Wie können wir unseren Kindern helfen bei Trennung und Scheidung?

Ein Informationsblatt für Eltern

Trennung und Scheidung zu erleben, belastet Eltern ebenso wie Kinder. Auch nach einer Scheidung bleibt die Zusammenarbeit oft schwierig und die Nerven sind manchmal dünn. Ebenso schwer ist es häufig für die Kinder, mit dem Alltag in getrennten Elternhäusern klarzukommen. Dennoch gibt es Möglichkeiten, wie Sie Ihren Kindern helfen können, trotz elterlicher Trennung gut groß zu werden. Wir geben Ihnen in diesem Papier ein paar Anregungen, was nach unserer Erfahrung Trennungskindern hilft.

Das Gespräch mit den Kindern

Kinder brauchen die Hilfe der Eltern, um das, was geschieht, wenigstens halbwegs begreifen und einordnen zu können. Ihnen hilfreiche Erklärungen zu geben, ohne sie mit Details der elterlichen Konflikte zu belasten, ist ein Balanceakt. Natürlich hängt es vom Alter ab, was man den Kindern sagt, ähnlich wie bei anderen „heiklen“ Themen (z.B. Tod, Sexualität). Hilfreich ist oft der Grundsatz: *„Alles, was gesagt wird, sollte wahr sein – aber nicht alles, was wahr ist, sollte gesagt werden.“* Hilfreich ist es auch, wenn keine Schuldzuweisungen erfolgen, da die Kinder sonst in Loyalitätskonflikte geraten. *„Wir wollen nicht mehr so schrecklich streiten, deshalb haben wir jetzt verschiedenen Wohnungen“*, *„Mama / Papa*[1] *war nicht glücklich mit mir“* – solche Aussagen sind eher hilfreich *als „Mama / Papa hat mich / uns verlassen.“*

- Wenn die Trennung ansteht, ist es wichtig, dass Ihr Kind auch erfährt, was weiter so bleibt wie es ist: *„Auch wenn wir jetzt zwei Wohnungen haben – wir bleiben weiter deine Eltern, und du wirst weiter uns beide sehen, mit uns beiden spielen und toben und kuscheln und Spaß haben …“.*
- Kleine Kinder können mit dem Begriff „Trennung“ meist wenig anfangen. Erklärungen müssen hier mit Erfahrungen einhergehen. Es kann sinnvoll sein, die Trennung erst dann mit ihnen zu besprechen, wenn sie die neue Wohnung des anderen Elternteils auch sehen und erleben können.
- Ihr Kind hat ein Recht auf seine Gefühle, darf traurig sein wegen der Trennung, auch wütend und verzweifelt. Es ist gut für die Bewältigung der Trennung, wenn das Kind diese Gefühle äußern kann und Ihr Verständnis findet. Trost ist erst dann möglich, wenn das Kind erlebt, dass auch sein Schmerz ernst genommen wird.
- Sie können Ihrem Kind sagen, dass Sie wissen, dass ihm die Trennung weh tut, dass Sie es nicht geschafft haben, als Eltern zusammen zu bleiben und dass das Ihnen leid tut.
- Sie können Ihrem Kind sagen, dass es mit der Liebe zwischen Erwachsenen anders ist als mit der Liebe von Eltern und Kindern: Die Liebe zwischen Erwachsenen kann

[1] Die Begriffe „Mama“ und „Papa“ im folgenden Text sind jeweils austauschbar.

manchmal kaputt gehen, das kann sehr traurig sein. Die Liebe von Eltern zu ihren Kindern ist anders, die bleibt.

