

Kinder brauchen Oma und Opa

Jungen und Mädchen profitieren von ihren Großeltern – Wenn die Familie zerbricht, bleiben diese oft außen vor

Zerbricht eine Familie, leiden alle: Kinder, Eltern, aber auch die Großeltern. Sie bekommen ihre Enkel häufig nicht mehr oder nur noch selten zu sehen. Nach dem Gesetz haben sie zwar ein Recht auf Umgang mit dem Kind, wenn es dem Wohl des Enkels dient. Im Streitfall müssen die Großeltern das aber beweisen. Bisher haben die Familiengerichte dieses Problem sehr unterschiedlich behandelt. Bevor es aber zum Rechtsstreit kommt, sollten Eltern und Großeltern Verantwortungsbewusstsein und Toleranz an den Tag legen und nach anderen Lösungen suchen.

Denn die Beziehung zwischen Enkeln und Großeltern ist wichtig: „Durch die Großeltern lernt ein Kind einen großen, zusätzlichen Bereich an Erfahrungen und

Enkel sind auch Ergebnisse der eigenen Erziehungsarbeit

Akzeptanzen kennen“, sagt Professor Gerhard Amendt, Direktor des Instituts für Geschlechter- und Generationenforschung an der Universität Bremen. „Sie können dem Kind eine Gelassenheit vermitteln, die sich aus ihrer Lebenserfahrung und ihrem Alter ergibt“, erklärt der Soziologe. Diese Perspektive unterscheidet sich deutlich von jener der Eltern: Diese hätten einen stärker strukturierenden Einfluss auf das Leben des Kindes. Ein Teil dieser Funktion könne auch von anderen Personen der Großeltern-Generation übernommen werden. Doch vollständig lassen sich die leiblichen Großeltern nicht ersetzen. „Großeltern sehen in dem Kind ihres Kindes auch ein Ergebnis ihrer eigenen Erziehungsarbeit. Sie haben deshalb eine engere, dichtere Beziehung zu dem Enkelkind als zu einem fremden Kind“, sagt Amendt. „Daraus resultiert eine besondere Fähigkeit, sich in das Enkelkind hineinzuversetzen, und es zu verstehen.“

Gerade wenn sich Eltern trennen und für das Kind eine Welt zusammenbricht, sind Großeltern als verlässliche, konstante Bezugspersonen wichtig. Sie können Verbündete des Kindes in seiner Trauer und in seinem Unverständnis sein, zumal sie oft ähnliche Gefühle haben. Oma und Opa können das Kind eher trösten als die Eltern, die die Trauer des Kindes verursacht haben.

Auch praktisch übernehmen viele Großeltern im Trennungsfall neue Aufgaben.



Gelassenheit, Lebenserfahrung und ein entspannter Bezug zur Zeit: Großeltern erfüllen andere Aufgaben als Mama und Papa

Foto: Iffa

„Viele Scheidungen wären gar nicht umsetzbar, wenn es nicht Großeltern gäbe, die finanziell unter die Arme greifen oder bei der Kinderbetreuung einspringen“, sagt Ingrid Groß, Fachanwältin für Familienrecht aus Augsburg. So wird gerade der Kontakt zu den Eltern des Partners, bei dem das Kind lebt, in der Regel also zu den Großeltern mütterlicherseits, gestärkt.

Der Umgang mit den anderen Großeltern gestaltet sich allerdings häufig schwierig. Er muss gezielt erhalten und gefördert werden. Das erfordert von allen Beteiligten Planung und oft auch etwas Überwindung. Dennoch ist der Kontakt zu den Großeltern auch in diesem Fall nach einer Scheidung wichtig. „Solange ein Kind klein ist, ist

manch ein Vater froh, die Wochenenden mit dem Kind bei seinen Eltern verbringen zu können, weil er dort Hilfe bei der Erziehung erfährt“, sagt Fachanwältin Groß. „Schwierig wird es hingegen, wenn die Kinder älter sind und auch am Wochenende mal Zeit für sich, ihre Freunde, ihre Hobbys haben möchten.“ Dann sollten die geschiedenen Eltern den Weg zu Oma und Opa ebnen – zum Beispiel, indem sie regelmäßig zu Besuchen animieren, ohne gleich aufzurechnen, von wessen Zeitkonto diese Besuche abgehen.

