.: Wer weist uns einen Weg
durch diese kalte Welt?
In Cochem hat man Mut:
das Kinderrecht ist, was dort zählt.
Du hast Mama auch sehr gern
Das ist mir längst schon klar.
Ich wohn' zwar von dir fern,
doch ich bin immer für dich da.

Was wird an deinem Geburtstag?

Denn du feierst nicht mehr bei mir.

Und bald wieder Vatertag.

Dann träume ich nur von dir.

Jetzt fällt mir wieder ein,
viel zu selten Vater zu sein.

Am Jahresende kommt die Weihnacht

dann vermiss' ich doch wohl sehr

denn das ist das Fest der Liebe,

doch für mich keine Freude mehr.

Wann gibt es endlich Frieden hier?

Das wünsche ich von Herzen dir und mir.

Teil 3 | Betroffene

Peter Tholey „Depression bei Trennungsvätern“ (Artikel PAPA-YA, v.ö. in 3 / 2010)

Damit bestimmte Krankheiten ins öffentliche Bewusstsein gelangen, auch wenn sie weit verbreitet sind, braucht es wohl spektakuläre Todesfälle. So hat der Freitod des Nationaltorhüters Robert Enke das erreicht, was Aufklärungskampagnen nicht vermochten, nämlich die Menschen für das Thema „Depression“ zu sensibilisieren. Der Freitod des Torwarts geschah aus der Verzweiflung seiner Depression heraus und katapultierte die Bedrohlichkeit dieser Krankheit mit einem Schlag in die Öffentlichkeit. Der junge Fußballer war bei allen beliebt und schaffte es, fast überall den Schein unverwüstlicher Gesundheit aufrecht zu erhalten. Wenn dieser aufstrebende Mann an einer Depression zugrunde gehen kann, dann kann das jedem von uns passieren und jeden Tag stürzen Trennungsväter in diesen Abgrund.

Bis vor kurzem hielt sich hartnäckig die Vorstellung, besonders Frauen seien von Depressionen betroffen. Dieses Vorurteil kommt daher, dass Frauen mit dem Thema „Depression“ offener umgehen als Männer, welche dazu neigen, seelische Probleme bis zur Unerträglichkeit zu verdrängen. Dann aber kann es bereits zu spät sein. Über die Hälfte der Depressionen bei Männern in Deutschland ist bisher überhaupt nicht diagnostiziert worden. Depression ist ein Massenphänomen und Männer sind vielleicht sogar häufiger davon betroffen als Frauen, da das gesellschaftliche Rollenbild ihnen mehr Belastungen und größere Selbstverleugnung abverlangt.

Die Depression ist eine ausgesprochen komplexe psychische Erkrankung mit verschiedensten Erscheinungsbildern. Sie wird in erster Linie durch traumatische Erfahrungen ausgelöst, allerdings spielen auch genetische Veranlagung und Stoffwechselstörungen eine Rolle. Um zu zeigen, wie im Zusammenhang mit Trennung und Scheidung Depressionen entstehen, wird im Folgenden ein Beispiel aus dem wirklichen Leben gezeigt. Der Protagonist, nennen wir ihn Hans, ist dabei anonymisiert und kann damit selbst entscheiden, wann und wie er mit seinem Schicksal an die Öffentlichkeit geht.

Als Hans seine spätere Exfrau M. zufällig auf dem Weihnachtsmarkt kennen lernte, war er gerade mit dem Studium fertig geworden. Er hatte sich

selbständig gemacht und arbeitete als Softwareentwickler. Nach einem halben Jahr intensiver Beziehung fragte M. ihn, ob er grundsätzlich heiraten und Kinder haben wolle, sie jedenfalls wolle welche von ihm - außerdem wolle sie alt mit ihm werden. Zunächst zögerte Hans mit einer klaren Antwort, hatte sich doch bei dem Gedanken zu heiraten ein diffuses Unbehagen in ihm eingeschlichen. Als M. ihm ein paar Monate später einen Nebenbuhler präsentierte und eine verbindliche Entscheidung einforderte, gab er ihr nach.