- Besonders kleine Kinder, unter sechs Jahren, sehen sich selbst als „Nabel der Welt". So meinen sie auch, Ursache der Trennung zu sein. Es ist wichtig, ihnen zu sagen, dass sie nicht schuld sind.
- Wenn Ihr Kind erlebt, wie Sie traurig, wütend oder verzweifelt sind, können Sie z.B. sagen *„Ich bin gerade sauer, weil Mama und ich wieder Streit haben."* Wenn Ihr Kind nachfragt, warum, können Sie sagen *„Das sind Erwachsenendinge, ich werde das mit Mama klären, du musst dir keine Sorgen machen"* o.ä. Wichtig ist dann, dass Sie sich für Ihren Ärger, Ihre Trauer etc. *erwachsene* Gesprächspartner suchen – nicht die Kinder. **Kinder sind keine Gesprächspartner für Fragen der Partnerschaft!**
- Hören Sie ihrem Kind zu, aber fragen Sie es nicht aus über den anderen Elternteil.
- **Das Wichtigste: Respektieren Sie die Liebe Ihres Kindes zum anderen Elternteil – egal, was Sie selbst diesem gegenüber empfinden. Herabsetzende Äußerungen über den anderen Elternteil verletzen Ihr Kind im tiefsten Innern.**
- Wenn der andere Elternteil immer wieder Versprechungen macht und nicht einhält (z.B. Umgangstermine) und Ihr Kind deshalb traurig und enttäuscht ist, können Sie z.B. sagen: *„Ich glaube, dein Papa hat Schwierigkeiten, Termine einzuhalten – er will das wohl, aber irgendwie schafft er es nicht. Für dich ist das doof, ich weiß."* Sie müssen keine „Heiligenfigur" aufbauen.

Das Gespräch mit den Kindern bleibt eine dauernde Aufgabe für Trennungseltern. Je besser Sie selbst die Trennung und die damit verbundenen belastenden Gefühle bewältigt haben, desto besser wird es Ihnen vermutlich gelingen, unterstützende Gespräche mit Ihren Kindern zu führen. Hilfreich beim Gespräch mit den Kindern sind auch **Kinderbücher** zum Thema. Eine entsprechende Liste finden Sie auf der letzten Seite dieses Infoblatts.

Getrennte Eltern: Zusammenarbeit und Konflikte

„Eltern bleiben Eltern": Dieses Motto appelliert an Eltern, auch nach der Trennung für ihre Kinder da zu sein und als Team zusammenzuarbeiten – ihren Kindern zuliebe, trotz aller Verletzungen, trotz aller Gefühle von Wut, Trauer und Verzweiflung, die mit der Trennung verbunden sein mögen. Das bedeutet z.B.:

- In **Fragen von grundsätzlicher Bedeutung** (*Wo lebt das Kind? Wie wird der Umgang geregelt? Welche Schule soll das Kind besuche?* Etc.) bemühen sich die Eltern um **einvernehmliche Lösungen**. Beide sind bereit, zum Wohl ihres Kindes dem anderen Elternteil entgegenzukommen.
- Beide Eltern **respektieren die Privatsphäre** des anderen Elternteils, betreten die jeweilige Wohnung z.B. nur, wenn sie dazu eingeladen werden und enthalten sich herabsetzender Äußerungen oder indiskreter Nachfragen.
- Beide Eltern **respektieren den Erziehungsstil** des jeweils Anderen – auch wenn dieser sich vom eigenen Erziehungsstil unterscheidet. Ein ständiger Kampf um den richtigen Weg schadet den Kindern meist mehr als eine „schlechte" Erziehung[2].
- **Konflikte** tragen die Eltern **direkt mit dem anderen Elternteil** aus. Mitteilungen, Nachfragen und Absprachen nehmen sie selbst in die Hand. Die Kinder werden in jedem Fall herausgehalten.

[2] Natürlich gibt es Grenzen – etwa bei Gewalt, Missbrauch, Drogen- oder Alkoholrausch während der Kinderbetreuung.

- Die Eltern pflegen einen **sachlichen Kommunikationsstil**. Konflikte tragen sie sachlich aus - ähnlich wie es vielleicht Geschäftsleute tun würden, die sich über einen Geschäftspartner ärgern, aber weiter mit ihm zusammenarbeiten wollen. Emotionen werden herausgehalten.

