

# INHALT

<b>EINLEITUNG</b>	7
<b>WARUM TUN SIE MIR DAS AN?</b>	
<b>Wenn die Eltern sich trennen</b>	9
Warum lieben sich meine Eltern nicht mehr?	11
Auf wen kann ich mich nun überhaupt noch verlassen?	17
Bin ich schuld an der ganzen Misere?	18
Soll ich versuchen meine Eltern wieder zusammenzubringen?	20
Kann ich einen Elternteil ersetzen?	23
Muss ich Schuldgefühle haben?	26
Wer kann mich unterstützen?	27
Wie kann ich mit der neuen Situation umgehen?	28
<b>UND WER FRAGT MICH?</b>	
<b>Wenn die Eltern vor Gericht gehen</b>	38
Was heißt überhaupt »Scheidung«?	39
Wie läuft ein Scheidungsverfahren ab?	41
Was bedeuten die Begriffe Kindeswohl, Sorgerecht und Unterhaltspflicht?	44
Welche Rechte und Möglichkeiten der Mitbestimmung habe ich?	48
Was erwartet mich bei einer Anhörung?	51
Wo bekomme ich Informationen über meine Rechte?	53
Was ist Mediation?	54
Wie schaffe ich es, mich von keiner Seite benutzen zu lassen?	56

**WO IST MEIN PLATZ?**

<b>Wenn du plötzlich zwei Zuhause hast</b>	61
Bei wem will oder soll ich jetzt wohnen?	62
Wie sage ich es meinen Eltern?	64
Wie wird das Besuchsrecht geregelt?	66
Darf ich Mutter oder Vater nie mehr wiedersehen?	71
Wird sich nun das Verhältnis zu meinen Eltern verändern?	75
Wie soll ich dieses ständige Hin und Her aushalten?	80
Muss ich ein Wochenendprogramm mitmachen?	81

**ZU WEM GEHÖRE ICH?**

<b>Wenn du plötzlich zwei Familien hast</b>	83
Was, wenn ich die neuen Partner meiner Eltern einfach nicht mag?	84
Darf der neue Partner mich herumkommandieren?	89
Was, wenn Mutter oder Vater wieder heiratet?	90
Wie komme ich mit neuen Geschwistern klar?	93
Was soll ich tun, wenn der Krieg zwischen den Eltern trotzdem anhält?	97

**DAS LEBEN GEHT WEITER**

<b>Wie du gestärkt in die Zukunft blickst</b>	99
Kann ich nach der Scheidung überhaupt noch glücklich werden?	100
Werde ich trotzdem einmal die große Liebe und den Mut finden, selbst zu heiraten?	103
Welche Erfahrungen habe ich aus der Trennung gewonnen?	105
<b>Wo du Hilfe bekommst</b>	107