Kurz darauf wurde geheiratet, das erste Kind kam zu Welt und nach zwei Jahren das zweite. Die Beziehung zwischen M. und Hans hatte sich dadurch stark verändert, im Grunde genommen wurde sie kaum noch gelebt. Hans war inzwischen Alleinverdiener, hatte auf Drängen seiner Gattin zusätzlich zu seiner Unternehmertätigkeit eine feste Anstellung bei einem mittelständischen Unternehmen angenommen und arbeitete sechzehn Stunden am Tag sechs Tage in der Woche. Seine Hobbys hatte er aufgegeben, er traf sich kaum noch mit seinen Freunden. Beruflich war er sehr erfolgreich und empfand so das viele Arbeiten nicht als Last, sondern war stolz darauf, seiner Familie eine größere Wohnung und ein zweites Auto bieten zu können. Andernfalls würde sich seine Gattin von ihm scheiden lassen, hatte sie einmal im Streit gesagt. Bei der ersten Schwangerschaft war er aus dem ehelichen Schlafgemach ausquartiert worden. Das Kind im Bauch werde unruhig, wenn er schnarche. Hans hatte sich bald damit abgefunden - auf ihm lastete die Verantwortung der materiellen Absicherung der Familie. Wenn er abends müde nach Hause kam, wollte er neue Kräfte sammeln und nicht noch streiten.

Als das zweite Kind ein Jahr alt war, wurde die Stimmung zwischen M. und Hans frostig. Dass sich etwas grundlegend geändert hatte, stellte Hans erst dann fest, als er seine älteste Tochter zum Kindergarten brachte und sie nicht mehr von seiner Seite weichen wollte. Was Hans zu diesem Zeitpunkt nicht wusste, M. bereitete die Scheidung vor und ließ sich professionell beraten. Sie führte viele Telefonate, die die älteste Tochter mithörte und in Angst und Schrecken versetzten. Auch die Kindergärtnerin stellte Verhaltensauffälligkeiten fest und empfahl eine Therapie bei einer bekannten Kindertherapeutin. Diese wollte jedoch zunächst die Paarsituation klären, bestellte M. und Hans zu einem Gespräch in ihre Praxis und konnte die große Sprachlosigkeit endlich durchbrechen. M. wollte noch ein weiteres Kind. Hans gab zu bedenken, die Beziehung hinge an einem seidenen Faden, ein weiteres Kind würde sie nicht verkraften. M. blieb stur, sie wolle in jedem Falle ein weiteres Kind, ob von ihm oder von sonst wem, sei ihr egal. Wenn er

nicht damit einverstanden sei, würde sie sich von ihm scheiden lassen. Hans konnte und wollte sich eine Scheidung mit zwei kleinen Kindern nicht vorstellen und willigte ein. Ein Jahr später kam das dritte Kind, ein Mädchen, zur Welt.

Als die jüngste Tochter ein Jahr alt war, kündigte M. die Ehe auf. Sie war in eine Mutter-Kind-Kur gefahren und hatte dort mit Hilfe einer Psychologin einen Brief an ihren Gatten geschrieben. Als Hans den Brief öffnete, konnte er kaum fassen, was er da las. Er solle sich eine neue Bleibe suchen und bereits ausgezogen sein, wenn M. mit den Kindern aus der Kur käme, er könne die Kinder aber sehen, wann immer er wolle. An diesem Morgen kam Hans zu spät zur Arbeit und hatte einen großen Streit mit seinem Chef.

Hans dachte nicht daran auszuziehen, immerhin erhielt er die gemeinsame Wohnung mit seiner Lebenskraft und Lebenskompetenz - außerdem hatte er nicht drei Kinder in die Welt gesetzt, um sie wieder zu verlassen. Als M. mit den Kindern nach Hause kam, freuten diese sich sehr, dass ihr Papa noch da war. Hans hatte die Trennung in der Wohnung durchgeführt und seine Sachen im Keller und im kleinsten Zimmer verstaut. M. war damit nicht einverstanden, schrie ihn täglich an und warf Sachen nach ihm. Einmal ging sie sogar mit einem Messer auf ihn los, die Kinder flüchteten sich völlig verstört unter den Wohnzimmertisch. Als M. damit drohte, ihn mit Hilfe der Polizei aus der Wohnung befördern zu lassen gab Hans schließlich nach und suchte sich eine Wohnung ein paar Straßen weiter, um täglich seine Kinder besuchen zu können. Er hatte sich von einem befreundeten Anwalt den Unterhalt ausrechnen lassen und einen Dauerauftrag auf das Konto seiner Frau einrichten lassen.

