Zum Schluss

Eine Scheidung/Trennung ist zweifelsohne ein tiefer Einschnitt ins Familienleben. Für die Kinder bedeutet es, dass es die Welt, die ihnen bis anhin vertraut war, nicht mehr gibt. Sie als Eltern haben massgebenden Einfluss, welches Ausmass an Schmerz und Verlust eine Trennung/Scheidung für Ihr Kind birgt. Entscheidend ist, dass Sie einen guten Umgang mit Ihrem Schmerz und/oder Ihrer Wut finden und Ihr Kind nicht darunter leiden muss. Dies ist eine herausfordernde Aufgabe, welche nicht immer einfach zu bewältigen ist. Hinzu kommt, dass Sie Ihre Aufgabe als Eltern neu definieren müssen.

In dieser manchmal schwierigen und fordernden Lebensphase kann es hilfreich sein, sich Unterstützung von aussen zu holen. An einem neutralen Ort und unter Leitung einer Fachperson ist es oft einfacher, konstruktive Lösungen für bestehende Probleme zu finden und sich unter Berücksichtigung der Bedürfnisse der Kinder auf die neue Lebenssituation einzustellen.

Die jufa – Fachstelle für Jugend und Familie Ebikon/Buchrain bietet Beratungsgespräche für getrennt lebende Eltern an.

Anschrift und Kontakt

jufa – fachstelle für
jugend und familie ebikon/buchrain
dorfstrasse 13, 6030 ebikon
041 440 62 88
jufa@ebikon.ch
www.ju-fa.ch

Dieser Flyer basiert auf der Infobroschüre zu Scheidung/Trennung
des kantonale Jugendamtes Bern. www.be.ch/kja

jufa - fachstelle für
jugend und familie

Trennung oder Ehescheidung – gemeinsam Eltern bleiben!

Liebe Eltern

Nach einer Scheidung oder Trennung beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Die gemeinsame Elternschaft bleibt jedoch bis zum Lebensende bestehen. Dies unabhängig davon, ob Sie eine neue Beziehung eingehen oder alleine bleiben. Eine Scheidung oder Trennung bedeutet für alle Beteiligten oft auch schmerzhafte und verletzende Erfahrungen zu machen. In so einer auch für die Erwachsenen belastenden Lebensphase kann es vorkommen, dass die Bedürfnisse der Kinder zu wenig wahrgenommen und richtig eingeordnet werden. Die folgenden Empfehlungen sollen für Sie und Ihre Kinder eine Unterstützung darstellen.

jufa - fachstelle für
jugend und familie

Eltern bleiben

Kommt es zu einer Trennung der Eltern, geben sich die Kinder oft die Schuld dafür. Manchmal befürchten sie, auch den Elternteil noch zu verlieren, der weiterhin mit ihnen zusammen wohnt. Es kommt vor, dass Kinder deswegen veränderte und für die Eltern nicht nachvollziehbare Verhaltensweisen zeigen, weil sie hoffen, so die Mama oder den Papa wieder nach Hause zurückbringen zu können.

Es hilft den Kindern zu hören, dass sie keine Schuld trifft an der Trennung, und dass Sie weiterhin als Eltern für sie da sind.

Kinder zwischen den Fronten

Es gibt Trennungssituationen, wo es den Eltern nicht mehr möglich ist, einander mit dem gebührenden Respekt zu begegnen. Gespräche mit dem ehemaligen Partner oder der Partnerin können laut und gehässig werden. Bei allem Verständnis für die schwierige Situation von Erwachsenen ist es jedoch unbedingt zu vermeiden, dass die Kinder bei solchen Auseinandersetzungen anwesend sind, oder dass ihnen der E-Mail- oder SMS-Austausch gezeigt wird. Dies gilt auch für Rechtsschriften oder Gutachten eines Anwalts oder sonstiger involvierter Stellen im Rahmen eines Trennungsstreits. Die Kinder sind damit überfordert.

Vermeiden Sie es, vor Ihrem Kind über den ehemaligen Partner/die ehemalige Partnerin schlecht zu reden. Das Kind sollte nicht in eine Situation gebracht werden, wo es für den einen oder anderen Elternteil Stellung beziehen muss.

Besuchsrecht

Besuchsrechtsregelungen können bei Eltern Ärger oder Ängste auslösen, weil der Kontakt zu den Kindern auf einmal nur noch in einem vorbestimmten, klar geregelten Zeitrahmen abläuft. Daher verlaufen Gespräche zu den Besuchszeiten oft sehr emotional. Vor allem für die Kinder bedeutet es aber eine grosse Erleichterung, wenn die Besuchszeiten geregelt sind und nicht zu Streitigkeiten führen.

Regelmässige und verlässliche Kontakte zu beiden Elternteil sind essentiell für eine weiterhin tiefe und enge Bindung zwischen dem Kind und der Mutter oder dem Vater.

Neue Partnerschaft

Nach einer Trennung ist es normal, dass mit der Zeit das Bedürfnis wächst, eine neue Partnerschaft einzugehen. Nicht selten ist eine neue Partnerin oder ein neuer Partner der Grund für eine Trennung. Die neue Beziehungskonstellation stellt für die Kinder eine Herausforderung dar, weil damit auch neue Loyalitätskonflikte entstehen können. Möglicherweise findet das Kind den neuen Partner/die neue Partnerin des anderen Elternteils sehr sympathisch, auch wenn Sie diese Person völlig anders wahrnehmen. Es hilft Ihrem Kind, wenn Sie dies akzeptieren und es nicht mit Fragen zur neuen Person im Leben des Vaters oder der Mutter bedrängen.

Machen Sie keine negativen Äusserungen über den neuen Partner/die neue Partnerin im Beisein des Kindes. Bedenken Sie, dass Ihr Kind Sie ab und zu auch gerne alleine sieht und mit Ihnen Unternehmungen machen möchte ohne Beisein des neuen Partners/der neuen Partnerin.

Kinderanwaltschaft

KinderanwältInnen vertreten Kinder und Jugendliche in Verfahren vor Gerichten und Behörden. KinderanwältInnen arbeiten unabhängig. Dies bedeutet, dass sie keinen anderen Personen oder Institutionen aus dem Umfeld des Kindes verpflichtet sind. Da Kinder per Gesetz nicht zu Honorarzahlungen verpflichtet werden können, werden die Kosten über das Institut des „unentgeltlichen Rechtsbeistands“ abgewickelt (Art. 29 Abs. 3 der Bundesverfassung). Idealerweise nimmt das Kind oder der Jugendliche direkt mit einem Kinderanwalt Kontakt auf. Die Anmeldung kann aber auch über eine erwachsene Person erfolgen.

Die Meinung der Kinder ist wichtig. Behörden und Gerichte sind verpflichtet, Kinder über ein Verfahren zu informieren und sie anzuhören.