

Herausforderungen für getrennte Eltern



Herzlich
Willkommen beim
Durlacher
Online-Elterntreff

am 24. Februar 2022

19:30 – 21 Uhr



Karlsruhe
gemeinnützige GmbH

Dies ist ein Beitrag des KiFaZ Explorateurs der AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH

Passendes Betreuungsmodell finden

Orientierung an:

- Alter der Kinder
- Entfernung der Wohnorte
- Konfliktniveau
- Diverse weitere Faktoren



Hilfreich in der Planung:

- Betreuungsvereinbarung machen
- nicht Stunden sondern Nächte zählen
- gegenseitig großzügig sein
- die Themen „Zeit“ und „Geld“ soweit wie möglich trennen

Voraussetzungen fürs Wechselmodell



- Positive Haltung der Eltern zum Kind
- Grundsätzliche Erziehungseignung beider Elternteile (keine schädigende Erziehungsmethoden, körperlich und psychisch fit, Fähigkeit zur Feinfühligkeit)
- Bei eingeschränkter Fähigkeit/Eignung Wechselmodell als Entlastung möglich
- Wohnortnähe
- Bereitschaft der Kinder zu wechseln

Kontraindikationen fürs Wechselmodell

- Ablehnende Haltung zum Kind
- Fehlende Betreuungsbereitschaft
- Fehlende Erziehungseignung
- Zu große Wohnortentfernung
- Fehlende Bereitschaft des Kindes zu wechseln
- Fälle von Gewalt und Missbrauch



Fehlende Bereitschaft eines Elternteils muss kein
grundsätzliches Hindernis sein!

Vorteile des Wechselmodells

- Intensivere emotionale Bindung an beide Eltern
- Psychische Stabilität der Kinder
- Bessere Soziale Situation der Kinder
- Bessere Schulsituation
- Höhere Zufriedenheit von Eltern und Kindern
- Kontakt zum sozialen Umfeld beider Eltern leichter möglich
- Zwei gleichwertige aber verschiedene Zuhause
- Bessere physische Gesundheit von Eltern und Kindern
- Deeskalation und Beziehungsverbesserung zwischen den Eltern
- Reduktion von Loyalitätskonflikten der Kinder
- Teilhabe an den Ressourcen beider Eltern
- Bessere ökonomische Situation
- Gleichberechtigte Geschlechterrollen
- Erlernen von Mobilität und Selbstorganisation



Nachteile des Wechselmodells

- Notwendigkeit von Kontakt und Absprachen zwischen den Eltern
- Notwendigkeit der Koordination der Alltagsentscheidungen
- Organisationserfordernis für Wechsel von Sachen
- Mehrkosten für den doppelten Haushalt
- Einschränkung der Elternmobilität
- Evtl. Verlust von Unterhaltsansprüchen
- Gesetzeslage: Wechselmodell passt noch nicht ins Recht



Hohes Konfliktniveau

- Konflikte von Kindern fern halten
- Detaillierte Betreuungsregelung
- Wenige Wechsel
- Ggf. Aufteilung der Verantwortungsbereiche Neutrale oder begleitete Übergaben der Kinder
- Depots für Gepäck/vergessene Dinge einrichten (Gartenhaus, Garage, Kofferraum...)
- Beratung und evtl. Therapie der Eltern
- Streitthemen klären! Mit Beratung!
- Das Wechselmodell kann deeskalierend wirken



Ideen für Übergaben

- Das Kind rechtzeitig vorbereiten
- positiv einstimmen
- Abschiedsrituale entwickeln
- gemeinsam packen, inkl. Lieblingsobjekte
- Das Kind bringen ist für das Kind besser als es abzuholen
- Wenn möglich, ein paar freundliche Worte wechseln und Informationen austauschen. Auf keinen Fall über Streitthemen sprechen!
- Falls nötig, an neutralen Orten übergeben (Café, Spielplatz, Bahnhof...)
- Wenn Begegnung noch nicht wieder möglich ist, neutrale Personen übergeben lassen (Nachbarin, Kita, Sportverein)
- Immer für Informationsfluss sorgen! Schriftlich ist leichter als mündlich, aber auch offener für Missverständnisse.
- Rückkehrritual und klare Routinen entwickeln (lange Exklusivzeit mit dem Kind, „Alles ist wie immer“)
- Keine ausforschenden Fragen stellen über die Zeit beim anderen Elternteil.