Nach dem er den Wohnungsschlüssel abgegeben hatte, kam der erste Brief der gegnerischen Anwältin. Er habe seine Frau mit dem Messer bedroht, er verweigere ihr den Unterhalt und müsse mit einer Strafanzeige rechnen. An diesem Morgen fuhr Hans gegen einen Pfeiler in der Tiefgarage und mit einer großen Beule im Kotflügel zur Arbeit. Dort wartete bereits ein verärgertes Chef auf ihn. Seine Arbeitsleistung sei in letzter Zeit sehr zurück gegangen, er sei unzuverlässig und unkommunikativ. Tatsächlich hatte sich Hans, der den Bereich Eventorganisation selbstständig leitete, immer stärker zurückgezogen. Er vergaß wichtige Termine, konnte sich an Absprachen nicht mehr erinnern und Kritik immer schlechter aushalten. Nun war sein Arbeitsplatz ernsthaft in Gefahr.

Hans versuchte aber weiterhin, alles unter einen Hut zu bringen, die Eventorganisation, seine selbständige Arbeit als Softwareentwickler und Konstrukteur, die Trennung von seiner Frau und seinen Kindern, die ständigen Drohbriefe der gegnerischen Anwältin, das Versagen des eigenen Anwalts und die Unfähigkeit, sich in der neuen Wohnung fertig einzurichten.

Seit einem halben Jahr lebte Hans nun inmitten seiner unausgepackten Umzugskisten, so als warte er darauf, die Zeit noch einmal zurückdrehen zu können. Schließlich richteten ihm zwei gute Freunde die Wohnung notdürftig ein. Die Kinder besuchte er jeden Tag, zunächst in der ehemaligen gemeinsamen Wohnung. Nachdem er Hausverbot erhalten hatte, spielten sie auf dem benachbarten Spielplatz oder besuchten die Großeltern. Beim Zurückbringen spielten sich dramatische Szenen ab: Die Kinder hielten sich an seinen Beinen fest und beschworen ihn zu ihnen zurück zu kommen. Hans machte das fix und fertig. Jedes mal, wenn er die Kinder zurückbringen musste, zerriss es ihm das Herz. Seine Exfrau hatte überall in der Nachbarschaft herum erzählt, dass er ein Monster sei und sah das Geschehen mit wachsendem Argwohn. Schließlich erwog sie, seinen Kontakt zu den Kindern gänzlich zu unterbinden.

In dieser Zeit bekam Hans zum ersten Mal in seinem Leben ernsthafte Alkoholprobleme. Um seinen Kummer aushalten zu können, trank er zunächst literweise Rotwein, später Wodka. Oft trank er zusammen mit einem Freund, der ebenfalls seit kurzem getrennt war, die Nächte durch und fuhr dann betrunken zur Arbeit. Schließlich wurde er beim Personalchef vorgeladen und bekam einen Auflösungsvertrag vorgelegt. Nach zähen Verhandlungen erreichte Hans schließlich, dass er mit reduzierter Stundenzahl an einer anderen Stelle in der Firma weiterarbeiten konnte. Dort verrichtete er Hilfsdienste weit unter seiner Qualifikation. Auch mit seiner selbständigen Arbeit wollte es nicht mehr richtig laufen. Er hatte viele seiner Kunden verloren, da er nicht mehr in der Lage war sie zu besuchen oder mit ihnen zu telefonieren. Einmal hatte ihn ein Kooperationspartner für ein neues Projekt zu gewinnen versucht. Mitten im Telefongespräch brach Hans in Tränen aus und erzählte ihm sein Schicksal unter Schluchzen und Seufzen. Danach war er endgültig aus dem Geschäft. Daraus entwickelten sich erdrückende finanzielle Probleme. Hans hatte Schulden, die er nicht bezahlen konnte. Ständig bekam er Vollsteckungsdrohungen und öffnete wochenlang keine Post mehr. Wenn es an der Tür klingelte, machte er nicht auf - schließlich könnte es der Gerichtsvollzieher sein. Mit Hilfe seines Steuerberaters, der ein verständnisvoller Freund geworden war, konnte er das

Schlimmste gerade noch abwenden - allerdings hatte er dazu den Unterhalt reduzieren müssen.

