

## Unsere Ziele

Wir zeigen Ihnen konkrete Hilfen auf, damit Sie Ihre Trennung oder Scheidung besser bewältigen können. Gleichzeitig entwickeln wir mit Ihnen Perspektiven für Ihre Zukunft. Gemeinsam suchen wir nach Lösungen und geben erste Antworten auf wichtige Fragen:

**Wie erkläre ich meinem Kind die Situation?**

**Bei wem soll das Kind in Zukunft bleiben?**

**Können beide Elternteile  
das Sorgerecht behalten?**

**Wie lassen sich gegenseitige Besuche organisieren?**

**Wovon soll der Lebensunterhalt bestritten werden?**

**Wer verbleibt in der  
Wohnung oder dem Haus?**

**Wo gibt es weitere Kontakte und Unterstützung?**



## Kontakt

Unsere Beratung ist freiwillig und kostenfrei. Wir arbeiten neutral und gewährleisten Verschwiegenheit unter Wahrung des Datenschutzes. Dabei sind wir offen für alle, unabhängig von Nationalität oder weltanschaulicher und politischer Einstellung. Bei Bedarf arbeiten wir mit Kindergärten, Schulen und anderen Einrichtungen zusammen.

Eine Anmeldung zu einem Gespräch erfolgt über Ihren Ansprechpartner oder per E-Mail: [asd@bad-salzuflen.de](mailto:asd@bad-salzuflen.de)

Weitere Infos finden Sie unter:  
[www.stadt-bad-salzuflen.de/asd](http://www.stadt-bad-salzuflen.de/asd)

Rathaus Bad Salzuflen – Jugendamt –  
Rudolph-Brandes-Allee 19 | 32105 Bad Salzuflen  
Fon 05222 . 952-294



**Hilfe.  
Unterstützung.  
Beratung.**

Bei Trennung, Scheidung,  
Sorgerechtsverfahren



## Sie leben in Trennung oder Scheidung?

Neben Trauer, Schmerz, Wut und Belastung bedeutet eine Trennung oder Scheidung oft auch eine Erleichterung – auch weil sich neue Lebensperspektiven ergeben. Fakt ist aber auch: Nach Trennung oder Scheidung können viele Ehepartner (zeitweise) nicht mehr miteinander sprechen und notwendige Absprachen treffen.

Deshalb brauchen alle Beteiligten Zeit und Raum, um Konflikte und Ängste zu verarbeiten. Ein solcher Umbruch in einer Biografie erfordert Kraft, Mut und Fantasie. Beide Elternteile benötigen eine auf sich konzentrierte Atmosphäre, um psychische Verletzungen in Ruhe abheilen zu lassen. Dennoch können Sie als Erwachsener in einer solchen Extremsituation für sich selbst sorgen und Unterstützung von außen holen.

Ein Kind hat diese Möglichkeit in der Regel nicht.

## Was bedeutet dies für Ihr Kind?

Natürlich ist für Ihr Kind eine Trennung oder Scheidung mit Fragen, Sorgen und Ängsten verbunden. Ihm wäre es am liebsten, wenn die Eltern zusammenbleiben und ihre Konflikte ohne ein Auseinandergehen bewältigen würden. Auch wenn dies nicht möglich ist, bleiben Sie über alle Lebensabschnitte hinweg die Eltern Ihres Kindes. Wichtig ist: Ihr Kind hat ein Recht auf eine positive Beziehung zu beiden Elternteilen! Ohne Angst, Mutter oder Vater zu verlieren, nur weil es beide lieb hat.

Eine Trennung oder Scheidung ist für Ihr Kind noch schwieriger zu bewältigen als für Erwachsene. Deshalb ist es wichtig, dass Ihr Kind spürt, dass es sich zukünftig auf beide Elternteile verlassen kann – auch wenn es nach der Trennung oder Scheidung nur bei einem lebt. Umso wichtiger ist es, dass Ihr Kind auch zum anderen Elternteil einen intensiven Kontakt hat und von beiden Seiten darin unterstützt wird.

### Angebote im Internet:

Trennung verstehen und verarbeiten:  
[www.trennungskind.de](http://www.trennungskind.de)

Infos für Alleinerziehende:  
[www.vamv.de](http://www.vamv.de)

Unterhaltsberechnung:  
[www.unterhalt.net](http://www.unterhalt.net)

## Ihr Kind sagt:

**Ich** bin euer gemeinsames Kind.

**Ich** habe euch beide lieb.

**Ich** brauche den Kontakt zu euch beiden.

**Ich** genieße die Zeit mit jedem von euch.

**Ich** habe jetzt zwei Zuhause.

**Ich** mag Verlässlichkeit und Rituale.

**Ich** komme mit den Unterschieden klar.

**Ich** bin kein Nachrichtenbote.

**Ich** möchte nichts von euren Streitereien wissen.

**Ich** brauche keine „Extras“ oder Geschenke.

**Ich** lerne mit eurer Hilfe neue Partner zu akzeptieren.

**Ich** möchte Oma und Opa regelmäßig besuchen.