Vielen Eltern gelingt es – wenn auch vielleicht nicht sofort und vielleicht nicht immer – auf diese Weise zu kooperieren. Manchmal sind Eltern damit jedoch überfordert. Besonders in der ersten Zeit nach der Trennung sind beide oft sehr verletzt und die Nerven liegen blank, was eine vernünftige Zusammenarbeit sehr schwierig macht. Dann geht es eher um Schadensbegrenzung: *Wie können Sie vermeiden, dass Konflikte eskalieren und Ihre Kinder Feindseligkeiten zwischen Ihnen erleben?*

- **Manchmal hilft es, wenn Sie und Ihr Ex-Partner die Kommunikation für einige Zeit auf das absolut unerlässliche Minimum beschränken, jede Diskussion vermeiden und sich gegenseitig in Ruhe lassen.** So besteht vielleicht die Chance, dass die Wunden der Trennung langsam heilen und nicht immer wieder neu aufgerissen werden. Unter Umständen kann helfen
    - persönliche Begegnungen für einige Zeit ganz zu vermeiden oder nur an neutralen Orten (z.B. im Cafè) zu haben
    - die Wohnung des Anderen nicht mehr zu betreten
    - Absprachen nur noch per SMS oder E-Mail zu treffen, so knapp wie möglich
    - Übergaben beim Umgang möglichst über die Kita abzuwickeln oder notfalls an der Haustür
- Wenn die Gefahr von Übergriffen des Ex-Partners besteht, kann es hilfreich sein, wenn bei Übergaben des Kindes eine dritte Person anwesend ist.

Überfordern Sie sich nicht. Wichtig ist, dass Ihre Konflikte im Rahmen bleiben.

Der Umgang

Ihr Kind hat ein *Recht auf Umgang mit beiden Eltern*. Wie der Umgang geregelt wird, sprechen die Eltern miteinander ab. Es gibt keine gesetzlichen Vorgaben, wie viel Zeit das Kind mit Mutter bzw. Vater verbringen soll. Das Umgangsrecht besteht unabhängig vom Sorgerecht. Günstig ist für alle Beteiligten, wenn es eine verbindliche Vereinbarung gibt, an welchen Tagen das Kind bei der Mutter oder beim Vater ist. Eine solche Vereinbarung erspart Ihnen den Stress immer neuer Verhandlungen. Sie und ihr Kind wissen so am besten, woran Sie sind und können sich darauf einstellen. Natürlich sollte in Ausnahmen auch der Tausch von Umgangstagen möglich sein.

Welche Umgangsregelung ist am günstigsten für mein Kind?
Diese Frage hängt u.a. ab vom Alter des Kindes, von der bisherigen Aufteilung der Kinderbetreuung zwischen den Eltern und von der Kooperationsfähigkeit der Eltern. So könnte bei einem Baby oder Kleinkind ein Umgang tagsüber für jeweils einige Stunden sinnvoll sei, größere Kindern könnten auch jeweils einige Tage hintereinander mit jedem Elternteil verbringen. Ein ausgedehnter Umgang mit beiden Eltern kann dem Kind gut tun, wenn die Eltern ohne zu große Spannungen miteinander kooperieren, sich austauschen und Absprachen treffen können. Haben Eltern eine sehr konfliktreiche Beziehung, kann ein klarer Lebensmittelpunkt das Kind davor schützen, durch elterliche Streitigkeiten allzu sehr belastet zu werden. Auch bei Babys und Kleinkindern ist ein eindeutiger Lebensmittelpunkt sinnvoll.
Die Regelung des Umgangs wird natürlich auch davon abhängen, wie sich die Eltern bisher die Kinderbetreuung geteilt haben. Wenn Eltern vor der Trennung annähernd gleich viel Zeit mit ihren Kindern verbracht haben, werden sie möglicherweise zu anderen Lösungen kommen als

