

Kindeswohl in ausserordentlichen Zeiten

Informationsblatt mit Fragen & Antworten

In ausserordentlichen Zeiten verändern sich das Familienleben und der Alltag tiefgreifend, etwa wenn die Familie an einen neuen Wohnort umzieht, wenn eine Elternperson ihre Arbeitsstelle verliert oder für längere Zeit krank wird, oder bei Familienübergängen wie dem Einstieg in die Einelternfamilie. Solche Zeiten sind eine grosse Herausforderung für die Kinder, die dann besondere Aufmerksamkeit und Zuwendung brauchen - keine einfache Aufgabe für die Eltern, die selbst stark beansprucht und deren Zeit und Energie begrenzt sind.

Das vorliegende Informationsblatt des Schweizerischen Verbands alleinerziehender Mütter und Väter SVAMV will insbesondere alleinerziehende Eltern dabei unterstützen, für das Wohl ihrer Kinder in schwierigen Phasen des Familienlebens zu sorgen. Es richtet sich aber auch an Fachleute, die mit Familien arbeiten, und an andere Interessierte, die Einelternfamilien in ausserordentlichen Zeiten begleiten.

Das Informationsblatt orientiert aus psychosozialer Perspektive, wie Kinder Phasen grosser Herausforderungen erleben und bewältigen, und wie sie dabei unterstützt werden können.

Die SVAMV-Informationsblätter «Kindeswohl und Kinderschutz bei Einelternschaft» und «Herausforderungen für Eineltern in ausserordentlichen Zeiten» behandeln weitere Aspekte des Themas.

Die Fachberatung des SVAMV bietet Einelternfamilien gerade in ausserordentlichen Zeiten eine erste, leicht zugängliche Anlaufstelle zu allen Fragen, die Eineltern und ihre Kinder betreffen:

www.svamv.ch.

Verwitwete mit minderjährigen Kindern finden beim Verein AURORA praktische Unterstützung und Begleitung: www.verein-aurora.ch.

Inhalt

1. Die Situation der Kinder in ausserordentlichen Zeiten

- Wie erleben Kinder schwierige Phasen des Familienlebens?
- Wie bewältigen Kinder Zeiten mit ausserordentlichen Herausforderungen?

2. Kinder in Einelternfamilien in ausserordentlichen Zeiten

- Welche ausserordentlichen Zeiten betreffen Kinder in Einelternfamilien besonders?
- Wie wirkt sich Einelternschaft auf das Kind aus?
- Wie wirkt sich die Trennung der Eltern auf das Leben der Kinder aus?
- Was bedeutet die Scheidung der Eltern für das Kind?

3. Das Kindeswohl in ausserordentlichen Zeiten gewährleisten

- Was brauchen Kinder, damit ihr Wohl gewährleistet ist?
- Welche Grundsätze sind in ausserordentlichen Zeiten besonders wichtig für das Wohl des Kindes?
- Wie kann ich mein Kind in ausserordentlichen Zeiten unterstützen?
- Was ist in finanziell schwierigen Zeiten besonders wichtig für die Kinder?
- Welche spezielle Unterstützung braucht mein Kind bei der Trennung?
- Worauf achten bei der Regelung von Betreuung und Unterhalt des Kindes?
- Was muss beachtet werden, wenn mein Kind den Kontakt zu einer Elternperson ablehnt?
- Was kann ich für meine Kinder tun, wenn schwere elterliche Konflikte nach der Trennung anhalten?

- Was tun, wenn eine internationale Kindesentführung droht?
- Häusliche Gewalt: Wie müssen Elternkontakte zum Schutz des Kindes geregelt werden?

4. Quellen und weiterführende Informationen

1. Die Situation der Kinder in ausserordentlichen Zeiten

- Wie erleben Kinder schwierige Phasen des Familienlebens?

Jedes Kind erlebt Zeiten mit schwierigen Herausforderungen auf individuelle Weise und reagiert auf seine eigene Art darauf.

Generell gilt aber, dass ausserordentliche Zeiten im Leben einer Familie grosse Verunsicherungen für die Kinder mit sich bringen, denn sie verändern den kindlichen Alltag mit seinen vertrauten Strukturen und Abläufen auf einschneidende Weise.

Kinder sind deshalb in solchen Phasen ganz besonders auf Informationen angewiesen: Sie müssen wissen, was geschieht und was für sie geplant ist.

Um sich dem Geschehen nicht ausgeliefert zu fühlen, müssen die Kinder zudem ihre Befürchtungen, Wünsche und Ideen mitteilen können.

Kinder merken aber, wenn ihre Eltern selbst mit Problemen, Sorgen, Ängsten, Trauer oder Eifersucht, oder mit übermässiger Beanspruchung zu kämpfen haben. Sie möchten ihren Eltern helfen und sie nicht zusätzlich belasten. Das kann sie daran hindern, ihre eigenen Anliegen vorzubringen.

Wie die Erwachsenen kennen auch die Kinder zwiespältige Gefühle und widersprüchliche Wünsche. Bei einer Scheidung möchten sie beispielsweise, dass die Eltern wieder zusammenwohnen, und sind gleichzeitig froh, dank der Trennung elterlichen Streit nicht miterleben zu müssen.

Bei Jugendlichen kann das Bedürfnis nach Autonomie im Widerstreit stehen zum Wunsch, die Eltern zu unterstützen.

Kinder sind überfordert, wenn

- sie zu viel Verantwortung tragen,
- ihnen Entscheidungen auferlegt werden, die nicht sie, sondern die Eltern treffen müssen,
- sie sich der Situation hilflos ausgeliefert fühlen,
- sie Schwierigkeiten haben, sich zu orientieren und ihren eigenen Standpunkt in der Situation zu finden.

Die Belastung der Kinder in schwierigen Phasen des Familienlebens äussert sich vor allem in der ersten Zeit nach Eintritt der Veränderungen. Mögliche Anzeichen sind zum Beispiel

- schlechtere Leistungen und Konzentrationsschwierigkeiten in der Schule,
- Trennungsängste,
- Trauer,
- Wut auf eine Elternperson oder auf beide,
- Auftauchen von Verhaltensweisen, die einem jüngeren Kind entsprechen würden.

Die Symptome vergehen meist, wenn sich das Kind in seinem neuen Alltag zurechtgefunden hat, und die Umbrüche in der Familie unter Bedingungen stattfinden, die ihm helfen, die Veränderungen zu bewältigen. Dies ist insbesondere der Fall, wenn das Kind

- informiert und einbezogen wird,
 - einen guten Kontakt zu seinen wichtigen Bezugspersonen pflegen kann, und
 - es keine schweren Auseinandersetzungen in der Familie gibt.
- Gerade bei der Trennung der Eltern zeigen Kinder oft wenig Belastungsreaktionen, wenn sie unter solchen guten Bedingungen stattfindet.

- Wie bewältigen Kinder Zeiten mit ausserordentlichen Herausforderungen?

Kinder meistern schwierige Phasen auf individuell unterschiedliche Weise, zum Beispiel indem sie

- sich durch ihrem Alter entsprechende Aktivitäten von der Situation abgrenzen (beispielsweise schläft ein Säugling mehr als sonst, ältere Kinder spielen intensiv, lesen oder vertiefen sich in eine andere Beschäftigung),
- sich gefühlsmässig distanzieren,
- Veränderungen, Konflikte und andere Schwierigkeiten mit Humor angehen,
- vermehrt Kontakt mit anderen Kindern pflegen,
- sich von aussenstehenden Erwachsenen unterstützen lassen, die sich für sie und ihre Anliegen interessieren und auf sie eingehen können.

Manche kindliche Bewältigungsversuche können als auffälliges Verhalten erscheinen, zum Beispiel wenn das Kind sich so stark in seine Welt vertieft, dass es sich abkapselt, oder wenn es in der Schule den Klassenclown spielt.

Wichtig für das Kind ist, dass auch diese Bewältigungsversuche als solche anerkannt werden (siehe unten: Wie kann ich mein Kind in ausserordentlichen Zeiten unterstützen?).

2. Kinder in Einelternfamilien in ausserordentlichen Zeiten

- Welche ausserordentlichen Zeiten betreffen Kinder in Einelternfamilien besonders?

Ausserordentliche Zeiten fordern mehrfachbelastete Alleinerziehende und ihre Kinder in besonderem Mass heraus, können sie aber auch auf spezielle Weise betreffen.