Wenig später wurde er unter einem Vorwand ins Jugendamt geladen und ihm eröffnet, er habe seine jüngste Tochter sexuell missbraucht. Hans war wie vor den Kopf geschlagen, die Situation kam ihm vor wie aus einem schlechten Film. Er solle alles zugeben, man wisse sowieso Bescheid. Als der Sachbearbeiter dann noch ankündigte, die Polizei zu rufen, rammte Hans ihm den Schreibtisch in den Bauch, nahm ihm Telefon und Hörer ab und holte damit aus, um auf ihn einzuschlagen. Nun beteuerte der verängstigte Jugendamtsmitarbeiter, es sei alles nur ein Missverständnis, er könne diese Anschuldigungen auch nicht glauben. Hans, der seine Fassung wieder gewonnen hatte, wollte jetzt alle Hintergründe aufgeklärt haben. Nun erfuhr er, dass seine Ex-Schwiegermutter ihn des Missbrauchs beschuldigt hatte, weil sie nun Unterhalt für ihre Tochter bezahlen musste. Sie hatte sich bei einer bekannten Aufdeckungsorganisation beraten lassen, um den Vorwurf professionell zu arrangieren und glaubwürdig vortragen konnte. Wie Hans später erfuhr, waren im Bekanntenkreis und an seinem Arbeitsplatz gezielt Gerüchte gestreut worden, er sei ein Kinderschänder, deshalb würde das Jugendamt ihm seine Kinder wegnehmen.

Einige Wochen später eröffnete ihm seine neue Geschäftsführerin, dass man ihn entlassen wolle. Den Grund dafür müsse man ihm nicht nennen, er wisse ihn schon selber. Auch beim Betriebsrat traf Hans auf eine Mauer des Schweigens und der Ablehnung. Mit Hilfe eines guten Arbeitsrechtlers gelang es Hans nach langen und zermürbenden Verhandlungen die Entlassung abzuwenden. Man gab ihm allerdings zu verstehen, dass er nur noch geduldet war, man werde ihn schon klein kriegen.

In den folgenden Monaten war es seiner Exfrau durch Missbrauchs- und Gewaltvorwürfe gelungen, alle Umgangstermine mit den Kindern zu sabotieren. Sie konnte sich dabei auf ein breites Beratungsnetzwerk stützen. Die älteste Tochter wollte von Hans nichts mehr wissen, die beiden kleineren Geschwister konnte er ab und zu heimlich in der Schule besuchen. Die Kinder litten sehr unter dem ständigen Druck, den Vater verleugnen zu müssen. Die ständigen Drohungen und Tobsuchtsanfälle der Mutter bei Erwähnung des Vaters führten zu einer Rückentwicklung der beiden kleineren Geschwister - der Sohn hörte für einige Monate auf zu Sprechen.

Die ständigen Kämpfe ums Überleben hatten auch bei Hans tiefe Spuren in der Persönlichkeit hinterlassen. Er war sichtlich gealtert, Beziehungen zu

Frauen waren unter den ständigen Belastungen zerbrochen. Er hatte keine Lebensfreude mehr. Es gab Phasen, in denen er sehr viel Alkohol trank. Dazwischen versuchte er sich immer wieder zu disziplinieren, um nicht völlig den Boden unter den Füßen zu verlieren. In den Phasen der Nüchternheit ertappte er sich mehrmals dabei, wie er aufs Gaspedal drückte, wenn an einer Kreuzung die Ampel auf "Rot" sprang. Er fuhr dann mit 120 km/h über die befahrene Kreuzung. Als er seinen ersten Autounfall hatte, wurde ihm bewusst, dass er den Tod suchte und dabei auch Schaden für andere in Kauf nahm. Wenn er jetzt keine professionelle Hilfe bekam, würde er die nächsten Monate nicht überleben ...

