



# STARK

Streit und Trennung meistern  
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung  
[www.stark-familie.info](http://www.stark-familie.info)



## Belastungsanzeichen bei Kindern

### Was können Eltern nach einer Trennung tun, wenn ihre Kinder unter Stress oder Belastung leiden?

Scannen Sie einfach den QR-Code mit Ihrem Handy, um sich ein Video anzusehen mit Empfehlungen von STARK-Inhalten zu diesem Thema. Mit den untenstehenden QR-Codes gelangen Sie direkt zu den entsprechenden Unterseiten auf STARK, die praktische Informationen und viele nützliche Tipps bereithalten.



### Folgen von Trennung und Scheidung für Kinder

Erfahren Sie in einem Video, wie unterschiedlich Kinder auf eine Trennung reagieren und lesen Sie, welche Belastungsreaktionen je nach Alter der Kinder auftreten können. Außerdem bekommen Sie Hinweise, was Kindern hilft oder es ihnen schwerer macht, die Trennung zu verarbeiten.



### Kinder in der Trennungssituation gut begleiten

Auf dieser Seite finden Sie praktische Unterstützung, wie Sie Ihre Kinder nach einer Trennung begleiten können. Ein Video, ein Hörbeispiel und ein Leitfaden zum Emotionscoaching helfen Ihnen dabei, Ihrem Kind Sicherheit zu geben und es im Umgang mit seinen Gefühlen zu unterstützen.



### Wünsche der Kinder einbeziehen

Ein Leitfaden und ein Hörbeispiel zeigen, wie Sie die Wünsche Ihrer Kinder bei Betreuung und Umgang einbeziehen können und wie man sich auf solche Gespräche vorbereiten kann. Außerdem erfahren Sie, worauf Sie achten sollten, wenn Sie vermuten, dass Ihr Kind in seinen Aussagen beeinflusst wird.



### Familienbeziehungen stärken und Loyalitätskonflikte vermeiden

Auf dieser Seite erfahren Sie, wie wichtig es ist, dass Kinder nach einer Trennung positive Beziehungen zu beiden Elternteilen behalten können. Sie erhalten Hinweise, wie Sie Ihr Kind darin unterstützen können, eine gute Beziehung auch zum anderen Elternteil zu haben, und warum es wichtig ist, Ihr Kind aus Loyalitätskonflikten herauszuhalten und seine Zuneigung zu beiden Elternteilen zu respektieren.





# STARK

Streit und Trennung meistern  
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung  
[www.stark-familie.info](http://www.stark-familie.info)



## Erste Hilfe bei nicht endenden Konflikten

Auf dieser Seite finden Sie Unterstützung, wenn Konflikte nach der Trennung nicht enden wollen. Sie erfahren, welche Auswirkungen anhaltende Streitigkeiten auf alle Beteiligten haben, welche Handlungsspielräume Sie sich schaffen können, wie Sie Ihr Kind vor den Folgen dauerhafter Konflikte schützen und wie Sie selbst Entlastung finden können.