Der Einstieg in die Einelternfamilie ist von grundlegenden Veränderungen in vielen Bereichen des Familienlebens geprägt.

Einelternfamilien entstehen am häufigsten durch Trennung und Scheidung der Eltern, seltener wenn eine Elternperson stirbt oder zwei Personen, die nicht zusammenleben, gemeinsam Eltern werden. Grosse Veränderungen bringt auch der Einstieg in die Fortsetzungsfamilie (auch: Patchworkfamilie) mit sich, wenn eine alleinerziehende Elternperson eine Hausgemeinschaft mit einer neuen Partnerin, einem neuen Partner eingeht.

Finanziell schwierige Zeiten kommen bei Einelternfamilien überdurchschnittlich oft vor. Unabhängig von der Familienform kann das Aufwachsen in schlechten finanziellen Verhältnissen das Wohl des Kindes gefährden, wenn seine Entwicklungs- und Bildungsmöglichkeiten dadurch stark eingeschränkt werden.

Zeiten anhaltender schwerer Konflikte der Eltern gefährden das Wohl der betroffenen Kinder sehr, unabhängig von der Familienform, in der sie stattfinden. Wenn die Eltern dagegen ihre Auseinandersetzungen auf faire Weise austragen und gute Lösungen für die Kinder finden können, schaden konfliktreiche Zeiten den Kindern nicht und können sogar die Entwicklung des kindlichen Konfliktverhaltens positiv beeinflussen.

Elterliche Konflikte jeder Art betreffen auch Kinder in Zweielternfamilien und können zur Trennung der Eltern führen. Die Trennung kann Probleme lösen und Auseinandersetzungen reduzieren, diese können aber auch weiterbestehen oder sich sogar verschärfen.

Elterliche Konflikte haben unterschiedliche Ursachen, die beeinflussen, welche Unterstützung die betroffenen Kinder brauchen:

- Konflikte können - unabhängig von der Familienform - durch grosse Veränderungen, etwa einem Umzug oder wenn eine Elternperson arbeitslos wird, ausgelöst werden, wenn die Eltern übermässig belastet sind.
- Insbesondere bei der Trennung kann es öfters zu Auseinandersetzungen kommen, bis die Eltern die Auflösung ihrer Partnerschaft verarbeitet haben. Die meisten können sich - zumindest nach einer

gewissen Zeit und manche mit fachlicher Unterstützung - auf Regelungen einigen, die den Bedürfnissen und Anliegen ihrer Kinder gerecht werden.

- Konflikte zwischen getrenntlebenden Eltern können entstehen, nachdem sich die Familiensituation stabilisiert hat, wenn sich neue Veränderungen - beispielsweise eine neue Partnerschaft - anbahnen.
- Schliesslich können Probleme einer Elternperson, die deren Erziehungsfähigkeit beeinträchtigen und das Wohl des Kindes gefährden, Anlass zu Konflikten sein, etwa eine psychische Erkrankung oder Sucht. In solchen Situationen hat der Schutz des Kindes Vorrang.

Bei einer kleinen Minderheit der getrenntlebenden Eltern entwickelt sich eine chronische «Hochkonflikt»- Situation, insbesondere wenn es einer Elternperson oder beiden nicht gelingt, die Konflikte rund um die Partnerschaft und ihre Beendigung emotional zu bewältigen.

- Bei solchen anhaltenden, destruktiven Konflikten streiten die Eltern häufig - insbesondere um Fragen rund um die Kinder - ohne zu einer Lösung zu kommen, sie versuchen, die Kinder in der Auseinandersetzung auf ihre Seite zu ziehen und ähnliches mehr. Damit verunsichern und belasten sie ihre Kinder stark und geben ihnen ungünstige Vorbilder. Zudem können anhaltende Konflikte die Eltern so stark absorbieren, dass sie die Bedürfnisse ihrer Kinder nicht mehr wahrnehmen können.
- Solche Situationen sind auch für Fachleute, die mit den Betroffenen arbeiten, sehr anspruchsvoll und können zermürend sein. In unlösbare Konflikte verstrickte Eltern fühlen sich besonders oft hilflos der Situation ausgeliefert und befürchten, Fachpersonen könnten ihren Standpunkt nicht verstehen und Partei für die andere Seite ergreifen. Professionelle brauchen deshalb viel fundiertes Wissen und Knowhow, aber auch Empathie, um die Situation der Kinder trotz der elterlichen Widerstände verbessern zu können. Ein Einstieg mit Einzelgesprächen statt gemeinsamer Besprechungen mit den Eltern kann hier angezeigt sein.

Auch Situationen, in denen es zu häuslicher Gewalt kommt (körperliche, sexuelle, psychische und/oder wirtschaftliche Gewalt innerhalb von Familie, Partnerschaft oder Haushalt), sind ein grosses Risiko für das Wohl des Kindes.

Häusliche Gewalt zeichnet sich durch ein Machtgefälle aus, das von der gewaltausübenden Person ausgenutzt wird. Die Gewalttätigkeiten sind für die Opfer bedrohlich und können zu Verletzungen führen.

Kinder sind als Opfer von Misshandlungen und Vernachlässigung und/oder als Zeugen der häuslichen Gewalt betroffen: Sie erleben, dass eine Elternperson die andere bedroht und/oder verletzt, und/oder dass eine Elternperson sie selbst misshandelt. Für Kinder ist dies eine ausserordentliche Belastung, die ihre emotionale, körperliche und kognitive Entwicklung gefährdet. Der Schutz des Kindes ist hier zentral.

In Trennungssituationen ist das Risiko für häusliche Gewalt und für schwere und tödlich endende Gewalt erhöht.

Längere Krankheiten eines Kindes oder einer Elternperson sowie besondere gesellschaftliche Lagen, in denen die gewohnten Strukturen der Arbeitswelt, der Schule und der Kinderbetreuung wegfallen, gehören zu den ausserordentlichen Zeiten, die alle Eltern stark herausfordern, mehrfachbelastete Alleinerziehende aber ganz besonders.

- Wie wirkt sich Einelternschaft auf das Kind aus?

Entscheidenden Einfluss auf das Wohl des Kindes hat nicht die Einelternfamilie an sich, sondern es sind die Lebensumstände im Einzelfall, die bestimmen, wie die Kinder den Übergang in die neue Familienkonstellation bewältigen und wie ihre weitere Entwicklung verläuft.

Wie bei den Zweielternfamilien sind dabei die persönlichen, sozialen und finanziellen Ressourcen der Familienmitglieder sowie positive Beziehungen innerhalb der Familie von entscheidender Bedeutung.

Belastend für die Kinder sind vor allem die ersten ein bis zwei Jahre nach dem Einstieg in die Einelternfamilie, bis sich die Familiensituation und der Alltag des Kindes wieder stabilisiert haben. Oft ist die Belastung schon vor dem Familienübergang hoch, beispielsweise wenn ihm gravierende Konflikte vorausgehen oder eine Elternperson vor ihrem Tod lange Zeit schwer krank ist.

Wie Erwachsene können auch Kinder vom Bild der Zweielternfamilie als der «richtigen» Familie geprägt sein und mit Gefühlen wie Neid oder Scham gegenüber anderen Kindern kämpfen, deren Eltern zusammenleben.

Hinzu kommt, dass heute noch manche Lehr- und Betreuungspersonen eine defizitorientierte Sicht der Einelternfamilie haben. Diese kann sich darin äussern, dass Probleme vorschnell auf die Familienform zurückgeführt werden und betroffene Kinder nicht die richtige Unterstützung erhalten.

Die Einelternfamilie kann sich auch positiv auf die kindliche Entwicklung auswirken. Beispiele:

- Kinder in Einelternfamilien spielen öfters eine wichtige Rolle bei der Bewältigung des Familienalltags und können so besondere Selbständigkeit und Verantwortungsbewusstsein entwickeln. Werden sie nicht überfordert, kann diese Erfahrung sie stärken.
- Zu erleben, dass schwierige Situationen und Krisen durchgestanden und gemeistert werden können, stärkt ihre seelische Widerstandskraft.
- Sie wachsen mit vielfältigen Vorbildern und Modellen für ihre eigene Lebensgestaltung auf.
- Durch die Trennung der Eltern erleben die Kinder, dass schwierige oder schädliche Beziehungen beendet werden können, und sie scheuen sich als Erwachsene weniger, sich aus einer Situation zu lösen, die ihnen nicht guttut.
- Die räumliche Trennung der Eltern kann Konflikte beruhigen - für die Kinder eine grosse Entlastung.
- Pflegen die Eltern trotz der Trennung eine gute Zusammenarbeit und Kommunikation, können die Kinder von ihrem Vorbild für die Entwicklung ihres eigenen Konfliktverhaltens profitieren und lernen, Meinungsverschiedenheiten fair auszutragen.