Familien, bei denen die Mutter tagsüber die Kinder betreut hat und der Vater nur am Wochenende und spät abends in der Familie präsent war.
Untersuchungen haben gezeigt, dass die *Qualität* der Umgangszeit (*Wie hat mein Papa / meine Mama mich verstanden und unterstützt? Was haben wir miteinander erlebt? Wie viel Spaß hatten wir zusammen?* usw.) wichtiger für die gesunde Entwicklung des Kindes ist als die Frage, wie viel Zeit miteinander verbracht wurde.
Wenn Eltern sich trennen, bestimmen oft Stress, Chaos, Streit, Ängste, Unsicherheit, Trauer und Wut das Familienleben. Nach der Trennung besteht die Chance, wieder zur Ruhe zu kommen und allmählich eine neue Normalität aufzubauen. Dafür ist es günstig, wenn das Kind sowohl mit dem Vater wie mit der Mutter angenehme, entspannte Zeiten hat und Konflikte der Eltern nicht miterleben muss. Probleme können evtl. entstehen, wenn das Kind in kurzen Abständen zwischen den Eltern hin- und herpendelt, oder wenn Konflikte getrennter Eltern durch häufige Begegnungen immer wieder neu aufkochen.
Achten Sie bei den *Übergaben* darauf, Ihrem Kind den Übergang von einem Elternteil zum anderen so leicht wie möglich zu machen! Evtl. ist dieser Übergang für Ihr Kind einfacher, wenn es vom Umgangsberechtigten in der Kita bzw. Schule abgeholt und anschließend wieder dort hingebracht wird.
Sprechen Sie konfliktträchtige Themen keinesfalls während der Übergabe an!

Der Unterhalt

Streitigkeiten um den Kindesunterhalt können die Beziehung der getrennten Eltern in hohem Maß belasten, klare Vereinbarungen helfen allen Beteiligten.
Unterhaltsberechtige Eltern können sich bei der **Beistandschaft ihres Jugendamtes** über Unterhaltsansprüche für das Kind beraten lassen. Eine Terminabsprache ist erforderlich. Wenn die Eltern sich einig sind, kann auch kostenfrei eine Urkunde über Unterhalt aufgenommen werden.
Wenn der zahlungspflichtige Elternteil den Unterhalt nicht erbringen kann, hat der unterhaltsberechtigte Elternteil die Möglichkeit, beim Bezirksamt **Unterhaltsvorschuss** zu beantragen. Liegen die entsprechenden Voraussetzungen vor, kann die Unterhaltsvorschusskasse für maximal 72 Monate bis zum 12. Lebensjahr in Vorleistung treten.
Hamburger Eltern mit niedrigem Einkommen können sich unter bestimmten Voraussetzungen bei der Öffentlichen Rechtsauskunft **ÖRA** über ihre Unterhaltsansprüche und -pflichten beraten lassen (Mo.-Fr. 8.00-13.00 Uhr Dammtorstraße 14, 20354 Hamburg, Tel. 42843-3072 / -3071, außerdem Beratungsangebote in den Bezirken). Ansonsten informieren RechtsanwältInnen sowie die Hamburger Beratungsstellen von **BIFF** (Beratung und Informationen für Frauen) und **VÄTER e.V.**
Wichtig zu wissen: Umgangsrecht und Umgangspflicht bestehen unabhängig vom Kindesunterhalt. D.h., ein Vater, der keinen Unterhalt zahlt, darf trotzdem sein Kind sehen. Sonst würde ja das Kind doppelt bestraft. Umgekehrt hat er kein Recht, den Unterhalt zu kürzen, wenn die Mutter den Umgang verweigert.

Die elterliche Sorge

Bei *gemeinsamer elterlicher Sorge* werden alle *Angelegenheiten von grundsätzlicher Bedeutung* gemeinsam von den Eltern entschieden:

- *Wo hat das Kind seinen Lebensmittelpunkt?*
- *Wie ist der Umgang geregelt?*
- *Wo wird das Kind eingeschult?*
- *Soll das Kind getauft oder konfirmiert werden?* Usf.

