



# STARK

Streit und Trennung meistern  
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung

[www.stark-familie.info](http://www.stark-familie.info)



## Leitfaden für ein Gespräch mit Ihrem Kind über Umgangs- & Betreuungsregelungen

### Wie sprechen wir mit unserem Kind über die Umgangs- & Betreuungsregelungen?

erstellt am 08.09.2022 von Anna König, Dr. Ulrike Lux und Dr. Janin Zimmermann Entwicklungs- und Familienpsychologie, Ludwig-Maximilians-Universität München

### Überlegungen vorab:

Bevor Sie mit Ihrem Kind über eine mögliche Betreuungsregelung sprechen, ist es ratsam, sich bei einem vorbereitenden Gespräch mit dem anderen Elternteil zunächst über das Vorgehen zu verständigen.



- Haben Sie Ihr Kind bereits ausreichend über die Trennung aufgeklärt?
- Welche Betreuungsregelungen können Sie sich beide grundsätzlich vorstellen? Was kommt für Sie aus welchen Gründen nicht in Frage?
- Können Sie das Gespräch gemeinsam mit dem anderen Elternteil führen oder ist die Situation zwischen Ihnen so angespannt, dass es besser ist, alleine mit ihm zu sprechen?
- Welche Veränderung ergeben sich bzgl. der Schule / des Kindergartens / der Freizeitgestaltung Ihres Kindes?

## Leitfaden für das Gespräch mit Ihrem Kind

Die Übersicht bietet Ihnen einen Leitfaden für das Gespräch mit Ihrem Kind über die Betreuungsregelung. Neben den Inhalten geben Ihnen die Fragestellungen konkrete Anreize zur Ausgestaltung der einzelnen Phasen.

Phase	Inhalte	Fragestellungen
 <b>Gespräch einleiten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kommunizieren Sie den Grund / Anlass für das Gespräch</li> <li>➤ Stellen Sie z.B. Möglichkeiten zur Betreuung Ihres Kindes dar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Warum und worüber soll es im Gespräch mit Ihrem Kind gehen?</li> <li>➤ Welche Möglichkeiten zur Betreuung Ihres Kindes gibt es?</li> </ul>
 <b>Reaktion und Anliegen des Kindes einbeziehen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Befragen Sie Ihr Kind über seine Ideen und Vorstellungen</li> <li>➤ Ermutigen Sie Ihr Kind, Wünsche frei zu äußern, auch wenn sie sich von Ihren eigenen unterscheiden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Was ist Ihrem Kind besonders wichtig?</li> <li>➤ Was wünscht sich Ihr Kind?</li> <li>➤ Warum ist Ihr Kind womöglich nicht einverstanden mit Ihrem Vorschlag?</li> </ul>

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend



 <b>Über die Situation informieren</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Erklären Sie Ihrem Kind<sup>1</sup>, was Sie sich als Eltern gut vorstellen können / was Sie bereits vorab besprochen haben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Was ist Ihnen besonders wichtig?</li> <li>➤ Wie gestaltet sich Ihre finanzielle Situation?</li> <li>➤ Vereinbarkeit Beruf?</li> </ul>
 <b>Ausgestaltung einer möglichen Betreuungsregelung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sprechen Sie nicht nur allgemein von einer Regelung, sondern stellen Sie konkrete Fragen bzgl. der Ausgestaltung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Was ist Ihrem Kind bei der Übergabe besonders wichtig?</li> <li>➤ Wann sollen die Wechsel vom einen zum anderen Elternteil stattfinden?</li> <li>➤ Wie soll das neue Kinderzimmer eingerichtet werden?</li> </ul>
 <b>Entscheidungsfindung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Versichern Sie Ihrem Kind, dass die Entscheidung bei Ihnen als Eltern liegt und Sie sie nicht auf Ihr Kind übertragen wollen</li> <li>➤ Drängen Sie Ihr Kind nicht dazu, alle Fragen zu beantworten; versichern Sie, dass es keine richtigen oder falschen Antworten gibt</li> <li>➤ Versuchen Sie auf mögliche Ängste Ihres Kindes einzugehen und akzeptieren Sie, wenn es sich nicht äußern möchte</li> </ul> 	
 <b>Über weiteres Vorgehen informieren</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fassen Sie die wichtigsten Punkte am Ende des Gesprächs noch einmal zusammen</li> <li>➤ Informieren Sie Ihr Kind, wie es nach dem Gespräch weitergeht</li> <li>➤ Versichern Sie Ihrem Kind, dass es Sie jederzeit ansprechen kann, wenn es über Wünsche / Vorstellungen sprechen möchte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Welche Vorstellungen / Wünsche haben Sie und Ihr Kind geäußert?</li> <li>➤ Was davon lässt sich ggf. nicht exakt wie gewünscht umsetzen?</li> <li>➤ Welches Modell möchten Sie ggf. probeweise umsetzen?</li> <li>➤ Wie möchten Sie Ihrem Kind die Entscheidung mitteilen?</li> </ul>
 <b>Abschluss &amp; Ausblick</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ermutigen Sie Ihr Kind, weiterhin Wünsche / Änderungsvorstellungen bzgl. der Betreuungsregelung zu äußern</li> <li>➤ Erkundigen Sie sich bei Ihrem Kind nach einiger Zeit, wie es ihm mit den Regelungen geht</li> <li>➤ Bleiben Sie offen für Veränderungen und suchen Sie nach gemeinsamen Lösungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Gibt es etwas, dass sich Ihr Kind anders wünscht?</li> <li>➤ Wo erscheinen Ihnen Anpassungen sinnvoll?</li> <li>➤ Ist das Modell weiterhin angemessen?</li> </ul>

<sup>1</sup> Manchmal kann es sinnvoll sein, zunächst das Kind sprechen zu lassen, anderen Kindern hilft es, erst die Rahmenbedingungen der Eltern zu hören. Warten Sie zunächst ab, ob Ihr Kind auf die Fragen reagiert, und ziehen Sie andernfalls diesen Teil im Gespräch vor.

