



## Ehekrise der Eltern: **WAS MACHE ICH ALS KIND?**



Hilfreiche Tipps für Kinder und Teenager:



Versuchen, die Ruhe zu bewahren. Du bist nicht am Streit der Eltern schuld.



Sobald sich die Situation beruhigt hat, mit den Eltern ein offenes Gespräch führen. In diesem sprichst Du über Deine eigenen Sorgen und Ängste wegen der Ehekrise.



Ist ein Gespräch mit den Eltern nicht möglich, kann es befreiend sein, mit einem Vertrauenslehrer, einem Verwandten oder einer anderen vertrauten Person über die Ehekrise zu sprechen.



Die Eltern fragen, ob sie tatsächlich an Scheidung denken oder ob es „nur“ ein Streit ist.



Sprechen die Eltern von Scheidung, ist dies selbstverständlich traurig. Es kann aber die bessere Lösung für ein friedvolles Weiterleben sein.

Eltern sind auch nur Menschen, obgleich dies als Kind manchmal schwer zu begreifen ist. Sie machen Fehler und haben ihre ganz eigenen Schwierigkeiten. In einer Ehe kommt es hin und wieder zu Auseinandersetzungen, die mal lauter und mal leiser ablaufen. Es ist normal, dass dies für die Kinder belastend und traurig ist. Doch hier ist die gute Nachricht: Häufig vertragen sich Mutter und Vater, sobald der Streit vorbei ist.

Häufen sich jedoch die Streitigkeiten und verursachen sie eine Ehekrise, hat das Kind das Recht, als indirekt Beteiligter seine Besorgnis und Frustration darüber zu äußern und an die Vernunft der Eltern zu appellieren, den Konflikt so schnell wie möglich zu lösen.



**Wichtig: Kinder sind in der Regel nicht schuld an der Ehekrise ihrer Eltern.**

Gibt es keine gemeinsame Lösung, kann eine Trennung besser sein, damit Mutter, Vater und auch das Kind eine Chance haben, wieder glücklich zu werden.