Über Fragen des *täglichen Lebens*, z.B. Freizeit, Hausaufgaben, Freundeskreis entscheidet hingegen der Elternteil, bei dem das Kind sich vorwiegend aufhält. Entscheidungen der *tatsächlichen Betreuung*, z.B. Ernährung, Schlafenszeit, Art und Ausgestaltung des Umgangs, kann der Umgangsberechtigte während des Umgangs alleine treffen. Dabei gilt für beide Eltern der Grundsatz, *„alles zu unterlassen, was das Verhältnis des Kindes zum andern Elternteil beeinträchtigt oder erschwert."* (§ 1684 Abs. 2 BGB)
Die gemeinsame elterliche Sorge hat also nur dann Bedeutung, wenn *Grundsatzfragen* zu klären sind. Das *Recht auf Umgang mit dem Kind* besteht hingegen auch dann, wenn der andere Elternteil die *alleinige elterliche Sorge* hat. Und der umgangsberechtigte Elternteil darf den Umgang nach seinen Vorstellungen gestalten, solange er dabei das Wohl des Kindes und sein Verhältnis zum andern Elternteil nicht beeinträchtigt.

Die gemeinsame elterliche Sorge gilt bei Verheirateten auch nach einer Scheidung, wenn keine anderen Anträge gestellt werden. Nicht verheiratete Eltern können die gemeinsame elterliche Sorge beim Jugendamt oder von einem Notar beurkunden lassen. Nach neuester Gesetzeslage kann die gemeinsame elterliche Sorge auch ohne Zustimmung des anderen Elternteils vom Familiengericht beschlossen werden. Eltern, die dies beim Familiengericht beantragen wollen, sollten sich vorher fragen:

- *Stehen Grundsatzfragen an, die gemeinsam entschieden werden sollten?*
- *Werden wir als Eltern in der Lage sein, gemeinsame Entscheidungen zu treffen?*
- *Welchen Nutzen könnte die gemeinsame elterliche Sorge für mein Kind haben, welchen Schaden könnte mein Kind durch die gerichtliche Auseinandersetzung erleiden?*

Die Bewältigung der Trennung

Die Trennung der Eltern löst bei Kindern oft heftige Gefühle aus: Trauer um die verlorene Familie, Angst, Vater oder Mutter ganz zu verlieren, das Gefühl, an der Trennung schuld zu sein, Wut auf den Elternteil der gegangen ist oder der den anderen fortgeschickt hat, Wut auf beide Eltern. Je nach Alter und Persönlichkeit gehen Kinder auf unterschiedliche Weise mit diesen Gefühlen um: Manche träumen, ziehen sich zurück und lassen in der Schule nach. Andere zeigen sich aufsässig und reizbar. Manche fallen zurück in kleinkindhaftes Verhalten, sind extrem anhänglich oder nässen ein. Sofern sich solche Reaktionen nicht verfestigen, sind sie Ausdruck eines normalen Trauerprozesses.

Eltern können ihren Kindern jedoch helfen, wenn sie

- regelmäßig sich Zeit nehmen für ihr Kind, für Gespräche, Spiel, Vorlesen etc. (möglichst ab und zu auch für jedes Kind einzeln)
- ein neues kindgerechtes Zuhause sowohl bei der Mutter wie beim Vater gestalten mit einem entsprechenden Alltag
- mit dem Kind über die Trennung sprechen, ohne dabei schlecht über den anderen Elternteil zu reden (s.o.)
- aushalten können, dass ihr Kind leidet und es ihm ermöglichen, seine Gefühle auszudrücken (auch wenn das Kind mal wütend ist auf Sie)
- dem Kind zeigen, dass es beide Eltern lieben darf – egal, was Sie selbst fühlen
- das Kind fernhalten von allen Konflikten der Eltern
- Ihrem Kind zeigen und sagen, dass Sie selbst für sich sorgen können und Ihr Kind nicht als Tröster brauchen

