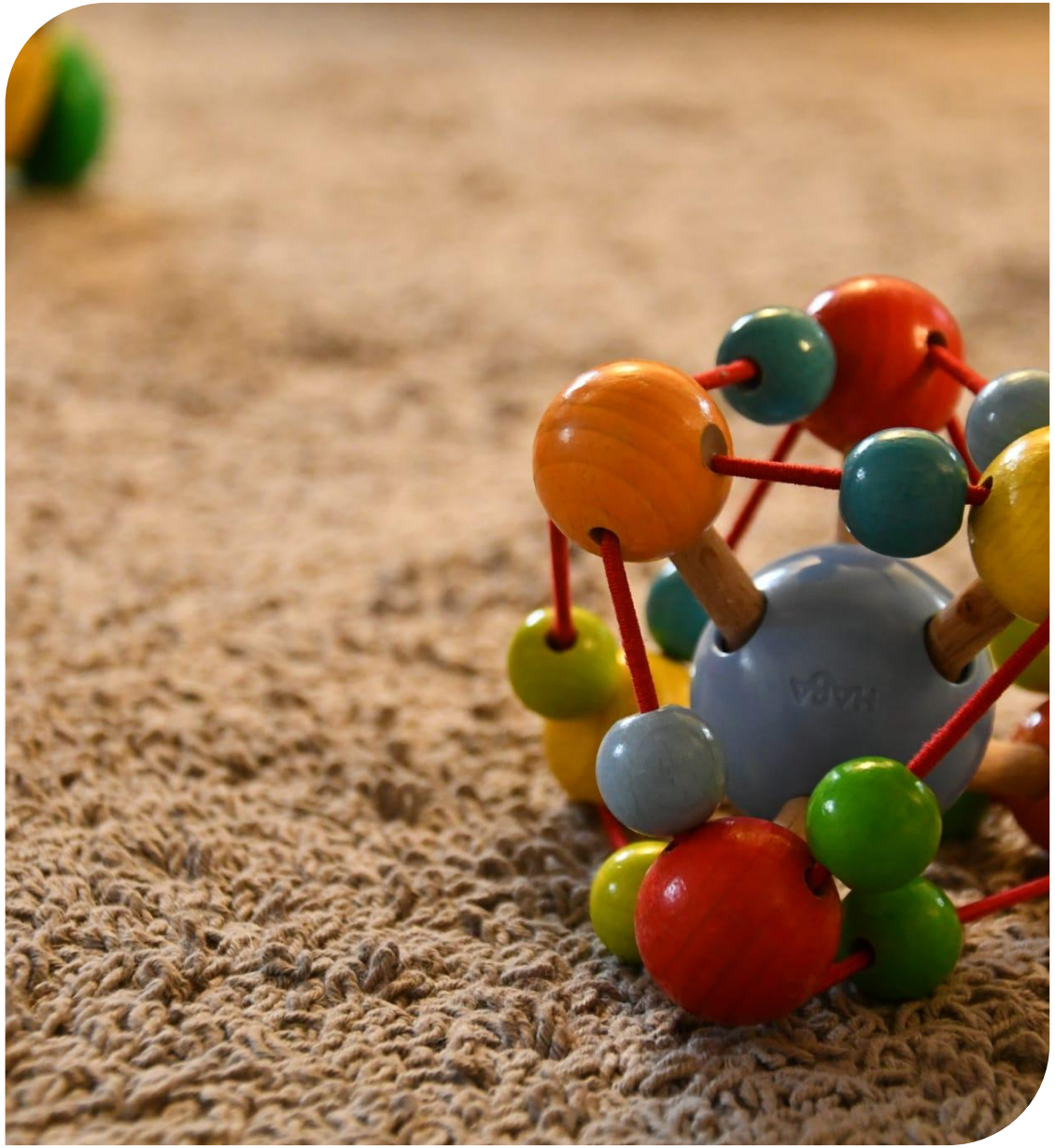


MÜTTER- UND VÄTERBERATUNG KANTON BERN

REGIONALE VERNETZUNG IM FRÜHBEREICH

Region Oberaargau

Mütter- und Väterberatung Kanton Bern

27. Oktober 2026

Agenda

16.00-16.30	Begrüssung, Aktuelles *ArG frühe Förderung OA und* *diverse Vernetzungspartner:innen*

Thema: Eltern in Trennung – das Kind im Fokus

16.40-17.10	**Input** *Andrea Zaugg, MVB*
17.10-17.40	**Vernetzungspause**
17.40-18.00	**Workshop**
18.00-18.25	**Input und take home messages** *Andrea Zaugg, MVB*
18.25-18.30	Verabschiedung

Regionale Vernetzung im Frühbereich

- Eine von 10 Massnahmen im Konzept frühe Förderung im Kanton Bern (2012).
- Ziel: Die Zusammenarbeit unter den FB-Akteuren in der Region zum Wohle des Kindes fördern.
- 16 Regionen im Kanton Bern.