- Wie wirkt sich die Trennung der Eltern auf das Leben der Kinder aus?

Die elterliche Trennung verändert den Alltag des Kindes stark. Auch wenn es den grössten Teil seiner Zeit bei einer Elternperson verbringt, hat es in der Regel von da an zwei Orte, an denen es zu Hause ist und die sich durch ihre Regeln und das soziale Umfeld unterscheiden.

Kinder sind meist offen für Unterschiede im Familienalltag der Eltern und finden sie sogar interessant.

Wichtig für sie ist, dass sie darüber sprechen dürfen, die Eltern nicht ärgerlich darauf reagieren und die eigene Lebensweise nicht als die einzig richtige darstellen.

Der Wechsel zwischen den Elternhäusern erfordert Anpassungsleistungen, die für das Kind anstrengend sein können. Anzeichen, dass das Kind Zeit braucht, um den Wechsel von einer Elternperson zur andern zu verarbeiten, sind zum Beispiel vorübergehende Unausgeglichenheit oder Rückzug. Solche Reaktionen bedeuten in der Regel nicht, dass die Zeit bei der anderen Elternperson für das Kind schwierig war.

Unter Umständen können weitere einschneidende Veränderungen zur Auflösung des gemeinsamen Elternhaushalts hinzukommen, etwa

- der Umzug in eine neue Wohnung, der auch einen Wohnorts- und Schulwechsel mit sich bringen kann,
- eine neue Betreuungssituation, weil die hauptbetreuende Elternperson ihr Berufpensum erhöht
- eine Verschlechterung der finanziellen Verhältnisse, so dass das Kind möglicherweise auf ein Hobby oder andere Dinge verzichten muss, die für das knappere Familienbudget zu kostspielig sind.

Die Eltern-Kind-Beziehung gestaltet sich neu:

- Das Kind verbringt in der Regel seine Zeit mit einer einzigen Elternperson, selten mit beiden gleichzeitig. So kann es einerseits nicht auf die unmittelbare Unterstützung der abwesenden Mutter,

des abwesenden Vaters zählen, um seine Bedürfnisse vorzubringen. Andererseits kann es für den Vater bzw. die Mutter einfacher sein, die Kinder ins Zentrum zu stellen und mitwirken zu lassen, wenn keine zweite Elternperson mit eigenen Bedürfnissen und Vorstellungen mitberücksichtigt werden muss.

- Die Zeit, die das Kind bei jeder Elternperson verbringt, richtet sich nach einem im Voraus vereinbarten Plan und ergibt sich weniger spontan.
- Generell gilt, dass sich die Beziehungen eines Kindes zu jeder Elternperson im Lauf seiner Entwicklung verändern und je nach Alter und Persönlichkeit unterschiedlich eng sein können. Bei der Trennung der Eltern kann sich das Kind vorübergehend enger an eine Elternperson anschliessen und von der anderen distanzieren, insbesondere wenn die Reorganisation des Familienlebens turbulent verläuft.
- Für das Wohlbefinden des Kindes massgebend ist die Qualität der Kontakte mit jeder Elternperson und nicht deren Quantität. Wichtig ist, dass sich auch die Elternperson, mit der das Kind weniger Zeit verbringt, für das Kind und seine Anliegen interessiert, ihm ihre Anteilnahme und Zuneigung zeigt und an der Erziehung teilnimmt. Auch die verlässliche Zahlung der Unterhaltsbeiträge ist ein Zeichen des Engagements für das Kind.
- Häufige Kontakte, die elterliches Konfliktpotential bergen, sind dagegen eine Belastung für das Kind. Für manche Kinder kann es von Vorteil sein, eine Elternperson (während einer befristeten Zeit) nicht mehr zu sehen, um beispielsweise einen ständigen Streit um die Ausübung des persönlichen Verkehrs zu beenden. Ob ein Unterbruch der Kontakte für das Kind nachteilig ist, hängt davon ab, wie gut die Beziehung zur wegfallenden Person vor der Trennung war, und davon, ob das Kind den Sinn des Unterbruchs verstehen kann (beispielsweise, dass eine gewalttätig gewordene Elternperson jetzt Zeit braucht, um sich helfen zu lassen).

- Was bedeutet die Scheidung der Eltern für das Kind?

Die Scheidung ist nicht mit grossen Veränderungen des Alltags verbunden, wie es die Trennung ist. Für manche Kinder bedeutet die Scheidung aber, dass die Familienkonstellation mit getrenntlebenden Eltern definitiv ist; ihre Hoffnung, dass die Eltern doch wieder zusammenleben werden, zerschlägt sich.

3. Das Kindeswohl in ausserordentlichen Zeiten gewährleisten

- Was brauchen Kinder, damit ihr Wohl gewährleistet ist?

Um das Kindeswohl zu gewährleisten, müssen folgende Lebensbedingungen erfüllt sein:

- Für die Grundbedürfnisse des Kindes wie Essen, Kleidung, Unterkunft usw. ist gesorgt.
- Das Kind ist vor Gewalt jeder Art geschützt.
- Sein materieller Lebensunterhalt ist gesichert.
- Es erhält liebevolle Zuwendung, Achtung, Respekt, Lob und Anerkennung.
- Es hat mindestens eine, am besten mehrere vertraute, verlässliche und verfügbare Bezugspersonen, die sich für seine Erlebnisse interessieren und ihm helfen können, diese zu verstehen und einzuordnen.
- Es hat ein vielfältiges, verlässliches Beziehungsnetz.

Wie diese Lebensbedingungen konkret verwirklicht werden, hängt von den individuellen Bedürfnissen, Eigenschaften und Fähigkeiten des Kindes und den Ressourcen der Eltern im Einzelfall ab.

- Welche Grundsätze sind in ausserordentlichen Zeiten besonders wichtig für das Wohl des Kindes?

Die folgenden Grundsätze, die Orientierung bei Entscheidungen und Massnahmen für das Kind bieten, können gerade in Zeiten grosser Herausforderungen hilfreich sein. Sie gelten für Eltern ebenso wie für Fachpersonen und Behörden:

- Das Recht gibt dem Wohl des Kindes Vorrang.
- Das Kind hat zudem das Recht, in Entscheidungen, die es betreffen, altersgerecht einbezogen zu werden und seine Meinung zu äussern; es ist eine Persönlichkeit mit eigenen Rechten.
- Dies bedeutet jedoch nicht, dass dem Kind Entscheidungen aufgebürdet werden, die es noch nicht selbst treffen kann.
- Nicht anders als Erwachsene orientieren sich Kinder bei ihrer Meinungsbildung an Vorbildern. Deshalb muss die Meinung des Kindes in jedem Fall als seine eigene anerkannt werden, auch wenn sie von einer Elternperson beeinflusst scheint; entscheidend sind die Äusserungen des Kindes.
- Das Kind einzubeziehen wirkt sich positiv auf die kindliche Entwicklung aus: Wenn Kinder erleben, dass sie mit ihren Anliegen ernstgenommen werden und wirksam zur Gestaltung ihres Alltags beitragen können, fühlen sie sich auch einer belastenden Situation nicht hilflos ausgeliefert. Diese Erfahrung von Selbstwirksamkeit stärkt ihre seelische Widerstandskraft (Resilienz) und hilft ihnen, ausserordentliche Zeiten zu bewältigen.
- Das Leitprinzip, das einzelne Kind mit seinen Rechten und individuellen Bedürfnissen in den Mittelpunkt zu stellen, ist deshalb zentral.

- Wie kann ich mein Kind in ausserordentlichen Zeiten unterstützen?

Aufmerksamkeit: Damit Ihre Kinder mit den Verunsicherungen umgehen können, welche die einschneidenden Veränderungen in ihrem Leben mit sich bringen, sind sie ganz besonders darauf angewiesen, dass Sie verlässlich für sie da sind. Widmen Sie Ihren Kindern deshalb noch bewusster als sonst Zeit und Aufmerksamkeit.

Überlegen Sie sich immer wieder, welche Bedürfnisse, Konflikte und Bewältigungsstrategien jedes einzelne Ihrer Kinder hat, und wie Sie es in seiner individuellen Lage unterstützen können. Je nach Alter, Entwicklungsstand und persönlichen Eigenschaften kann dies sehr unterschiedlich sein. Die aktuelle Situation immer wieder auch mit den Augen des Kindes zu betrachten, kann dabei helfen.