Trennungsdepressionen drohen vor allem den Männern, die ihren ganzen Lebenssinn in der Arbeit und in der Familie gefunden hatten. Sie sind dann kaum noch in der Lage, die alltäglichen Anforderungen zu bestehen. Alle Gefühle ersterben in ihnen, was wahrscheinlich das schrecklichste Symptom dieser Krankheit ist. Geht dann noch jegliche Zukunftsperspektive und Lebenssinn verloren, nähern viele sich Stück für Stück dem Suizid. Ist ihnen der Schlaf geraubt, haben sie besonders viel Zeit, sich Gedanken über das Sterben zu machen. Da sie nichts mehr fühlen, erleben sie sich praktisch schon wie tot. Doch die mit der Krankheit entstehende Antriebsstörung verhindert in der tiefsten Krise, diese Gedanken in die Tat umzusetzen. Auch hoher Alkoholkonsum, ein zuverlässiges Erkennungsmerkmal für eine Depression, verhindert den Selbstmord, da damit der zerstörerische Antrieb gehemmt wird. Die durchgeführten Selbstmorde ereignen sich häufiger nach der überstandenen tiefen Depression, wenn das Leben und der Antrieb zurückkommen und auch der Alkoholkonsum reduziert wird.

In dieser Situation raten moderne Ärzte oft dazu, es sich mit entsprechenden Psychopharmaka leichter zu machen. Wer jedoch Trauer und Schmerz lange genug verdrängt, der spart gleichsam auf seine Depression hin. Heute gehen Psychiater davon aus, dass medikamentöse Therapien immer auch von Psychotherapien begleitet sein müssen. Stabile Beziehungen, insbesondere die zu den eigenen Kindern, und sichere und als sinnvoll erlebte Arbeitsverhältnisse wirken wie eine Art Bollwerk gegen Depressionen. Vorbeugung im besten Sinne treibt derjenige, der über Psychotherapie freiwillig den Abstieg in die eigene Unterwelt wagt und sich dem Schmerz und der Trauer stellt.

Depressionen stören körperliche Funktionen und sind begleitet von Gedächtnisstörungen, Migräne, schnellere Erschöpfbarkeit, Impotenz,

Schlafstörungen und vorzeitigem Altern. Das Risiko, Diabetes, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu bekommen, ist mehrfach erhöht.

Es geht nicht bloß um subjektive Befindlichkeiten, es geht um Leben und Tod.

Soll der Ausstieg aus dem bisherigen, krankmachenden Leben dauerhaft gelingen, so ist es unabdingbar, seine Krankheit anzunehmen und sie der Umwelt auf geeignete Weise zu kommunizieren. Dass andere Menschen dann mit Unverständnis und sogar Zorn reagieren verwundert nicht, profitieren sie doch all zu oft vom diesem Elend. Es ist keine Schande, sich fremde Hilfe zu holen. Trennungsväter sehen sich leider dabei immer wieder alleine gelassen, da auch viele Psychotherapeuten von traditionellen Rollenbildern geprägt sind.

Wenn Trennungsväter sich aus ihrer krankmachenden Rolle befreien wollen, müssen sie vielfältige Widerstände überwinden. Zu sehr ist es gesellschaftlicher Konsens geworden, Trennungsväter nach Belieben zu überlasten. Der größte Druck ist jedoch der, den sie sich selbst machen, indem sie bedingungslos funktionieren wollen und sich kein anderes Leben vorstellen können. Viele finden keinen Ausweg daraus und bringen sich um. Trennungsväter sterben leise und unauffällig, nur wenige setzten ein letztes verzweifertes Signal und nehmen Angehörige mit ins Grab.

Weil die Auswirkungen so katastrophal sein können, muss die Krankheit „Depression“ endlich auch bei Trennungsvätern ernst genommen werden. Hier gibt es noch viel Überzeugungsarbeit zu leisten – packen wir diese Aufgabe gemeinsam an.

Charlotte G.* „Brief einer Großmutter an eine Initiative“

Sehr geehrter Herr ...,

ich möchte Sie heute um einen Rat bitten. Es geht um das Sorgerecht für meinen Enkel L.. Ihnen ist gewiss bekannt, dass ich meinen Sohn unterstütze, indem ich mich mit der Problematik an die verschiedensten Institutionen wende (Landrat, Jugendamtsleiter, Sächsische Abgeordnete, Gleichstellungsbeauftragte usw.). Bisher wurde mit Betroffenheit oder gar nicht reagiert. Die einzige positive Reaktion scheint bisher immer gekommen zu sein, wenn ich den Landrat des Landkreises Borna um Hilfe gebeten habe.

Fakt ist, dass die Kindesmutter im Rahmen eines Schurkenstreiches vor 2 ½ Jahren das Aufenthaltsbestimmungsrecht für das Kind bekommen hat, dass sie das Kind mit sich herumschleppt und ohne dessen Wissen zusammen mit ihm das Haus für immer verlassen hat.