Zwischendurch-Kontakte

- Telefonanrufen
- Text- und Bildnachrichten in einem eigenen Nachrichtenkanal
- Videoanrufen (im privaten Raum)
- Besuche, treffen außer Haus (Kinderturnen, Spielplatz nach der Kita)



Familienfeste

Jährliche Feste (Weihnachten...)

- jährlich wechseln
- nicht das Kind fragen
- Ggf. nachfeiern, Betreuungsplan anpassen

Einmalige Feste (Konfirmation...)

- orientieren am Bedürfnis des Kindes (Was wünscht sich das Kind?), soweit wie möglich respektieren
- mit dem Kind die Gästeliste mache: Es darf sagen, wer mitfeiern soll. Neue Partner der Eltern sollen nicht kommen, wenn es schwierig für das Fest wäre. Ggf. nachfeiern. Tischkärtchen vermeiden schwierige Kombinationen.
- Neutralisierende Gäste einladen: Freunde der Kinder, Nachbarn,...
- Gemeinsam mit dem anderen Elternteil planen und absprechen (Kosten, neutraler Ort, gemeinsames Geschenk wenn möglich, Dritte als Vermittler;
- keine Überraschungen im Ablauf
- Nicht zu lange, kein Open-End, sonst Eskalationen am Ende häufig
- Best-Buddys für die Eltern einladen, die für emotionalen Halt und Ausgleich sorgen



Feiertage



Es muss nicht immer alles jährlich gewechselt werden.

- Welche Feiertage sind mir persönlich sehr wichtig? Eine persönliche Rangfolge festlegen. Einen gerechten Vorschlag an das andere Elternteil machen.
- Geburtstage der Eltern, Großeltern...: Das Kind soll wenn möglich teilnehmen können. Das andere Elternteil muss ja nicht mit.
- Geburtstage der Kinder: Am einfachsten abwechseln oder gemeinsam feiern
- Kindergeburtstage: Wer richtet aus???

Urlaube und Jahresplanung



- Wer muss wann den Urlaub fürs nächste Jahr planen? Vorher gemeinsame Jahresplanung machen!
- Zuerst eine Entscheidung über die Feiertage treffen
- Schließzeiten der Betreuungseinrichtungen und Schulferien eintragen
- Wer kann wie Urlaub nehmen?
- Kann jährlich abgewechselt werden oder gibt es wichtige Gründe für feste Ferienregelungen?
- Bei sehr kleinen Kindern im Residenzmodell nicht zu lange Urlaube mit dem externen Elternteil planen.

Ausnahmen planen

- Will man gegenseitig als Babysitter fungieren, bevor „Fremde“ eingesetzt werden?
- Veränderte Betreuungszeiten müssen frühzeitig/so früh wie möglich angefragt werden.
- Absprechen, ob verpasste Umgangszeiten nachgeholt werden sollen/müssen. Dann bietet derjenige, der absagen muss, zeitnah einen alternativen Termin an.
- Wenn das andere Elternteil die Zeit, die abgesagt werden soll, nicht übernehmen kann, muss das absagende Elternteil für eine Betreuung sorgen.



Gemeinsame Elterliche Sorge

Einigung nötig bei:

- Namensgebung
- Anmeldung Kinderbetreuung, Schule
- Umzug in eine andere Stadt
- Religionszugehörigkeit
- Gravierende medizinische Maßnahmen
- Ggf. Vermögensverwaltung



Das Familiengericht kann (falls nötig) das Alleinentscheidungsrecht in einer Frage auf ein Elternteil übertragen

Alltagsentscheidungen = Angelegenheiten des täglichen Lebens

- z.B. Hobbies, Freizeitgestaltung, Besuche bei Freunden, Nachhilfe, Klassenfahrten, Urlaube, Kleidung, Frisur...
- Der überwiegend betreuende Elternteil entscheidet selbständig
- Im Wechselmodell muss man sich einigen oder Verantwortungsbereiche aufteilen
- Man muss darauf vertrauen, dass das jeweils andere Elternteil seine Sache auch gut machen möchte. Das ist bisweilen anspruchsvoll!