Sie können Ihre Kinder durch Ihr Erziehungsverhalten unterstützen: Zeigen Sie sich interessiert, zugewandt und liebevoll, motivieren Sie die Kinder, ihre eigenen Fähigkeiten zu entfalten und setzen Sie klare Regeln, auf deren Einhaltung Sie achten. Dadurch entsteht eine gute Eltern-Kind-Beziehung, die zentral ist für das Wohlbefinden des Kindes.

- Information: Schon in jungem Alter wollen Kinder wissen, was auf sie zukommt und worauf sie sich einstellen müssen. Das gilt in ausserordentlichen Zeiten ganz besonders. Reden Sie deshalb mit Ihrem Kind auf ihm gemässe, altersgerechte Art über die Veränderungen in der Familie. Informieren Sie es regelmässig darüber, was geschieht, beantworten Sie seine Fragen und gehen Sie auf seine Befürchtungen und Vorschläge ein.

Berücksichtigen Sie dabei, dass jedes Kind seine eigenen Bedürfnisse hat.

- Geben Sie den Kindern immer wieder Gelegenheit, Fragen zu stellen und ein Thema wiederholt anzusprechen.
- Die Informationen sollen das Kind unterstützen: Achten Sie darauf, dass Sie es nicht ins Vertrauen ziehen, um sich selbst emotional zu entlasten.
- Lassen Sie Ihre Kinder wissen, dass nicht sie Ursache der Probleme sind, die in einer schwierigen Zeit in der Familie auftreten.

- Speziell bei Familienübergängen - der Trennung der Eltern, oder wenn die Mutter oder der Vater stirbt -, brauchen Kinder ausreichende Informationen, die ihnen vermitteln, was konkret auf sie zukommt.
- Interpretation der Situation: Suchen Sie bewusst nach positiven Aspekten, Chancen und Möglichkeiten, die mit den Veränderungen verbunden sein können, und tauschen Sie sich mit den Kindern darüber aus.
- Mitwirkung: Lassen Sie Ihre Kinder bei der Gestaltung des Familienalltags mitwirken. Kinder haben immer wieder gute, pragmatische Ideen und Vorschläge, die sich mit etwas Flexibilität verwirklichen lassen. Nehmen Sie alle ihre Willensäusserungen ernst und beziehen Sie sie in die Entscheidungsprozesse ein.
- Es stärkt die seelische Widerstandskraft des Kindes und gibt ihm Sicherheit, wenn es erlebt, dass seine Beiträge erwünscht sind und geschätzt werden, auch wenn sie zum gegebenen Zeitpunkt vielleicht nicht umgesetzt werden können.
- Übertragen Sie Entscheidungen aber nicht den Kindern; entscheiden müssen ist für sie (auch wenn sie schon älter sind) eine Überforderung.
- Wichtig ist, dass die Kinder mitwirken, wenn es um ihre eigenen Anliegen geht, jedoch nicht, um die Probleme der Eltern zu lösen.
- Abgrenzung: Lassen Sie Ihre Kinder nicht nur mitwirken, sondern unterstützen Sie sie auch, sich von den Problemen in der Familie abzugrenzen und emotional zu distanzieren.
- Ermutigen Sie Ihr Kind, seine eigenen Anliegen vorzubringen und seinen Interessen nachzugehen, und unterstützen Sie es in seinem Streben nach Autonomie.
- Tun Sie dies gerade auch, wenn es Ihnen selbst nicht gut geht, denn Kinder möchten ihre Eltern nicht zusätzlich belasten und äussern ihre Wünsche deshalb möglicherweise nicht.
- Schwierige Gefühle bewältigen: Unterstützen Sie Ihr Kind im Umgang mit Gefühlen wie etwa Angst, Trauer oder Ärger: Reden Sie solche Gefühle nicht weg und bagatellisieren Sie sie nicht, sondern helfen Sie dem Kind, sie auszuhalten und zu benennen, um sie zu bewältigen.
- Eine offene Frage (etwa: «Wie ist das für Dich?») kann dem Kind helfen, seine Gefühle über ein belastendes Erlebnis auszudrücken. Anschliessend können Sie fragen «Was würde Dir jetzt helfen?». Vielleicht möchte das Kind zum Beispiel in Ihrer Nähe spielen, umarmt oder auch in Ruhe gelassen werden, malen oder etwas anderes.
- Helfen kann auch, wenn Sie von eigenen schwierigen Erfahrungen erzählen und wie Sie damit umgegangen sind.
- Zeigen Sie ihm, dass innere Konflikte, zwiespältige Gefühle und widersprüchliche Wünsche dazugehören und es möglich ist, mit ihnen umzugehen. Zeigen Sie ihm, wie Sie selbst mit ihren eigenen Widersprüchen umgehen.
- Kinder fühlen sich beiden Eltern gleichermassen verbunden und können Loyalitätskonflikte entwickeln, wenn die Eltern streiten. Kindliche Loyalitätskonflikte kommen insbesondere bei der Trennung der Eltern vor, können aber auch in der Zweielternfamilie entstehen. Dreht sich der Streit der Eltern immer wieder um die Kinderbelange, können bei den Kindern Schuldgefühle entstehen, da sie glauben, Ursache der elterlichen Konflikte zu sein.
- Konflikte lassen sich nicht immer vermeiden. Tragen Sie sie aber nicht vor dem Kind aus.
- Kritisieren Sie die andere Elternperson nicht vor dem Kind.
- Sagen Sie ihm, dass es nicht Ursache der Trennung und der aktuell bestehenden Schwierigkeiten ist.
- Machen Sie sich immer wieder klar: Zeigt das Kind seine Zuneigung zur anderen Elternperson, bedeutet dies nicht, dass es Sie zurückweist!
- Wenn Ihre Kinder über den Tod der Mutter, des Vaters trauern, brauchen sie Zeit und Raum, um über diesen Verlust hinwegzukommen. Die benötigte Zeit kann für jedes Kind anders sein, und die Trauer kann sich auch in anderen Gefühlen, etwa Wut oder Langeweile, ausdrücken. Sie können Ihre Kinder zum Beispiel unterstützen, indem Sie