Für den Elternteil, bei dem das Kind seinen Lebensmittelpunkt hat, ist es besonders wichtig, sich ein gutes *Netzwerk* aufzubauen. *„Es braucht ein Dorf, um ein Kind zu erziehen"* lautet ein

bekanntes afrikanisches Sprichwort. Gerade Alleinerziehende brauchen dieses „Dorf“, mit Großeltern, Onkeln, Tanten und befreundeten Familien. Wenn sie sich an Wochenenden verabreden zu gemeinsamen Ausflügen, wenn befreundete Kinder sich zuhause besuchen und auch mal woanders übernachten, wenn Eltern sich regelmäßig miteinander austauschen … dann ist der Familienstress nur halb so groß und die Chancen einer gelingenden Erziehung sind deutlich besser. Der andere Elternteil kann ein wichtiger Teil des „Dorfes“ sein. Wenn Eltern jedoch Entlastung vor allem vom Ex-Partner erwarten, werden sie häufig enttäuscht und bleiben in alte Kämpfe verstrickt.

Vielleicht das Wichtigste für die Bewältigung der Trennung: **Der eigene innere Abschied vom Ex-Partner und von der früheren Familie**. Trennungen sind schmerzhaft für Eltern wie für Kinder. Eltern können ihren Kindern nur dann gut beistehen, wenn es ihnen gelingt, das schmerzhafte Geschehen selbst gut zu verarbeiten. Nicht nur vom Ex-Partner muss Abschied genommen werden (als Partner und als Unterstützer im Alltag), auch von der früheren *Familie*, von Gefühlen der familiären Geborgenheit, von einem Teil des Zusammenlebens mit den Kindern.
Während und nach einer Trennung erleben Eltern unterschiedlichste Emotionen. Enttäuschung, Trauer, Wut, Hassgefühle, Hilflosigkeit, Schuld- und Schamgefühle, Depression und Verzweiflung können dazu gehören. Die Bewältigung dieses emotionalen Prozesses braucht Zeit, Geduld und die Bereitschaft, sich Hilfe und Unterstützung zu holen. Hilfreich können z.B. Gespräche und Aktivitäten mit Freundinnen und Freunden sein, Sport und andere Hobbies, aber auch professionelle Hilfe z.B. in Form von Psychotherapie. Auch Menschen, die sonst gesund, erfolgreich und psychisch stabil sind, können bei einer Trennung in eine schwere seelische Krise geraten. Es ist kein Schande, sich dann Hilfe zu holen. Wie sehr Sie noch an die alte Beziehung gebunden sind oder sich davon verabschiedet haben, können Sie daran erkennen, wie sehr Ihr Ex-Partner noch heftige Gefühle in Ihnen auslöst – oder wie gelassen und innerlich abgegrenzt Sie ihm begegnen können. **Je mehr Sie innerlich frei sind von der früheren Beziehung und den damit verbundenen Gefühlen, desto besser werden Sie auch Ihren Kindern helfen können, das Geschehen zu verarbeiten.**

Neue Partner

Wenn ein Elternteil nach der Trennung eine/n neue/n Partner/in findet, kann dies beim anderen Elternteil wie auch bei den Kindern zu Irritationen führen.

- Manche Mutter fragt sich: *Wird er mir jetzt mein Kind wegnehmen?*
- Mancher Vater fragt sich: *Werde ich jetzt ganz ausgebootet?*
- Manches Kind fragt sich: *Darf ich den / die Neue auch mögen und Spaß mit ihm / ihr haben, oder ist Papa / Mama dann böse mit mir?*

Manche Eltern hoffen, dass mit dem / der Neuen nun alles besser und harmonischer wird, und gründen bald eine neue Familie. Wenn dann z.B. der neue Partner der Mutter zu hören kriegt *„Du hast mir gar nichts zu sagen, du bist nicht mein Papa“*, dann sind auch die neuen Eltern irritiert – so hatten sie sich das nicht vorgestellt.
Tatsächlich ist das Zusammenleben in einer Patchworkfamilie kein einfaches Unternehmen, es gibt reichlich Fallstricke und Fettnäpfe. Andererseits: Patchworkfamilien bieten auch Chancen, gerade für die Kinder. Kinder können erfahren, dass Liebe zwar kaputt gehen, aber auch wieder neu gelingen kann. Sie können erleben, dass Mama oder Papa nach Zeiten des Leids auch wieder glücklich sein kann. Und Eltern können ihre Aufgaben meist besser wahrnehmen, wenn sie in einer befriedigenden Partnerschaft leben und Unterstützung haben.