Betreuungsentscheidungen

Entscheidungen in der tatsächlichen Betreuung des Kindes trifft das Elternteil, das aktuell betreut:

- Ernährung
- Kleidung
- Freizeitbeschäftigung
- Schlafenszeiten
- Medienkonsum
- Kontakt zu Dritten (Großeltern, neuer Partner...)
-



Sich zuhause fühlen:

Mitbewohner sein – nicht Besucher!

- Name an der Klingel
- Name auf dem Anrufbeantwortet
- Hausschlüssel für ältere Kinder
- Haken an der Garderobe
- (Platz für) Spielsachen und Kleidung
- Kinderzimmer gestalten dürfen (Schlafplatz, Spielecke)
- eigener Stuhl, fester Sitzplatz neben dem Elternteil
- Ausstattung im Badezimmer (Zahnputzbecher...)
- Häusliche Verantwortung mitübernehmen (Tisch decken / abräumen, Haustiere versorgen, Zimmer aufräumen, Wäsche versorgen)



In guten und in schlechten Tagen

- Konflikte austragen, Kontakte nicht im Streit abbrechen
- Kranke Kinder pflegen
- Unbeliebte Aufgaben übernehmen (Besuch beim Kinderarzt, Elternabend,...)
- Feste etc. gemeinsame planen und vorbereiten
- Probleme, Gefühle und Traurigkeiten altersgemäß besprechen/teilen



Unterschiedliche Erziehungshaltungen



- Gab es auch schon vor der Trennung, kennen die Kinder schon und sind nicht grundsätzlich schädlich.
- Es muss nicht alles gleich sein, aber die ungefähre Richtung sollte stimmen.
- Eine besondere Erziehungshaltung kann die entgegengesetzte Haltung beim anderen Elternteil auslösen, das versucht, einen Ausgleich herzustellen.
- Im Alltag entscheidet der, bei dem das Kind gerade ist.
- Über Betreuungsvereinbarungen kann man versuchen, eine grobe gemeinsame Linie zu vereinbaren, z.B. Medienzeiten...

Gut Informieren

- Alle nötigen Informationen dem betreuenden Elternteil zu Verfügung stellen
- Schriftlich informieren ist neutraler und die Information wird nicht vergessen
- Beide Eltern werden regelmäßig gut über ihr Kind informiert.
- Falls nötig Information und Übergabe trennen
- Schnelle Information in besonderen Situationen (bedeutendere Verletzungen, Krankheit, besorgniserregende Ereignisse/Verhaltensweisen)

(Online-)Plattform für Informationsaustausch:

- Schön gestaltetes Übergabebuch im Gepäck des Kindes (Termine, Einladungen, Zettel für Kita/Schule...)
- Elternchat-Gruppe, geteilte Kalender, ..
- <https://www.pendelkinder.de/mobile-app/>



Regelmäßige Information beim Wechseln:

- ❖ Wie waren die letzten Tage mit dem Kind?
- ❖ Welche Unternehmungen wurden gemacht?
- ❖ War das Kind krank, oder hat es einen Unfall?
- ❖ Braucht es gerade aus bestimmten Gründen besondere Aufmerksamkeit?
- ❖ Braucht das Kind gerade Medikamente und in welcher Dosierung?
- ❖ Bei kleinen Kindern: Hat das Kind geschlafen und wann wurde zuletzt gegessen?
- ❖ Wann ist der nächste Umgang, und was ist für diese Zeit geplant?
- ❖ Braucht das Kind für den nächsten Umgang besondere Sachen und Utensilien?
- ❖ Stehen Termine bei Arzt, Schule, KiGa, KiTA an?
- ❖