„Ganz problematisch wird die Situation in strittigen, mit Konflikten belasteten Trennungen und wenn einem der Partner das alleinige Sorgerecht zugesprochen wurde“, sagt Rita Boegershausen, Mit-

begründerin der Bundesinitiative der Großeltern von Trennung und Scheidung betroffener Kinder (BIGE) in Essen, einer bundesweit agierenden Selbsthilfeorganisation. Die große Gefahr sei dann, dass die Geschiedenen ihre jeweiligen Schwiegereltern automatisch dem „feindlichen Lager“ zuordnen, mit dem sie am liebsten gar nichts mehr zu tun hätten.

„Sehr wichtig ist, dass sich die Großeltern so weit wie irgend möglich aus dem Konflikt der Eltern raushalten – selbst wenn ihnen das eigene Kind näher steht als das Schwiegerkind“, sagt Boegershausen. So ist es sinnvoll, das Gespräch mit der Schwiegertochter oder dem Schwiegersohn zu suchen, notfalls in einem Brief.

Auch gegenüber dem Enkel ist Neutralität oberstes Gebot. „Bei Besuchen dürfen Großeltern auf keinen Fall gegen die Schwiegertochter oder den Schwiegersohn hetzen“, sagt Groß. Berichtet das Enkelkind zu Hause davon, könne das das Ende des Umgangs sein. Davor warnt Generationenforscher Amendt eindringlich: „Eltern können zwar den Kontakt zu den Schwieger-Großeltern bösartig unterbinden. Wenn das Kind jedoch erwachsen wird und die Chance hat, seinen eigenen Weg zu gehen, kann es passieren, dass es sich mit Zorn gegen seine Eltern wendet.“ Eva Neumann

Weitere Informationen unter:
www.grosseltern-initiative.de

Nicht nur zum Reinbeißen

Äpfel sind ein Obst, mit dem man kochen kann

Wer jeden Tag einen Apfel isst, kommt gesund durch den Winter, heißt es. Dass Äpfel dank ihres Reichtums an Vitamin C, Kalium und Pektin (gut für die Verdauung und den Blutfettspiegel) gesund sind, ist bekannt. Doch manche Menschen mögen die säuerliche Frucht nicht am Stück verzehren. Sie können dennoch von der krebsschützenden Frucht profitieren. Denn mit Äpfeln lässt sich so manches herbstliche Gericht versüßen:

■ **Als Suppe:** Für eine Apfel-Curry-Suppe werden Apfelschnitzel mit Zwiebeln gebraten, mit Gemüsebrühe oder Hühnerfond und etwas Sahne übergossen und mit reichlich Curry, etwas Chili und frischem Koriandergrün abgeschmeckt.

■ **Für Salate:** Äpfel gehören in den Waldorfsalat wie Knollensellerie. In dünne Schnitz geschnitten passen sie aber auch zu Feldsalat, Radicchio, Chicorée und allen dickblättrigen Salatorten. Bissfeste, süßsaure Äpfel wie Grafensteiner oder Jonagold sind für Salate besonders geeignet: gut waschen, aber nicht schälen, da unter der Schale die wertvollsten Stoffe sitzen. Mit Sprossen, Walnüssen oder Käsewürfel garnieren. Tipp: Die Äpfel gleich

nach dem Schneiden mit Zitronensaft beträufeln, damit sie nicht braun anlaufen.

■ **Zu Kartoffeln:** Am bekanntesten ist das Gespann Apfel und Kartoffel in Form von Reibekuchen mit Apfelmus und beim bodenständigen Gericht Himmel und Erde. Schmackhaft ist aber auch ein Gratin aus Kartoffel- und Apfelscheiben, das im Ofen mit etwas Milch oder Sahne übergossen gebacken wird. Gut zu Pellkartoffeln: ein Joghurt-Dipp mit Apfelscheiben, Kapern und Roter Bete. Eine Kartoffelsuppe schmeckt nach mehr, wenn sie mit karamellisierten Apfelschnitzeln garniert ist. Tipp: Dank neuer Lagermethoden gibt es Äpfel und Kartoffeln aus heimischem Anbau und in guter Qualität den ganzen Winter über zu kaufen.

■ **Zu Käse:** Äpfel passen zu Blauschimmelkäse wie Gorgonzola sowie Ziegen- und Schafskäse. Sie ergänzen die Zutatenliste für Raclette und Käsefondue.