Das Sorgerecht steht beiden zu. Aber weil die Mutter den Kontakt zwischen Vater und Sohn nicht will, weil sie ihren Hass auf den Vater nicht bändigen kann, versagen Jugendamt, Richter, Gutachter. Deren Motto im Gespräch mit meinem Sohn, der einfach nicht locker lässt: Nehmen Sie, was Sie kriegen, fügen Sie sich.

Das aber ist doch nun wahrhaftig nicht der letzte Schrei der Erkenntnis. Man weiß inzwischen, welche Auswirkungen es hat, wenn den Kindern der zweite Elternteil fehlt. Diese Erkenntnis kommt offensichtlich bei den verkrusteten Institutionen nicht an. Und so kann eine im Gehirn verkorkte Mutter lügen, lügen, lügen, dem Kind falsche Dinge einflößen, bis dieser kleine Kerl endlich aufgibt, um seine Ruhe zu haben oder im Jugendalter eine Pistole in die Hand nimmt und den Lehrer erschießt, obwohl die Kugel eigentlich... . Ich finde das entsetzlich.

Mein Sohn weiß von seinem Jungen inzwischen einige Dinge, die in seiner neuen Umgebung ablaufen und ganz bestimmt nicht zum Wohle des Jungen sind. Der Junge kann sich bei seinem Vater aussprechen. Er hat ihm aber auch versprochen, niemandem davon zu erzählen, weil der Junge bei entsprechenden Reaktionen des Vaters das durch die Mutter zu spüren bekommt. Er wagt sich auch nicht, ihn befragende Personen (die Art der Fragen ist anzuzweifeln) von seiner wirklichen Meinung zu Dingen die Wahrheit zu sagen.

Es müsste jemanden geben, der mal mit der Faust auf den Tisch haut und in diesem ganzen Filz zwischen Familiengericht, Jugendamt, Erziehungsberatung, Psychologe, Anwälten, Gutachter aufräumt. Es müsste mal jemanden geben, der der Mutter sagt, wenn Du Dich jetzt nicht endlich bemüht, zum Wohle des Kindes mit dem Vater zu kommunizieren, dann wirst Du zwangsweise in eine psychiatrische Behandlung geschickt.

Aber den gibt es nicht. In diesem angeblichen Rechtsstaat ist alles so geregelt, dass die Entscheidungsträger immer sagen können: Schuld ist der andere. Und letzten Endes landet dann das ganze Problem beim letzten Glied in der Kette, in unserem Falle beim Vater, den man dann, wenn er nicht weiter weiß und ausrastet, einsperren kann. Dann ist man das Problem los. Was aus dem Kind wird, ist all den Entscheidungsträgern egal, sie sind, wenn der Vater aus dem Gefängnis kommt oder der Junge zum Amokläufer geworden ist, in Rente.

Mein Sohn dreht sich auf der Stelle: Die Mutter ist telefonisch nur über die Mail-Box des Handys bzw. per SMS zu erreichen (sehr teuer). Sie hat ihre E-Mail-Adresse geändert, die E-Mails kommen zurück. Sie hat einen Festnetzanschluss, die Nummer ist geheim. Wenn Sie meinem Sohn bei der Übergabe des Kindes zum Mindestumgang gegenübersteht, dann beschimpft sie ihn. Das Jugendamt vermittelt nicht mehr, der bestellte Gutachter sagt, mein Sohn solle mit der Mutter sprechen. Es wird bald soweit sein, dass wir zum Psychiater müssen, weil wir das nicht verstehen können.

Seit Donnerstagnachmittag ist der Junge bei seinem Vati. Es fehlt Regenbekleidung, die Karte von der Krankenkasse (sie müssen zum Arzt) und noch einiges. Die Mutter ist nicht einmal für ihr Kind erreichbar. Sie wird wohl bei ihrem neuen Freund sein. Dorthin schleppt sie ja das Kind am Wochenende, wenn es nicht beim Vater ist, noch, er ist 9 Jahre alt.

Bei all dem, was ich Ihnen jetzt geschildert habe, ist doch nichts von Gleichstellung, von Geschlechterdemokratie auch nur ansatzweise zu spüren. Dass das Kind Vater und Mutter braucht, wird regelrecht ignoriert.