„Gefährliche“ Überzeugungen

- Das Wechselmodell spart Geld.
- Im Wechselmodell wird kein Unterhalt geschuldet.
- Ein Wechselmodell muss 50/50 aufgeteilt sein.
- Ein ganz fester Plan ist für alle am besten.
- Ich kann mich am anderen rächen, wenn ich ihm weniger Zeit mit dem Kind ermögliche
- Es ist wichtig für das Kind mehr Zeit bei mir und weniger Zeit beim Vater zu verbringen.
- Ich muss für mich und mein Kind kämpfen.
- Es ist am besten, das Kind entscheiden zu lassen.
- Mein Kind sagt mir die Wahrheit darüber, wie es ihm beim andere Elternteil geht.



Wo bekomme ich Unterstützung

Wo kann ich mich austauschen

- Ehe-, Familien- Und Trennungsberatung Karlsruhe (Betreuungsmodell, Umgangsregelung, Trennungsvereinbarung)
<https://www.eheberatung-karlsruhe.de/unser-angebot/mediation/mediation/mediation>
- Allgemeiner Sozialer Dienst (rund um die Kinder)
https://www.karlsruhe.de/b3/soziales/einrichtungen/sodi/trennung_scheidung.de
- Psychologische Beratungsstelle (psychische Belastung in Verbindung mit Trennung bzw. mit dem Kind)
<https://www.karlsruhe.de/b3/soziales/einrichtungen/pbst.de>
- Frauenberatungsstelle (bei körperlicher und psychischer Gewalt vor/im Zusammenhang mit der Trennung), bei Ängsten und Abhängigkeit
<https://frauenhaus.de/beratung/der-weg-in-die-beratungsstelle/>
<https://skf-karlsruhe.de/frauenberatungsstelle-efl>
- VaMF: Verein alleinerziehender Mütter und Väter (Treffen, Schimmen,...)
<https://vamv-bw.de/kontaktstellen-ortsvereine/>

Raum für Rückmeldungen, Wünsche....



Quellen/Literatur/Links/Podcasts

Bücher:

- Hildegund Sünderhauf: Praxisratgeber Wechselmodell: Wie Getrennterziehend im Alltag funktioniert
- Remo H. Largo, Monika Czernin : Glückliche Scheidungskinder: Trennungen und wie Kinder damit fertig werden
- Claus Koch: Trennungskinder. Wie Eltern und ihre Kinder nach Trennung und Scheidung wieder glücklich werden.
- Jesper Juul: Aus Stiefeltern werden Bonuseltern
- Claudia Starke & Thomas Hess : Das Patchworkbuch
- Marianne Nolde: Eltern bleiben nach der Trennung
- Carsten Vonnoh: Up ot Dad (für Väter allgemein)
- Katharina Grünewald: Glückliche Stiefmutter (für Bonus-Mütter)
- Katharina Grünewald: Glückliche Patchworkpaare
- Sabrina Fox: Wenn wir uns trennen, lernen wir uns kennen
- Marita Strubelt: Patchwork-Power (für Bonus-Eltern)
- Ina Kiesewetter & Petra Wagner: Eine Woche Mama, eine Woche Papa – Wie Kinder getrennter Eltern gut leben
- Jørgen Kjosbakken, Dialika Neufeld und Jan von Holleben: Und was wird jetzt mit mir? Die besten Antworten auf wichtige Kinderfragen

Kinderbücher

- Judith Zacharias-Hellwig: Die Sehnsucht des kleinen Orange
- Claire Masurel: Ich hab euch beide lieb

Für Väter:

- <https://www.vaterverantwortung.de/zehn-impulse-fuer-vaeter-nach-trennung-oder-scheidung-mit-kindern/>

Podcast:

- **Ein Viertel Mama, ein ganzer Papa**
- **Patchworkfamilie – so geht´s**
- **Pendelkinder – Getrennt erziehend statt Alleinerziehend**

Hilfreiche Seiten:

Unterstützung, wenn der Papa in einer anderen Stadt wohnt:

- <https://mein-papa-kommt.info/fuer-eltern/>