- ihnen zeigen, dass Sie ihre Gefühle wahrnehmen und respektieren,
 - die Kinder an Ihrer eigenen Trauer über den Verlust des Partners/der Partnerin teilhaben lassen,
 - mit ihnen über Sterben und Tod sprechen, wenn sie dies möchten, und ihre Fragen altersgemäss und offen beantworten; verleugnen oder beschönigen Sie nichts, denn für die Kinder ist es wichtig zu versuchen, das Geschehene und Erlebte zu verstehen,
 - mit den Kindern über die verstorbene Person sprechen und ihr dadurch oder auf andere Weise einen neuen Platz im Familienleben geben,
 - Menschen aus Ihrem Umfeld einbeziehen, um den Kindern zu helfen, ihren Verlust zu verarbeiten und zu bewältigen.
 - Unterstützende Beziehungen: Helfen Sie Ihren Kindern, positive Beziehungen zu Menschen in ihrem Umfeld zu pflegen:
 - Gerade in ausserordentlichen Zeiten brauchen Kinder verlässliche Bezugspersonen, die sich um ihr Wohlbefinden kümmern, denen sie ihre Erlebnisse mitteilen können und die ihnen helfen, diese einzuordnen.
- Beispielsweise können sie ihm bei einer Trennung helfen, sein Verhältnis zu beiden Eltern zu klären.
- Fördern Sie gute, verlässliche Beziehungen der Kinder zur andern Elternperson (oder behindern Sie sie zumindest nicht), unabhängig davon, ob Sie selbst mit der anderen Person zusammenleben oder nicht.
 - Hat das Kind mehrere Bezugspersonen, kann es sich mit verschiedenen Bedürfnissen an unterschiedliche Personen wenden und von mehreren Vorbildern profitieren. Das entlastet auch Sie als Mutter oder Vater.
 - Sorgen Sie dafür, dass Ihre Kinder ihr gewohntes Leben ausserhalb der Familie weiterführen und ihre Beziehungen pflegen können; ersparen Sie ihnen wenn möglich zusätzliche Veränderungen und Verluste.
 - Informieren Sie – nach Absprache mit den Kindern - Bezugspersonen der Kinder in Schule, Tagesstätte u.ä. über die Veränderungen in Ihrer Familie, damit sie mögliche Auffälligkeiten besser einordnen und entsprechend reagieren können.
 - Schutz: Die elterliche Zusammenarbeit stösst bei Gewalt in jeder Form und bei schweren chronischen Konflikten der Eltern an Grenzen. Der Schutz der Kinder ist oberstes Gebot, wenn eine Elternperson (oder beide) sie – aus welchem Grund auch immer – misshandelt oder vernachlässigt, oder wenn eine Elternperson Gewalt gegen die andere ausübt.
 - Ergreifen Sie deshalb die Massnahmen, die nötig sind, um das Kind zu schützen, und nehmen Sie bei Bedarf fachliche Unterstützung in Anspruch.
 - Belastung: Beobachten Sie Ihr Kind genau, wenn es Belastungssymptome zeigt. Gehen Sie den wirklichen Ursachen auf den Grund, auch wenn die Erklärung naheliegt, dass die Schwierigkeiten durch die ausserordentliche Familiensituation bedingt sind.
 - Nehmen Sie fachliche Hilfe (zum Beispiel Erziehungsberatung) in Anspruch, wenn Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind stark leidet, sich nicht altersgemäss entwickelt oder sich auffällig verhält.
 - Schützen Sie es insbesondere vor Gewalt jeder Art.
 - Bewältigungsversuche können sich auch in auffälligem Verhalten äussern.
 - Lehnen Sie solches Verhalten nicht als unerwünscht ab. Anerkennen Sie die Bewältigungsversuche Ihres Kindes und unterstützen Sie es, damit es eine bessere Art finden kann, mit der belastenden Situation umzugehen.
 - Achten Sie auf Verhaltensänderungen bei Ihrem Kind und sprechen Sie sie an. Das Kind erhält so die Gelegenheit, seine Gefühle zu äussern, fühlt sich wahrgenommen und respektiert.
 - Gestehen Sie Ihrem Kind auch das Recht auf eine eigene Krise zu.
 - Elterliche Selbstsorge: Pflegen und entwickeln Sie Ihre persönlichen, beruflichen und sozialen Ressourcen. Damit unterstützen Sie auch die Kinder auf unterschiedliche Weise:

· Es tut auch Ihren Kindern gut, wenn Sie gut für sich selbst zu sorgen: Das Familienklima kann sich dadurch entspannen und positiver werden, und Sie bieten den Kindern ein gutes Vorbild, das ihre Entwicklung begünstigt.

Besonders wichtig ist, dass Sie chronischer Überlastung vorbeugen und das Vertrauen in Ihre eigene Fähigkeit, Ihr Leben zu gestalten, pflegen und stärken. Beides kann z.B. beim Einstieg in die Einelternschaft eine besondere Herausforderung sein, vor allem wenn dieser ungewollt erfolgt, etwa weil die andere Elternperson verstirbt.

- Unterstützung beanspruchen: Es ist auch im Interesse Ihrer Kinder, wenn Sie sich bei Bedarf passende Hilfe und Beratung suchen, zum Beispiel bei Ihrer Familie, in der Nachbarschaft, im Freundes- und Bekanntenkreis, oder bei Fachleuten oder -institutionen.
- Information und Unterstützung finden:
 - Informationen, Beratung und Unterstützung zu allen Fragen rund um die Einelternfamilie erhalten Sie bei der Fachberatung des SVAMV, die Ihnen bei Bedarf auch Informationen über andere spezialisierte Stellen vermitteln kann: www.svamv.ch/kontakt oder Tel. 031 351 77 71.
 - Verwitwete mit minderjährigen Kindern finden beim Verein AURORA praktische Unterstützung und Begleitung: www.verein-aurora.ch.

- Was ist in finanziell schwierigen Zeiten besonders wichtig für die Kinder?

Auch mit einem kleinen Budget können Sie für Ihre Kindern ein anregungsreiches Umfeld schaffen, das ihre Entfaltung fördert und ihr Gefühl, in ihrem Leben selbst etwas bewirken zu können – und damit ihre Widerstandskraft in herausfordernden Phasen – stärkt.

- Sorgen Sie dafür, dass die Kinder wenn immer möglich an schulischen und anderen Aktivitäten teilnehmen können, die ihnen wichtig sind und ihre Entwicklung und Bildung fördern, indem Sie zum Beispiel
 - in Ihrem Budget entsprechende Prioritäten setzen,
 - nahestehenden Personen, die Ihre Kinder zu Geburtstagen oder Weihnachten beschenken, entsprechende Vorschläge machen,
 - Unterstützung suchen bei Institutionen, die finanzielle Not- und Überbrückungshilfe anbieten.
 - Achten Sie beim Einrichten der Wohnung darauf, dass die Kinder wenn möglich Rückzugsmöglichkeiten und Raum zum Spielen haben sowie einen Platz, an dem sie in Ruhe Schulaufgaben machen können.
 - Gemeinsame Waldspaziergänge, Spielplatzbesuche und ähnliches können den Kindern eine anregende Freizeitgestaltung bieten, die nicht kostspielig ist und ihre Entwicklung und das Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten fördert.
 - Sprechen Sie mit Ihren Kindern über die aktuelle finanzielle Lage ihrer Familie und zeigen Sie ihnen, wie Sie mit den Einschränkungen umgehen und was Sie unternehmen, um die Herausforderungen zu meistern.
 - Die Kinder können von Ihnen als Vorbild lernen, mit Einschränkungen zurechtzukommen und kreative Lösungen zur Verbesserung der Situation zu entwickeln.
 - Nehmen Sie wenn nötig Unterstützung und Beratung in Anspruch, um Ihre finanzielle Lage kurz- und längerfristig zu verbessern. Spezialisierte Institutionen haben ein vielfältiges Angebot, etwa
 - Budgetberatung und Schuldenberatung für den Umgang mit den gegebenen finanziellen Mitteln,
 - Laufbahnberatung, um die beruflichen Zukunftsperspektiven zu verbessern,
 - Stellen, die finanzielle Unterstützung für besondere Anliegen und Vorhaben bieten, z.B. Stipendien (Ausbildungsbeiträge),
 - Alimenteninkassohilfe und Alimentbevorschussung, wenn Unterhaltsbeiträge nicht bezahlt werden,
 - Sozialversicherungen wie zum Beispiel die Hinterlassenenversicherung, die zum Zug kommt, wenn eine Elternperson stirbt,

