



Für Jugendliche:  
**Deine Eltern trennen  
sich oder lassen sich  
scheiden**

## **Du bist nicht schuld – und du kannst es nicht ändern**

Du weißt, dass sich deine Eltern trennen oder scheiden lassen wollen. Das ist nicht deine Schuld. Es sind andere Gründe, die dazu geführt haben. Versuche nicht, deinen Eltern zu helfen, wenn sie streiten. Das ist ihre Sache und du kannst da gar nichts ausrichten. Du kannst nicht verhindern, dass sie sich trennen. Aber, das ist ganz wichtig: Deine Eltern bleiben immer deine Eltern, auch wenn sie geschieden sind.

## **Das Gericht muss deine Eltern scheiden**

Wenn sich Mama und Papa ein gemeinsames Zusammenleben nicht mehr vorstellen können, muss vieles neu geregelt werden. Deine Eltern machen, wenn nötig, mit Hilfe eines Anwaltes oder einer Anwältin eine Liste, auf der alles steht, was man für die neue Lebenssituation abmachen muss. Zum Beispiel bei wem du und deine Geschwister in Zukunft wohnen werden, aber auch wer das Auto oder die Familienwohnung behalten darf. Mit dieser Liste gehen deine Eltern dann vor Gericht. Wenn sich deine Eltern einig sind und auch die Richterin oder der Richter/Richterin findet, dass alle Abmachungen, die Mama und Papa getroffen haben, gut sind, wird die Scheidung ausgesprochen, d.h. deine Eltern sind dann vor dem Gesetz nicht mehr verheiratet.

## **Manchmal gibt es Streit**

Wenn sich deine Eltern jedoch nicht einig sind, gibt es manchmal Streit und es fallen vielleicht böse Worte. Eine schlechte Stimmung ist für Kinder sehr schwer zu ertragen. Am besten hältst du dich raus und lässt deine Eltern alleine beim Streiten. Die Anwältinnen und Anwälte schreiben dann alles, was der Papa der Mama vorwirft und was die Mama dem Papa vorwirft, in ihren Rechtsschriften nieder. Diese Rechtsschriften sollst du nicht lesen. Dies ist Sache deiner Eltern.

## **Vieles muss neu geregelt werden: Besuchsrecht und elterliche Sorge**

Deine Eltern und/oder das Gericht müssen alles regeln, was mit dir zu tun hat. Also bei welchem Elternteil du wohnst, wer für dich sorgt, wie oft du Kontakt mit deinem Papa oder deiner Mama haben kannst.

## **Du hast Rechte**

Weil das Gericht also auch Dinge regelt, die dich persönlich viel angehen, hast du ein Recht darauf, dass die Richterin oder der Richter oder eine von ihnen bestimmte Person mit dir persönlich spricht und dir zuhört. Das nennt man eine Kindesanhörung.

## **Beiständin/Beistand**

Wenn es zwischen deinen Eltern extrem viel Streit gibt, wird die Richterin oder der Richter eine Person bestimmen, die sich vor Gericht für dich einsetzt, für dich sorgt oder euch bei Schwierigkeiten mit dem Besuchsrecht hilft.



## **Es darf dir gut gehen!**

Wenn deine Eltern sich trennen, wirst du dich vielleicht manchmal traurig, wütend, alleine gelassen und durcheinander fühlen. Es ist zu Beginn meistens schlimm für ein Kind, wenn die Eltern nicht mehr zusammen sind. Rede mit anderen Personen darüber, mit einer Freundin oder einem Freund oder mit einer erwachsenen Vertrauensperson. Du kannst dich auch an eine Beratungsstelle wenden (z. B. an CONTACT Jugend- und Familienberatung).

Mach weiterhin die Dinge, die du gerne machst: z. B. Hobbys pflegen, Sport treiben, andere Leute treffen, Tagebuch schreiben, lachen und Spass haben.

Mit der Zeit wird es für dich selbstverständlich werden, dass deine Eltern nicht mehr unter einem Dach wohnen. So wie dir geht es übrigens in der Schweiz jährlich rund 13'000 Kindern und Jugendlichen.

## **Deine Eltern bleiben immer deine Eltern**

Wichtig ist: Deine Eltern bleiben immer deine Eltern, auch wenn sie geschieden sind. Und du hast das Recht, mit beiden Elternteilen regelmässig Kontakt zu haben.

## **Weitere Hinweise auf der Homepage**

[www.contactluzern.ch](http://www.contactluzern.ch)

## **CONTACT**

Jugend- und Familienberatung

Kasernenplatz 3 (Eingang im Hof), Postfach 7860, 6000 Luzern 7

Tel. 041 208 72 90, [info@contactluzern.ch](mailto:info@contactluzern.ch), [\*\*www.contactluzern.ch\*\*](http://www.contactluzern.ch)