

Inhalt

Vorwort	5
Einleitung	7
Tipps zum gemeinsamen Lesen des Buches	8
1. Teil: Aktion Springseil	11
2. Teil: Ratgeber für Kinder	89
Hallo!	90
So viele Gefühle	94
1. Monat: Besuchswochenende	96
2. Monat: Wenn Mama und Papa sich treffen	
UND: Was Kinder so machen	100
3. Monat: Es gibt viele Sorgen	103
4. Monat: Miteinander reden	105
5. Monat: Wo bekommen wir Hilfe?	108
6. Monat: Mit wem kann ich reden?	112
7. Monat: Die Kindergruppe	116
8. Monat: Es wird besser	121
9. Monat: Ich bin ein starkes Kind!	122
10. Monat: Wie können Mama und Papa miteinander auskommen?	124
Wörterbuch für rechtliche Wörter	125
11. Monat: Kindersachen – Elternkram	131
12. Monat: Ein Jahr nach der Trennung	134
3. Teil: Ratgeber für Eltern und Bezugspersonen	139
Gemeinsames Gespräch mit den Kindern	140
Typische Reaktionen von Kindern im Grundschulalter auf die Trennung .	141
Kurze Beschreibung der familienrechtlichen Situation	143
Kontakt mit den Kindern halten	145
Kinder brauchen jetzt vor allem Sicherheit	146
Was für Sie als Eltern wichtig ist	147
Übergabesituationen gut gestalten	149
Die Kinder leben in zwei Welten	149
Sprechen Sie persönlich mit Ihrem getrennt lebenden Partner	150
Wenn Eltern neue Partner finden	151
Vergangenes verarbeiten	152
Mit den Kindern über den Trennungsgrund reden	152
Feste gemeinsam feiern	153
Erinnerungen bewahren	153
Weiterführende Literatur	155
Danksagung	156
Über die Autorinnen	157