- Sozialhilfe, um Notlagen zu überbrücken.
- Die Fachberatung des SVAMV kann Sie über mögliche Hilfsangebote informieren:
www.svamv.ch/kontakt oder Tel. 031 351 77 71
- Welche spezielle Unterstützung braucht mein Kind bei der Trennung?
- Achten Sie darauf, ob Unsicherheiten und Sorgen das Kind belasten, gehen Sie darauf ein und beantworten Sie seine Fragen. Kinder möchten zum Beispiel wissen,
- ob sie auch nach der Trennung Kontakt mit beiden Eltern haben können,
- wo sie bei jeder Elternperson schlafen und ihre Spielsachen unterbringen werden,
- ob und wie sie Wünsche und Vorschläge zum Wechseln zwischen ihren Elternhäusern vorbringen können.
- Orientieren Sie sich an den aktuellen Bedürfnissen Ihres Kindes, wenn Sie und die andere Elternperson die Betreuung und den finanziellen Unterhalt regeln.
- Es tut dem Kind gut zu erleben, dass sich seine Eltern einigen können und seine Wünsche berücksichtigen. Sie können Ihr Kind beispielsweise wünschen lassen, ob es vor oder nach einer Mahlzeit zur anderen Elternperson wechseln und was es mitnehmen will.
- Auch kleine Kinder, die sich noch nicht äussern können, zeigen ihre Bedürfnisse. Es kann angezeigt sein, eine entsprechende Fachperson beizuziehen, um die Signale der Kleinen besser lesen zu können.
- Hilfreich ist, die Beziehung zur anderen Elternperson als Arbeitsbeziehung zu betrachten, wenn es um die Regelung der Kinderbelange geht. Ihre Paarbeziehung ist zu Ende, Ihre gemeinsame Aufgabe, die Sie auch in Zukunft haben werden, sind die gemeinsamen Kinder. Pflegen Sie dementsprechend eine geschäftsmässige, lösungsorientierte Kommunikation mit der anderen Elternperson. Besprechen Sie Fragen im Zusammenhang mit Ihrer (aufgelösten) Partnerschaft, die möglicherweise noch bestehen, zu einem anderen Zeitpunkt als diejenigen, die die Kinder betreffen.
- Vertragliche Vereinbarungen vermitteln Kindern und Eltern Sicherheit und helfen, den Familienalltag in getrennten Haushalten zu organisieren.
- Die Bedürfnisse der Kinder verändern sich mit der Zeit, und auch Ihre Situation und diejenige der anderen Elternperson entwickeln sich weiter. Betreuungs- und Unterhaltsmodelle können einige Jahre nach ihrer Vereinbarung nicht mehr passen. Überprüfen Sie die getroffenen Regelungen deshalb regelmässig und passen Sie sie nötigenfalls an.
- Diese Flexibilität ermöglicht es Ihnen auch, die Aufteilung der elterlichen Pflichten und ihre berufliche und persönliche Lebensplanung auf längere Sicht in den Blick zu nehmen.
- Vereinbaren Sie auch, wie das Kind bei wichtigen Ereignissen kurzfristige Änderungswünsche einbringen kann, z.B. wenn es das Geburtstagsfest eines Freundes oder einer Freundin besuchen möchte statt die vorgesehene Zeit bei einer Elternperson zu verbringen.
- Hilfreich für kleine Kinder kann sein, mit ihm zusammen einen Plan zu erstellen, auf dem es jederzeit nachschauen kann, wann es bei welcher Elternperson ist und wer es von der Kindertagesstätte abholt.
- Unterstützen Sie Ihr Kind beim Pendeln zwischen seinen Eltern:
- Für das Kind ist es wichtig, dass Sie wahrnehmen und akzeptieren, wenn es den Wechsel von einer Elternperson zur andern verarbeiten muss, und ihm dann vermehrt Aufmerksamkeit schenken.
- Für kleine Kinder kann es hilfreich sein, wenn Sie mit ihm über die abwesende Elternperson sprechen und sie so bis zum nächsten Wiedersehen präsent halten.
- Erleichtern Sie dem Kind den Umgang mit Unterschieden:
- Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie es akzeptieren, dass die andere Elternperson einen anderen Lebensstil pflegt und bei ihr andere Regeln gelten.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, wenn es dies möchte, und lassen Sie es erzählen, wie es die Unterschiede erlebt.

- Sagen Sie ihm, wenn Sie etwas wirklich nicht gut finden, und erklären Sie ihm warum. Verurteilen Sie die andere Elternperson aber nicht.
- Unterscheiden sie zwischen wichtigen und unwichtigen Unterschieden und suchen Sie bei wichtigen Unterschieden, die Sie problematisch finden, das Gespräch mit der anderen Elternperson.
- Vermitteln Sie Ihren Kindern, dass Sie auch positive Seiten der neuen Familiensituation sehen, und ermutigen Sie sie, darüber zu reden, welche Vor- und Nachteile die Trennung für sie hat.

- Worauf achten bei der Regelung von Betreuung und Unterhalt der Kinder?

Die Auseinandersetzung mit konkreten Fragen kann Ihnen helfen, sich beim Ausarbeiten der Betreuungs- und Unterhaltsregelung an der Situation und den Bedürfnissen der Kinder zu orientieren. Beispiele:

- Wie sieht die aktuelle Situation aus?
- Wie sind Betreuung und Unterhalt aktuell verteilt?
- Wer ist besser mit dem Kind und seinem sozialen Netz vertraut?
- Wer kann wieviel zur finanziellen Sicherung der Familie beitragen?
- Wer hat welche beruflichen Verpflichtungen?
- Welche Wünsche hat jedes der Kinder?
- Wie gut können Sie und die andere Elternperson miteinander reden, kooperieren und Entscheidungen treffen?
- Wer kann besser dafür sorgen, dass die Kinder die Beziehung zur anderen Elternperson regelmässig pflegen können?
- Wie kann ich und wie kann die andere Elternperson Familie und Beruf konkret vereinbaren (Wochenplan)?
- Wann kann ich rechtzeitig zu Hause sein, um das Mittagessen zuzubereiten?
- Wann kann ich zu Hause sein, um nach der Schule bei den Aufgaben zu helfen?
- Wann kann ich die Kinder zur Tagesstätte oder zur Schule bringen?
- Wann kann ich die Kinder zu ihren Freizeitaktivitäten bringen?
- Wann komme ich zum Einkaufen, Putzen und anderen Hausarbeiten?
- Welchen Teil der Kinderbetreuung während der Schulferien kann ich übernehmen?
- Worauf muss ich sonst noch achten?
- Welche Auswirkungen haben die ins Auge gefasste Regelungen?
- Müssen die Kinder umziehen, wenn wir eine bestimmte Regelung wählen?
- Verlieren sie dadurch Freunde und Freundinnen?
- Ist damit ein Schulwechsel, etwa auch der Verlust einer besonders vertrauten Lehrperson, verbunden?
- Welche Probleme können bei der gewählten Regelung auftauchen? (Problemen könne z.B. durch die Art und Weise des Wechsels (zu schnell, zu lang), zu kurze, zu lange, zu seltene oder zu häufige Besuche entstehen.)
- Welche Lösung wäre aus der Perspektive des Kindes am besten?

Was tun, wenn das Kind den Kontakt zu einer Elternperson ablehnt?

Jedes Kind hat seine eigenen Gründe, wenn es sich von einer Elternperson distanziert. Diese müssen verstanden und respektiert werden, um Lösungen finden zu können, die den individuellen Bedürfnissen des betroffenen Kindes entsprechen und ihm die richtige Unterstützung bieten: Das Kind hat Anspruch darauf - wenn irgend möglich – sowohl eine positive Beziehung zu seinen beiden Eltern zu unterhalten, als auch, vor jeder Gefährdung seines Wohls geschützt zu werden.

- Klären Sie als erstes ab – eventuell mit Hilfe einer Fachperson - aus welchen Gründen Ihr Kind den Kontakt zur andern Elternperson oder zu Ihnen verweigert, und ob es Belastungen gibt, die für das Kind mit den Kontakten verbunden sind.

- Entscheidend ist, dass Sie sich dabei auf die Äusserungen des Kindes konzentrieren, und nicht etwa auf die Frage, ob sein Wille beeinflusst worden sein könnte und von wem.
- Es gibt unterschiedliche Gründe, aus denen Kinder den Kontakt zu einer Elternperson verweigern. Das Kind kann sich zum Beispiel distanzieren, weil
 - die Regelung der Kontakte seinem Alter und Entwicklungsstand nicht (mehr) entsprechen, etwa wenn sie mit seinen Beziehungen zu Gleichaltrigen kollidieren oder weil das Kind, unabhängig vom Familienmodell, weniger an Aktivitäten mit seinen Eltern teilnehmen möchte;
 - das Verhalten einer Elternperson oder beider bei der Trennung das Kind überfordern und es elterlichen Auseinandersetzungen aus dem Weg gehen möchte;
 - die abgelehnte Elternperson ihrer Aufgabe im Umgang mit dem Kind nicht gewachsen ist und ein ungünstiges Erziehungsverhalten zeigt, unter dem das Kind leidet;
 - das Kind sich vor einer realen Gefahr schützen muss, beispielsweise wenn die Elternperson es körperlich oder psychisch misshandelt oder vernachlässigt.
- In sehr seltenen Fällen reagiert das Kind auf einen belastenden Trennungsprozess, indem es ein Feindbild einer Elternperson entwickelt und diese ohne nachvollziehbare Gründe ablehnt.
- Die Gründe des Kindes für den Kontaktabbruch zeigen auf, welche Massnahmen ergriffen werden können, um dem Kind wenn möglich (wieder) zu einer guten, unterstützenden Beziehung zu jeder Elternperson zu verhelfen, und es wenn nötig wirksam vor Gewalt und anderen Risiken zu schützen. Als Mutter bzw. Vater können Sie zum Beispiel
 - zusammen mit der andern Elternperson die Regelung des persönlichen Verkehrs oder der Obhut und Betreuung anpassen und dabei das Kind mit seinen Anliegen einbeziehen;
 - die andere Elternperson beim Umgang mit dem Kind unterstützen, etwa mit Informationen oder Hinweisen, damit sie ihre Erziehungs Kompetenzen verbessern kann;
 - auf Ihr eigenes Verhalten achten und versuchen, Verhaltensweisen aufzugeben, die Ihr Kind belasten, beispielsweise die andere Elternperson nicht vor den Kindern schlecht zu machen.
 - Je nach Situation kann es angezeigt sein, dass Sie eine Fachperson oder Behörde beiziehen, insbesondere wenn das Kind geschützt werden muss.
 - Auch behördliche Massnahmen wie Weisungen zum persönlichen Verkehr können unter Umständen geboten sein.