Ich möchte auf meinen Anfang zurückkommen. Ich bitte Sie um einen Rat: Was kann mein Sohn, was kann ich, was können wir zusammen noch tun? L. wird mit jedem Tag älter. Er wird es nicht verkraften, wenn er nicht mehr zum Vati darf, und das soll offensichtlich erreicht werden.

Es steht noch ein Gespräch mit der Vorsitzenden des Ausschusses Soziales im Sächsischen Landtag aus und eine Reaktion auf meinen Offenen Brief an die Abgeordneten.

Gibt es denn in Leipzig oder der näheren Umgebung schon weitere Mitglieder, zu denen ich Kontakt aufnehmen könnte? Am 25. August fanden wir in www.faz.net Artikel „Feinbild Vater – Das entfremdete Kind“. Der Artikel müsste vor jeder Fernsehsendung auf dem Bildschirm erscheinen, auf jedem PC, der müsste an Bäumen hängen und in den Autobahn-Toiletten.

Nun warte ich auf ihre Antwort. Vielleicht haben Sie ja eine Idee, die uns noch nicht gekommen ist. Wir wollen ja sachlich und korrekt bleiben.

Ich verbleibe mit vielen Grüßen aus Leipzig.

Günther Mühlbauer „Steh-auf-Väterchen“

Wenn du gute Bekannte und Verwandte fragst, sie sollen das bezeugen was sie gesehen und gehört haben, und sie sagen das machen sie nicht,

Dann legst du dich nieder, und stehst wieder auf.

Wenn du Seelsorger um die Hilfe deiner Kinder bittest, und er sagt er macht vom Aussageverweigerungsrecht Gebrauch,

Dann legst du dich nieder, und stehst wieder auf.

Wenn du Beamte, Ärzte und Gutachter, die nachweislich falsche Berichte, Atteste und Gutachten ausgestellt haben, anzeigst und du findest keinen Staatsanwalt der die Straftat verfolgt,

Dann legst du dich nieder, und stehst wieder auf.

Wenn du einen Betreuungsbeistand für eine Person die nachweislich ihre Post der letzten 5 Jahre nicht aufgemacht hat beantragst, und sie bieten dir Hilfe in Form einer Betreuung an,

Dann legst du dich nieder, und stehst wieder auf.

Wenn du an Weihnachten 2004 eine Anzeige mit dem Text: „Harmonische und besinnliche Feiertage wünsche ich allen, besonders aber unseren Kindern, die wieder ohne ihre Väter, Mütter, und Großeltern Weihnachten verbringen dürfen“ in einer Regensburger Tageszeitung aufgeben möchtest, und sie sagen solche Anzeigen nehmen wir nicht an,

Dann legst du dich nieder, und stehst wieder auf.

Wenn du zu Fuß nach Berlin, München, Straßbourg und Rom gegangen bist, und du für die eigenen Kinder nichts erreicht hast,

Dann legst du dich nieder, und stehst wieder auf.

Und ganz zum Schluss, bevor du von dieser Welt gehst, und du dir nochmals Gedanken über dein Leben machst,

Dann legst du dich nieder, und stehst nicht mehr auf.

Alexa* „Vaterherz“

Manchmal denke ich an die Blumen
ich pflückte sie dir als kleines Mädchen
jedes Gänseblümchen erfreute dich
pures Gold in deinen strahlenden Augen

Du hast mir die Geschöpfe der Natur erklärt
mich den Kreislauf der Jahreszeiten gelehrt
wir haben zusammen den Garten bestellt,
Fische geangelt und Hühner geschlachtet

Im Winter wärmte ich mich am Ofen
in deiner Schreinerwerkstatt
der Geruch von Holz begleitet mich

Du hast mein Kinderherz getröstet und ermutigt
„Fräuke“ hast Du mich liebevoll genannt, kleine Frau
Deine Stärke wächst wie ein Spross in mir
Mut, Ausdauer und Liebe hast Du mir vorgelebt

Als ich Mutter wurde
hast du meinen Sohn gehalten
hast ihn mit Liebe geborgen
bedingungslos war Dein Schutz

Vater, dein Herz ist alt, deine Kraft ist verbraucht
Du ahnst den Abschied
ich werde dich halten, wenn du für immer gehst