■ **Als Dessert:** Ob als Bratapfel, Apfelmus, Apfelpfannkuchen oder als mit etwas Calvados gekochtes Kompott – auch für fruchtige Nachtische sind Äpfel bestens geeignet. juf



Feldsalat mit Äpfeln

Foto: Vitaquell

Getrennt verreisen für die Partnerschaft

Für ein Paar kann es gut sein, getrennt zu verreisen. „Das kann wichtige Impulse geben“, sagt Michael Stanislawski, Paartherapeut und Leiter des Instituts für Fort- und Weiterbildung in München. „In einer reinen Männer- oder Frauengruppe wird man ganz anders bestätigt.“ Interessant sei für viele auch, wie sie ohne Partner auf Menschen wirken. Den anderen ziehen zu lassen setzt Vertrauen voraus. „Daher sollte man nicht getrennt in den Urlaub fahren, wenn es gerade kriselt“, rät Stanislawski. ddp

Nähen ist wieder angesagt

Nähen ist im Aufwind. In Berlin ist das an Stoffläden und kleinen Geschäften von jungen Designern zu sehen. So hat die Niederländerin Linda Eilers in Kreuzberg ein Nähcafé mit dem Namen Stich 'n Bitch (Stich und läster) eröffnet. Kunden können sich dort an eine der zehn Maschinen setzen und für fünf Euro loslegen – egal, ob sie eine Hose kürzen oder einen Rock verziern wollen. In ihrer Heimat wäre ihr ein solcher Laden zu teuer gewesen, erzählt die Inhaberin, die auch beim Nähen hilft. dpa

Rot und nichts als Rot

Signale setzen mit Kleidern und Accessoires

Ladys in Rot werden besungen, Frauen in Rot beschäftigen Filmregisseure und finden auch sonst Beachtung. Ohne einen einzigen Laut von sich zu geben, senden sie eine raumgreifende Botschaft: Seht her, hier bin ich. Kein anderes Kleidungsstück zeigt so viel Präsenz und hat eine vergleichbare Strahlkraft wie ein rotes Kleid oder ein roter Mantel. Aufmerksamkeit ist garantiert.

In dieser Saison wird die Signalfarbe von den Designern einmal mehr als Bekenntnis eingesetzt: entweder im Komplet-Look oder Akzente setzend als Ergänzung zu Schwarz, Weiß, Grau, Gold oder Sand. Rote Accessoires – allen voran Schuhe und die Taille betonende Gürtel – werden in diesem Fall zu heimlichen Stars. Doch auch hier gilt: Die Mode geht grundsätzlich zum Schlichten, verzichtet auf ein Übermaß an Dekor und bezieht ihre Wirkung in erster Linie aus einer ebenso klaren wie raffinierten Form.

Edel und direkt soll die Anmutung auch bei der Modefarbe Rot sein, nicht etwa schrill und exzentrisch. Deshalb duldet reines Rot keine anderen Farben neben sich. Am liebsten wird die Trendfarbe pur getragen oder als Ergänzung zu einem einzi- gen neutralen Ton. Beliebtester Partner ist dabei Schwarz. Soll die Garderobe dreifarbig sein, dann wird Rot mit dem klassischen Gespann Schwarz und Weiß kombiniert. Tatsächlich setzen Designer rote Accessoires wie Pumps, Stiefel, Handschuhe, Gürtel oder Taschen am häufigsten als Kontrast zu einer schwarzen oder schwarz-weißen Garderobe ein. Um die Wirkung zu verstärken, ist

das rote Beiwerk häufig aus Lack gefertigt. Diese feuerroten Accessoires wirken bei mausgrauen Klassikern, etwa einem Mantel mit Fischgratoptik oder einem Hosenanzug aus feinem Tweed, belebend und modern. Aber auch die Kombination mit Beige, Cremeweiß oder einem mittleren Brauntönen ist möglich. Der Kontrast ist hier weniger stark als bei dem an Schneewittchen erinnernden Dreiklang: Schwarz, Weiß, Rot. Insbesondere blonden Frauen steht der Zusammenklang von Rot und Beige oder Wollweiß in der Regel besser als die Kombination mit hartem Schwarz, die den südlichen Typ rassig erscheinen lässt.

Trägt eine Frau ein rotes Kleid, kann sie getrost auf Schmuck und starkes Make-up verzichten. Ihr Augenmerk sollte auf einem ebenmäßigen Teint liegen. Die Augen werden mit einem neutralen Lid-schatten akzentuiert, zum Beispiel mit Grau oder einem Nudeton, die Wimpern schwarz getuscht. Ein Hauch Rouge auf den Wangen verleiht dem Gesicht Frische. Ob knallrot oder eher dezent geschminkt – beim Lippenstift entscheiden der Anlass, der Typ und die eigene Stimmung.