- Was kann ich für meine Kinder tun, wenn schwere elterliche Konflikte nach der Trennung anhalten?

Für das Wohl Ihrer Kinder ist es ausserordentlich wichtig, dass Sie anhaltende Konflikte mit der anderen Elternperson vermeiden oder unterbrechen – auch wenn die andere Elternperson das nicht tut. Folgende Hinweise können weiterhelfen:

- Es ist nicht zwingend nötig, dass Eltern ein gutes Verhältnis haben, damit sich ihre Kinder gut entwickeln können. Lassen sich Konflikte (zur Zeit) nicht aus der Welt schaffen, können Sie und die andere Elternperson unabhängig voneinander Ihre Beziehung mit den gemeinsamen Kindern pflegen und den direkten Kontakt miteinander auf das Nötigste beschränken.
- Beispielsweise können Sie für den persönlichen Verkehr eine Drittperson organisieren, die an Ihrer Stelle die Kinder an die andere Elternperson übergibt, bis sich die Situation entspannt hat und Sie beide in der Lage sind, sich auf das Wohl der Kinder zu konzentrieren.
- Ihre Kinder haben Anspruch darauf, dass Sie sie und ihre Anliegen ins Zentrum Ihrer Aufmerksamkeit stellen, und nicht den Streit mit der anderen Elternperson. Entscheidend für das Wohl Ihrer Kinder ist, dass Sie
 - sich noch gezielter als sonst in ihre Situation versetzen und nach Möglichkeiten suchen, ihre Bedürfnisse auch im Rahmen der Konfliktsituation zu erfüllen,

- die andere Elternperson nicht vor den Kindern abwerten (auch dann, wenn diese es Ihnen gegenüber tut), eine positive Beziehung des Kindes zur anderen Elternperson akzeptieren und respektieren,
 - nicht versuchen, das Kind auf Ihre Seite zu ziehen,
 - den Kindern sagen, dass sie nicht Ursache des Elternstreits sind,
 - zu Ihren Fehlern stehen und sich bei den Kindern entschuldigen, wenn Ihnen all dies nicht immer gelingt.
 - In Behördenverfahren haben Kinder das Recht, angehört zu werden und wenn nötig eine eigene rechtliche Vertretung («Kinderanwalt/-anwältin») zu erhalten. Letztere wird vom Gericht oder von der Kindesschutzbehörde KESB eingesetzt, beispielsweise wenn die Eltern sich nicht einig sind über die Kinderbelange und unterschiedliche Anträge stellen.
 - Sowohl Sie als auch die andere Elternperson sind befugt, eine Vertretung für Ihr Kind zu beantragen. Ihr Antrag wird vom Gericht geprüft. Ihr urteilsfähiges Kind selbst hat ebenfalls das Recht, einen solchen Antrag zu stellen. In diesem Fall muss das Gericht die Vertretung anordnen (Zivilprozessordnung ZPO Art. 299).
 - Als Kinderanwältin/Kinderanwalt wird eine in fürsorgerischen und rechtlichen Fragen erfahrene Person ernannt. Für das Kind ist sie eine neutrale Ansprechperson, die ihm Abläufe und Entscheide erklärt, ihm im Verfahren eine Stimme gibt und seine Sicht vermittelt. Er/sie vertritt ausschliesslich das Kind, nicht die Eltern oder eine Elternperson oder die Behörde.
 - Die Kinderanwältin/der Kinderanwalt kann auch Ihnen und der anderen Elternperson helfen, sich wieder auf das Wohlergehen und die Rechte Ihrer Kinder zu konzentrieren, wenn Sie diese im Streit aus den Augen verloren haben, und so dazu beitragen, Konflikte zu entschärfen und damit das Verfahren zu beschleunigen.
 - In der Anhörung äussert das Kind seine eigenen Bedürfnisse und Wünsche. Damit es dies frei tun kann, muss es darüber informiert werden, was mit seiner Meinungsäusserung geschieht (zum Beispiel wer davon erfährt), und dass nicht es sondern die Erwachsenen letztlich die Entscheidungen treffen.
 - Zögern Sie nicht, wenn nötig fachliche Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Gerade wenn es Ihnen und/oder der anderen Elternperson schwerfällt, Partnerschaftskonflikte abzuschliessen und sich auf Ihre Elternpflichten zu konzentrieren, empfiehlt es sich, dass Sie zuerst allein mit einer Fachperson sprechen, von der Sie sich verstanden fühlen. Diese kann Ihnen helfen,
 - Ihre Sichtweise, Bedenken und Vorwürfe in Worte zu fassen und zu klären,
 - schmerzhaftes Gefühle gegenüber der anderen Elternperson (zum Beispiel Wut, Trauer, Angst, Groll, Bitterkeit, Kränkung oder Verzweiflung) besser zu bewältigen,
 - die Perspektive zu wechseln und die Situation aus Sicht Ihrer Kinder wahrzunehmen,
 - Lösungsvorschläge zu entwickeln, die den Bedürfnissen und Wünschen Ihrer Kinder Vorrang geben,
 - nachvollziehbare Anliegen zu formulieren, die Sie später im Gespräch mit der anderen Elternperson vorbringen können.
- Gemeinsame Gespräche mit der anderen Elternperson und Fachpersonen führen zu besseren kindgerechten Ergebnissen, wenn Sie sich dank einer solchen Vorbereitung wieder handlungsfähiger und der Situation gewachsen fühlen.
- Im Informationsblatt des SVAMV «Herausforderungen für Eineltern in ausserordentlichen Zeiten» finden Sie Hinweise, wie lösungsorientiertes Kommunizieren und Verhandeln gelingen kann.

- Was tun, wenn eine internationale Kindesentführung droht?

Auch wenn bei Konflikten in binationalen Partnerschaften nicht immer verhindert werden kann, dass eine Elternperson das Kind gegen den Willen der anderen ins Ausland bringt oder – zum Beispiel nach den Ferien – dort zurückbehält, ist es doch möglich, die Gefahr einer solchen Kindesentführung zu

verringern. Die Zentralbehörde internationale Kindesentführung des Bundesamtes für Justiz empfiehlt:

- Wen den Sie sich früh an eine Fachstelle, wenn Konflikte in Ihrer Partnerschaft zunehmen. Eine Beratungsstelle zum Beispiel für binationale Paare, für Ehe- und Familienberatung oder der internationale Sozialdienst, oder eine Behörde - namentlich die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde am Wohnsitz des Kindes - kann dazu beitragen, eine Entführung zu vermeiden, indem sie Vermittlung anbietet und Sie und die andere Elternperson dabei unterstützt, Ihre Konflikte gemeinsam zu lösen. Auch eine Mediation kann weiterhelfen.
- Praktische Massnahmen können das Risiko einer Entführung verringern. Sie können
 - die Reiseausweise der Kinder an einem sicheren Ort aufbewahren,
 - dem kantonalen Passbüro melden, dass ohne Ihre Zustimmung keine neuen Reiseausweise ausgestellt werden dürfen, und wenn das Kind auch eine ausländische Staatsangehörigkeit hat, die Botschaft oder das Konsulat dieses Staates in der Schweiz informieren, dass ohne Ihre Zustimmung keine Reiseausweise für das Kind ausgestellt werden dürfen,
 - Schule und/oder Kindertagesstätte über die Gefahr einer Entführung informieren und dafür sorgen, dass die Kinder nicht unbegleitet sind,
 - alle wichtigen Personalien des Kindes und der anderen Elternperson sowie ein aktuelles Foto von beiden bereithalten, damit die Polizei ein entführtes Kind möglichst rasch bei Grenzstellen und Flughäfen zurückhalten lassen kann,
 - sich bei häuslicher Gewalt an die Polizei, ein Frauenhaus oder eine Opferhilfe-Beratungsstelle wenden, um Auskünfte über zusätzlich gebotene Massnahmen wie Strafanzeige, Annäherungsverbot oder Schutzprogramm zu erhalten.
- Je nach konkreten Umständen, können folgende behördlichen Massnahmen sinnvoll sein:
 - Alleinige Zuteilung des Aufenthaltsbestimmungsrechts
 - Anordnung einer Ausreisesperre
 - Hinterlegung der Reiseausweise
 - Neuregelung der elterlichen Sorge
 - Einschränkung des persönlichen Verkehrs.
- Je nach Rechtslage sind das Gericht oder die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde am Aufenthaltsort des Kindes zuständig.
- Information und Unterstützung:
 - Die Broschüre «Internationale Kindesentführungen und Besuchsrechtskonflikte» (der die oben genannten Empfehlungen entnommen sind) und weitere Informationen finden Sie auf der Website der Zentralbehörde internationale Kindesentführung des Bundesamtes für Justiz: www.bj.admin.ch/bj/de/home/gesellschaft/kindesentfuehrung.html
 - Schweizerische Stiftung des internationalen Sozialdienstes: www.ssi-schweiz.org
 - Informationen und Beratung für binationale Paare und Familien: www.binational.ch und www.binational.ch/de/?Beratungsstellen
 - Unterstützung und Beratung bei häuslicher Gewalt: siehe unten
- Häusliche Gewalt: Wie müssen Elternkontakte zum Schutz des Kindes geregelt werden?
Bei häuslicher Gewalt hat der Schutz der Kinder absoluten Vorrang. Die Regelung des persönlichen Verkehrs (auch: Besuchsrecht) mit der gewaltausübenden Elternperson spielt dabei eine entscheidende Rolle: Sie muss sicherstellen, dass die betroffenen Kinder keiner neuen Gefahr ausgesetzt und nicht erneut traumatisiert werden.
- Die Schweizerische Konferenz gegen häusliche Gewalt SKHG hat dazu einen Leitfaden herausgegeben. «Kontakt nach häuslicher Gewalt? Leitfaden zur Prüfung und Gestaltung des persönlichen Verkehrs für Kinder bei häuslicher Gewalt» enthält Informationen sowie Fragelisten, die helfen, die Situation im Einzelfall einzuschätzen, um die Kinder wirksam schützen zu können.

