

Familie in Trennung



eff-zett
das fachzentrum

Liebe Mutter, lieber Vater

Sie haben die Absicht, getrennte Wege zu gehen. Für Sie und Ihre Kinder wird damit ein neuer Lebensabschnitt beginnen. Denn eine Trennung oder Scheidung betrifft nicht nur Ihre Beziehung zum Partner resp. zur Partnerin, auch Ihre Verantwortung als Vater oder Mutter erfährt dadurch eine Veränderung.

Eltern bleiben Eltern

Sie bleiben, auch wenn Sie nicht mehr zusammen leben, Vater und Mutter Ihrer gemeinsamen Kinder. Es ist wichtig, deren Gefühle zu respektieren. Dadurch ermöglichen Sie den Kindern, die Beziehung zu beiden Elternteilen aufrechtzuerhalten.

Versuchen Sie, sich in die Situation Ihrer Kinder einzufühlen. Es ist wichtig, dass Sie Ihre Kinder auf die neuen Umstände möglichst gut vorbereiten:

- Die Kinder dürfen erfahren, dass Vater und Mutter sich nicht mehr so gerne haben wie früher und dass sie andere, voneinander abweichende Interessen entwickelt haben.
- Viele Kinder fühlen sich (mit-)schuldig am Auseinandergehen ihrer Eltern. Sagen Sie Ihren Kindern immer wieder, dass dies nicht zutrifft und entlasten Sie die Kinder von Schuldgefühlen.
- Abwertende Bemerkungen über Ihren früheren Ehepartner resp. Ihre frühere Ehepartnerin in Gegenwart Ihrer Kinder schaden deren seelischer Entwicklung. Vermeiden Sie es, Ihre Kinder über die Situation des anderen Elternteils auszufragen. Besprechen Sie Unklarheiten direkt mit Ihrem früheren Partner resp. Ihrer früheren Partnerin.
- Verlangen Sie von Ihren Kindern keine Parteinahme. Sie überfordern sie damit. Übernehmen Sie die Verantwortung für Ihre Entscheidungen selber.

- Kinder reagieren oft mit Spannungen, Aggressionen, Verschlussenheit oder Trauer auf die Umstellung – vor allem – vor oder nach den Besuchstagen. Diese Reaktionen sind häufig und haben mit der realen Situation zu tun, auch wenn es die Kinder bei beiden Elternteilen gut haben.
- Ihre Kinder müssen wissen und spüren, dass Vater und Mutter sie nach wie vor lieben, dass beide weiterhin um ihr Wohl sorgen und dass die Kinder beide Elternteile gern haben dürfen.

Was Sie klären müssen:

Mit einer Trennung oder Scheidung betreten Sie Neuland: Sie stehen vor vielen Entscheidungen, welche für Sie und Ihre Kinder grosse Auswirkungen haben werden.

Obhut/Sorgerecht

Bei einer Trennung wird die Obhut der Kinder neu geregelt. Die elterliche Sorge verbleibt bei beiden Eltern. Bei einer Scheidung wird grundsätzlich die elterliche Sorge einem Elternteil alleine zugewiesen. Im gegenseitigen Einvernehmen aber können beide Eltern die Beibehaltung der gemeinsamen elterlichen Sorge beantragen.

Umgangsrecht

Die Kinder haben Anrecht auf eine Beziehung zur Mutter und zum Vater. Deshalb muss eine optimale Kontaktregelung gefunden werden, welche die Interessen der Kinder und jenes Elternteils, der nicht bei den Kindern wohnt, angemessen berücksichtigt.

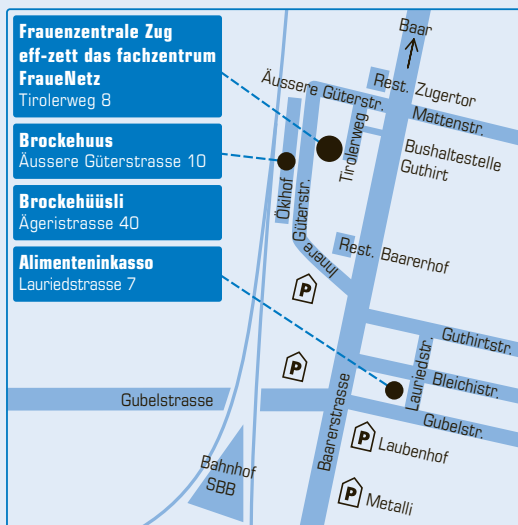
Unterhaltsbeiträge

Zwei getrennte Haushalte benötigen mehr finanzielle Mittel. Deshalb ist es bereits vor einer geplanten Trennung wichtig, auf der Grundlage von persönlichen Budgets festzulegen, welcher Elternteil wieviel Geld pro Monat zur Verfügung hat.

Angebote des eff-zett:

- A Alimenteninkasso und Bevorschussung
- B Budgetberatung
- C Coaching Frau + Arbeit
- E Elternbildung
- K Kontaktstelle Selbsthilfe
- M Trennungs-, Scheidungs- und Familienmediation
- O Opferberatung
- P Paar- und Familienberatung
- R Rechtsberatung
- S Sexual- und Schwangerschaftsberatung

Ein Angebot der Frauenzentrale Zug



eff-zett
das fachzentrum

Paar- und
Familienberatung

Tirolderweg 8
CH-6300 Zug
Tel. 041 725 26 60
Fax 041 725 26 61
paar@eff-zett.ch
www.eff-zett.ch