Apropos: Auch mit der Lippenstift- und Nagellackfarbe lassen sich Akzente setzen. Leuchtendes Rot spielt in dieser Saison unabhängig von der Garderobe wieder eine große Rolle. Am schönsten sehen signalrot geschminkte Lippen und Nägel aber zu Schwarz aus. Julia Förch



Leuchtendes Rot steht Blonden genauso gut wie Brünetten und Dunkelhaarigen

Foto: Brioni

ELTERNZEIT

Hilfe, mein Kind sieht seinen Vater kaum

Erziehung ist kein Kinderspiel. Unsere Serie gibt Antworten auf Fragen, die in jeder Familie auftauchen

Nahezu ein Sechstel aller Paare führt heute eine Wochenend-Ehe. Nur in rund zehn Prozent der Fälle pendelt die Frau. Fast immer sind es die Männer, die nur Samstag und Sonntag echte Väter sind. Die erschreckende Zahl: Genau die Hälfte aller Wochenend-Ehen scheitert nach spätestens fünf Jahren. Die andere Hälfte beißt die Zähne zusammen und holt in zweieinhalb Tagen nach, wozu andere Familien sieben Tage Zeit haben. Wenn überhaupt, kann so ein Familienleben auch über einen längeren Zeitraum nur bedingt erhalten werden. So paradox es klingt: Die beste Methode, eine Wochenend-Ehe zu retten, ist, sie zu beenden. Lassen Sie keine Möglichkeit außer Acht, die es vielleicht ermöglicht, die ganze Familie auf Dauer wieder zusammenzubringen. Kann nicht doch die ganze Familie dort leben, wo der Vater arbeitet? Wäre es so schlimm, wenn Papa einen kleinen Karriereknick oder ein paar Mark weniger verdienen würde?

Ist an der getrennten Lebensform partout nicht zu rütteln, müssen beide Partner Abstriche machen. Es ist unmöglich, an nur zwei Tagen ein perfekter Vater oder eine zufriedene Partnerin zu sein. Wochenendfamilien sind anders. Akzeptieren Sie dies und versuchen Sie nicht, mit anderen Familien zu konkurrieren. Versuchen Sie, die Alltagsprobleme unter der Woche in den Griff zu bekommen, nach Möglichkeit durch allabendliche Telefonate. Dann kann wenigstens Samstag und Sonntag der Alltagsfrust vor der Tür bleiben.

Eine Wochenendfamilie funktioniert nur bei klarer Teilung der Verantwortung. Vater wie Mutter müssen akzeptieren, dass die Verantwortung für die Kinder zu 90 Prozent bei der Mutter liegt. Grobe Anliegen und grundsätzliche Fragen können am Wochenende besprochen werden. Die tagesaktuellen Entscheidungen muss jedoch die Frau alleine treffen, ohne sich dafür anschließend vor ihrem Mann rechtfertigen zu müssen. Nutzen Sie die ausgleichende Wirkung von Ritualen. Wenn Kinder sich bereits die ganze Woche auf den Hallenbadbesuch mit Papa freuen können, dann ist das eine prima Sache. Drohen Sie Ihren Kindern niemals mit dem Vater. Das berühmte „Warte nur, bis Papa kommt. Dann kannst du was erleben“ ist selbst in normalen Familien kontraproduktiv. Wie viel Angst lösen Sie erst bei einem Kind aus, das bis Freitagabend einer unklaren Strafe entgegenblickt? Gerit Kopietz/Jörg Sommer

Kassengestell wird wieder modisch

Pullunder, Karottenjeans und Herrenhandtasche sind wieder angesagt. Nun könnte sich ein weiterer Kandidat anschließen, zum modischen Retro-Utensil des Großstädters zu werden: die oft als Kassenbrille geschmähte Sehhilfe, das Achtziger-Jahre-Modell aus Horn oder Metall, gern mit Steg am oberen Rand, wie sie Helmut Kohl früher trug. Erste Anzeichen für das modische Comeback gibt es bereits auf Berliner Flohmärkten oder in Galerien, wo die ersten Wagemutigen jenes Nasenfahrrad tragen. dpa

Baden zu zweit als Beziehungspflege

Laut einer repräsentativen Umfrage steigen 25 Prozent der deutschen Paare gerne zu zweit in die Wanne. Das hat im Auftrag von Kaldewei das Kölner Rheingold-Institut in einer tiefenpsychologischen Studie ermittelt. Die Ergebnisse belegen, dass gemeinsames Baden, Duschen oder Whirlen positiv auf die Beziehung wirken. Dabei handelt es sich weniger um Körper- als um Beziehungspflege. Insbesondere gemeinsames Baden wird von Paaren häufig prophylaktisch eingesetzt, um die Intimität zu stärken. StN