- Wenn nötig können Sie die Fachpersonen und Behördenmitgliedern, mit denen Sie zu tun haben, auf den Leitfaden hinweisen.
- Der Leitfaden nennt folgende Voraussetzungen, die erfüllt sein müssen, damit bei häuslicher Gewalt der persönliche Verkehr ohne Einschränkungen stattfinden kann:
- Die Situation der gewaltbetroffenen Elternperson und der Kinder wie auch diejenige der gewaltausübenden Elternperson muss sich stark verbessert haben, beispielsweise aufgrund von Therapien oder Lernprogrammen.
 - Die gewaltausübende Elternperson übernimmt Verantwortung für ihr Handeln und stimmt Massnahmen zu oder ergreift selbst solche, um ihr Verhalten zu ändern.
 - Es muss gewährleistet werden können, dass
 - das Kind nicht erneut durch Gewalttätigkeiten oder Manipulationen anlässlich des persönlichen Verkehrs gefährdet werden kann, und dass eine wiederkehrende Eskalationsgefahr bei Übergaben von einer Elternperson zur andern ausgeschlossen ist,
 - das Kind durch den Kontakt mit der gewaltausübenden Elternperson nicht erneut traumatisiert oder psychisch übermässig belastet wird,
 - dass der Wille des Kindes in jedem Fall respektiert wird, und dass
 - die gewaltbetroffene Elternperson, die das Kind betreut, durch den persönlichen Verkehr nicht erneut traumatisiert oder in ihrer Fähigkeit beeinträchtigt wird, für das Kind zu sorgen.
 - Ausserdem soll der persönliche Verkehr durch Anordnungen und Massnahmen der Behörden kontrolliert, überwacht und allenfalls begleitet werden.
 - Unter folgenden Bedingungen muss der persönliche Verkehr suspendiert (oder unter Umständen gänzlich ausgeschlossen) werden, und unter Umständen auch auf briefliche oder telefonische Kontaktformen oder Kontakte über soziale Medien verzichtet werden:
 - Mildere Massnahmen, zum Beispiel die Anordnung einer Besuchsbeistandschaft oder eines begleiteten Besuchsrechts, reichen nicht aus, um das Kind zu schützen:
 - Selbst ein eingeschränkter Kontakt mit der gewaltausübenden Elternperson gefährdet die körperliche und/oder psychische Gesundheit und Entwicklung des Kindes.
 - Weisungen wie die Anordnung eines Lernprogramms gegen Gewalt sind noch nicht erfüllt.
 - Die Suspendierung des persönlichen Verkehrs ist vor allem in folgenden Situationen angezeigt:
 - Kurz nach einem Gewaltereignis;
 - wenn polizeiliche und allenfalls schon strafprozessuale Zwangs- oder Ersatzmassnahmen angeordnet wurden, zum Beispiel Rayon- und Kontaktverbote, selbst wenn diese nicht für das Kind gelten sollten;
 - wenn Hinweise für Stalking vorliegen, denn ständiges Beobachten, Verfolgen oder auch die stetige unerwünschte elektronische Kommunikation sind eine massive Belastung;
 - wenn es noch Zeit braucht, um die Gefährdungssituation einzuschätzen.
 - In all diesen Situationen ist überdies die Gefahr nicht zu unterschätzen, dass die gewaltausübende Elternperson versucht, über das Kind Informationen über die gewaltbetroffene Elternperson zu erhalten oder ihr Botschaften zukommen zu lassen.
 - Eingeschränkter persönlicher Verkehr, beispielsweise begleitete Kontakte, ist oft in einer ersten Phase nach einer Suspendierung angezeigt.
 - Dabei ist darauf zu achten, dass begleiteter persönlicher Verkehr nur stattfindet, wenn die betreffende Elternperson die Weisungen befolgt oder der Therapiefortschritt bei ihr und/oder dem Kind den Kontakt zulässt. Für die dafür erforderliche fachliche Abklärung sind Kenntnisse über Gewaltdynamiken und Interventionsansätze grundlegend.
 - Information und Unterstützung:
 - Notruf 117 der Polizei, wenn Sie sich bedroht fühlen oder schon in einer akuten Gewaltsituation befinden.

Informationen, Beratung, Unterstützung und Schutz für von Gewalt betroffene Frauen und Kinder:

www.frauenhaus-schweiz.ch

- Beratung und Hilfe für Opfer von Gewalt: www.opferhilfe-schweiz.ch
- Beratung und Hilfe für gewaltausübende Personen: www.fvgs.ch/Fachstellen.html
- Informationen und Leitfaden für den persönlichen Verkehr nach häuslicher Gewalt: www.skhg.ch
- Weitere ausführliche Informationen: www.kriminalpraevention.ch.

4. Quellen und weiterführende Informationen

- Binationale Familien

www.binational.ch

www.binational.ch/de/?Beratungsstellen

- Informationen und Beratung für binationale Paare und Familien

Bundesamt für Justiz, Zentralbehörde internationale Kindesentführungen

<https://www.bj.admin.ch/bj/de/home/gesellschaft/kindeentfuehrung.html>

- Informationen und Broschüre «Internationale Kindesentführungen und Besuchsrechtskonflikte»

DAO Dachorganisation Frauenhäuser Schweiz und Lichtenstein

www.frauenhaus-schweiz.ch

- Informationen, Beratung, Unterstützung und Schutz für von Gewalt betroffene Frauen und Kinder
Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann

www.ebg.admin.ch/ebg/de/home/dokumentation/publikationen-allgemein/publikationen-gewalt.html

- Publikationen Gewalt. Häusliche Gewalt - Informationsblätter

einelternfamilie.ch

SVAMV Schweizerischer Verband alleinerziehender Mütter und Väter

www.einelternfamilie.ch, www.svamv.ch/kontakt oder Tel. 031 351 77 71.

- Informationen und Fachberatung zu allen Fragen der Einelternschaft

Fachverband Gewaltberatung Schweiz

www.fvgs.ch/Fachstellen.html

- Beratung und Hilfe für gewaltausübende Personen

Opferhilfe

www.opferhilfe-schweiz.ch

- Beratung und Hilfe für Opfer von Gewalt

Schweizerische Konferenz gegen häusliche Gewalt (SKHG)

www.skhg.ch

- Krüger Paula, Reichlin Beat (2021): Kontakt nach häuslicher Gewalt? Leitfaden zur Prüfung und Gestaltung des

persönlichen Verkehrs für Kinder bei häuslicher Gewalt. Herausgeberin: Schweizerische Konferenz gegen

häusliche Gewalt SKHG