

Checkliste: Trennung mit Kindern - die ersten Schritte

Druckbare Kurzfassung des Ratgeber-Artikels „Checkliste Trennung mit Kindern: Die ersten Schritte“ auf wechselplan.de/ratgeber/checkliste-trennung-mit-kindern

Diese Checkliste ersetzt keine rechtliche Beratung.

☐ 1. Wohnsituation für die ersten Wochen klären

Wer bleibt in der Wohnung, wer zieht aus – und wie entsteht schnell ein zweites, kindgerechtes Zuhause (eigenes Bett, vertraute Gegenstände, Grundausrüstung)?

Notiz

☐ 2. Sorgerecht und Umgang grob einordnen

Das gemeinsame Sorgerecht besteht nach einer Trennung in der Regel unverändert fort. Für den Anfang reicht häufig eine pragmatische, vorläufige Verständigung darüber, wie die Betreuung grob aussehen soll.

Notiz

☐ 3. Bei Uneinigkeit frühzeitig Beratung holen

Familien- und Erziehungsberatungsstellen sowie das Jugendamt helfen kostenfrei und ergebnisoffen bei der Vermittlung – besser frühzeitig ansprechen, statt Konflikte schwelen zu lassen.

Notiz

☐ 4. Gemeinsamen Kalender für die Betreuung einrichten

Ein für beide Eltern sichtbarer Kalender hält fest, wann das Kind bei wem ist – wichtig ist vor allem, dass beide Eltern denselben Stand kennen.

Notiz

☐ 5. Finanzielle Fragen klären

Eine gemeinsame Übersicht über die laufenden Kosten fürs Kind einrichten – rechtliche Detailfragen bei Bedarf mit einer Beratungsstelle oder anwaltlich klären.

Notiz

☐ 6. Kind gemeinsam und altersgerecht informieren

Frühzeitig, von beiden Elternteilen gemeinsam und ohne gegenseitige Schuldzuweisungen – und dem Kind vermitteln, dass die Trennung eine Entscheidung der Eltern ist, nicht seine Schuld.

Notiz

☐ 7. Nicht alles sofort perfekt regeln wollen

Eine vorläufige, später anpassbare Struktur ist meist der bessere Weg als der Druck, in wenigen Tagen eine endgültige Lösung zu finden.

Notiz