Wichtig ist:

- Lassen Sie Ihren Kindern und dem neuen Partner Zeit, sich aneinander zu gewöhnen.
- Informieren Sie den anderen Elternteil, wenn Sie eine ernsthafte neue Partnerschaft haben, gemeinsam mit dem neuen Partner / der Partnerin leben wollen oder ein Kind unterwegs ist. Damit verringern Sie das Risiko, dass Ihr Ex-Partner „querschießt“ und Ihre Kinder in den Konflikt hineingezogen werden.
- Erwarten Sie nicht zu viel. Rechnen Sie mit Schwierigkeiten und Konflikten in der neuen Konstellation. Rollen müssen neu ausgehandelt werden, auch mit dem anderen Elternteil muss manches neu geklärt werden – das alles ist nicht einfach und braucht Zeit.

Damit Trennungskinder gut groß werden: Was ist wirklich wichtig?

Es gibt inzwischen eine Menge Forschungsergebnisse darüber, was Trennungskinder brauchen, um gut aufzuwachsen. Vor allem drei Punkte sind wichtig:

- *Die Erziehungskompetenz des Elternteils, bei dem die Kinder ihren Lebensmittelpunkt haben. Dies betrifft u.a. seine Fähigkeit, den Kindern beim Umgang mit der Trennung zu helfen.*
- *Der verlässliche, regelmäßige und kindgemäße Umgang mit dem anderen Elternteil.*
- *Die Fähigkeit beider Eltern, ihre Konflikte fair und zivil auszutragen, ohne die Kinder hineinzuziehen.*

Zu allen drei Punkten finden Sie Ausführungen in diesem Text.

Die Frage, ob bestimmte Betreuungsmodelle für die gesunde Entwicklung von Kindern günstiger sind als andere, konnte in wissenschaftlichen Untersuchungen nicht eindeutig beantwortet werden. Als klares Ergebnis zeigte sich aber, dass die Chance für ein gutes Aufwachsen von Trennungskindern deutlich höher ist, wenn sie die Erfahrung machen:
„Bei allen wichtigen Dingen, die mich als Kind betreffen, können Mama und Papa (weiter) gut zusammenarbeiten und für mich Entscheidungen treffen.“

Herausgeber:
Erziehungsberatung Altona
Virchowstraße 50
22767 Hamburg
Tel. (040) 428 11 2250

Text:
Hannes Classen, Januar 2014

Kinderbücher über Trennung und Scheidung

Kinderbücher können beim Gespräch mit den Kindern sehr hilfreich sein.
Eine Informationsbroschüre mit Besprechungen von Kinderbüchern finden Sie unter **www.trennung-scheidung-aachen.de**.

Besprochen werden hier folgende Kinderbücher:

- *Fips versteht die Welt nicht mehr. Wenn Eltern sich trennen*
  von Jeanette Randerath und Imke Sönnichsen

- *Und Papa seh ich am Wochenende*
  von Martina Baumbach und Jan Lieffering

- *Wir sind trotzdem beide für dich da*
  von Friederun Reichenstetter und Jürgen Rieckhoff

- *Auf Wiedersehen, Papa*
  von Brigitte Weniger und Christian Maucler

- *Die Krokobären. Eine Geschichte für Kinder, deren Eltern sich trennen*
  von Eva Orinsky

- *Wann gehen die wieder?*
  von Ute Krause

- *Papa, Jonas und der Tausch-Sonntag*
  von Ruth Löbner

- *Papa wohnt jetzt in der Heinrichstraße*
  von Nele Maar und Verena Ballhaus

Außerdem die Jugendbücher:

- *Charlottes Traum*
  von Gabi Kreslehner

- *Belgische Riesen*
  von Burkhard Spinnen

Einige der genannten Bücher finden Sie auch in den Öffentlichen Bücherhallen.