Bisherige Veranstaltungen

- 01.09.2020 Kickoff mit dem Thema Datenschutz im Frühbereich
- 30.11.2021 Umfassender Kindesschutz
- 31.10.2022 Strukturierter Spaziergang in Langenthal
- 07.11.2023 Psychische Belastungen rund um die Geburt
- 19.11.2024 Traumatisierungen bei Kindern
- 03.11.2025 Beratungsmethodik – wie spreche ich herausfordernde Themen an

Organisatorisches

- Die bisherigen Themenschwerpunkte finden Sie auf unserer Website: https://www.mvb-be.ch/de/fachpersonen/regionale-vernetzung

- Entschädigung für selbständigerwerbende Fachpersonen; bitte nach der Veranstaltung vorbeikommen. Das Gesuch muss individuell bei der GSI gestellt werden.

Aktualitäten

- **Arbeitsgruppe Frühe Förderung Oberaargau: Aktuelles**
- **Barbara Moor**, Regionalleitung Emmental-Oberaargau, Mütter- und Väterberatung Kanton Bern: **Aktuelles**
- **Melanie Aebi,** Fachpsychologin für Kinder- und Jugendpsychologie, Erziehungsberatung: **Die neuen Filme der EB**
- **Daniela Gloor**, Bereichsleiterin Kinder und Familie, interunido: **Aktuelles zu schritt:weise**
- **Christine Thomann,** Sozialpädagogische Familienbegleitung: **Die Angebote von DenkArt**
- **Martina Wüthrich,** Eltern-Kind-Café Chindernetz Kanton Bern: **Aktuelles**

Aktualitäten

- **Arbeitsgruppe Frühe Förderung Oberaargau: Aktuelles**

Mitglieder der Arbeitsgruppe Frühe Förderung

Name	Beruf/ Institution
• Melanie Aebi	Kinder- und Jugendpsychologin FSP, EB Langenthal
• Sophia Berteotti	Sozialarbeiterin, Sozialamt Langenthal
• Daniela Gloor	Programmleiterin Frühe Förderung, Interunido Langenthal
• Rita Jüni	Heilpädagogische Früherzieherin, Früherziehungsdienst Burgdorf
• Janine Kilchenmann	Fachperson Familienhilfe, Schoio Langenthal
• Barbara Moor	Regionalleiterin, MVB Emmental – Oberaargau
• Bianca Reinhard	Leitung Kita Kinderhut (Wangen a.A., Wiedlisbach, Niederbipp)
• Ruth Rentsch	FKS Kanton Bern
• Ursina Tschannen	Freipraktizierende Hebamme
• Thomas Zwygart	Gesamtschulleitung, Schulregion Wynau

Laufende Projekte

- Vorschulanlässe für Eltern im Sinne von **Fit für den Kindergarten** in Zusammenarbeit der Regionalschule, MVB, EB, ggf. weiteren.
  - 1. Anlass im März 2026 in Wynau
  - Ist in weiteren Regionen angedacht
- Spielgruppenvergünstigungen durch Subventionen
- Pilotprojekt Bilinguale Spielgruppe: Integrierte niederschwellige Elternbildung im mehrsprachigen Frühbereich.
- Kinderbetreuungskurs in Langenthal für Frauen mit Integrationshintergrund A2/B1 (Ausbildung zur pädagogischen Fachperson Kinderbetreuung)

Was erschwert die Umsetzung?

Neben der fehlenden Erreichbarkeit der Familien :

- Unklare Zuständigkeiten Gemeinde vs. Kanton
- Finanzen
- Politik

Aktualitäten

- **Barbara Moor**, Regionalleitung Emmental-Oberaargau, Mütter- und Väterberatung Kanton Bern: **Aktuelles**

Neu: Karte mit drei Jahren

Karte bei Geburt, Zuzug, nach einem Jahr und **neu nach drei Jahren**

Neue Gruppenangebote

- **Gewaltfreie Erziehung – gemeinsam wachsen**
  In Zusammenarbeit mit Kinderschutz Schweiz:
- ab 1.7.2026 im ZGB verankert
- Modul 1: was mein Kind braucht – was ich brauche
- Modul 2: miteinander reden – einander verstehen und wertschätzen
- Modul 3: wenn es schwierig wird – verbunden bleiben

- **Eltern in Trennung**
  Eine Kooperation mit Erziehungsberatung Kanton Bern.
- Modul 1: das Kind im Fokus
- Modul 2: Elternkommunikation und Stressmanagement
- Modul 3: Organisatorisches und Rechtliches

Krabbelgruppen und Elterncafés im Oberaargau

- **Krabbelgruppe**

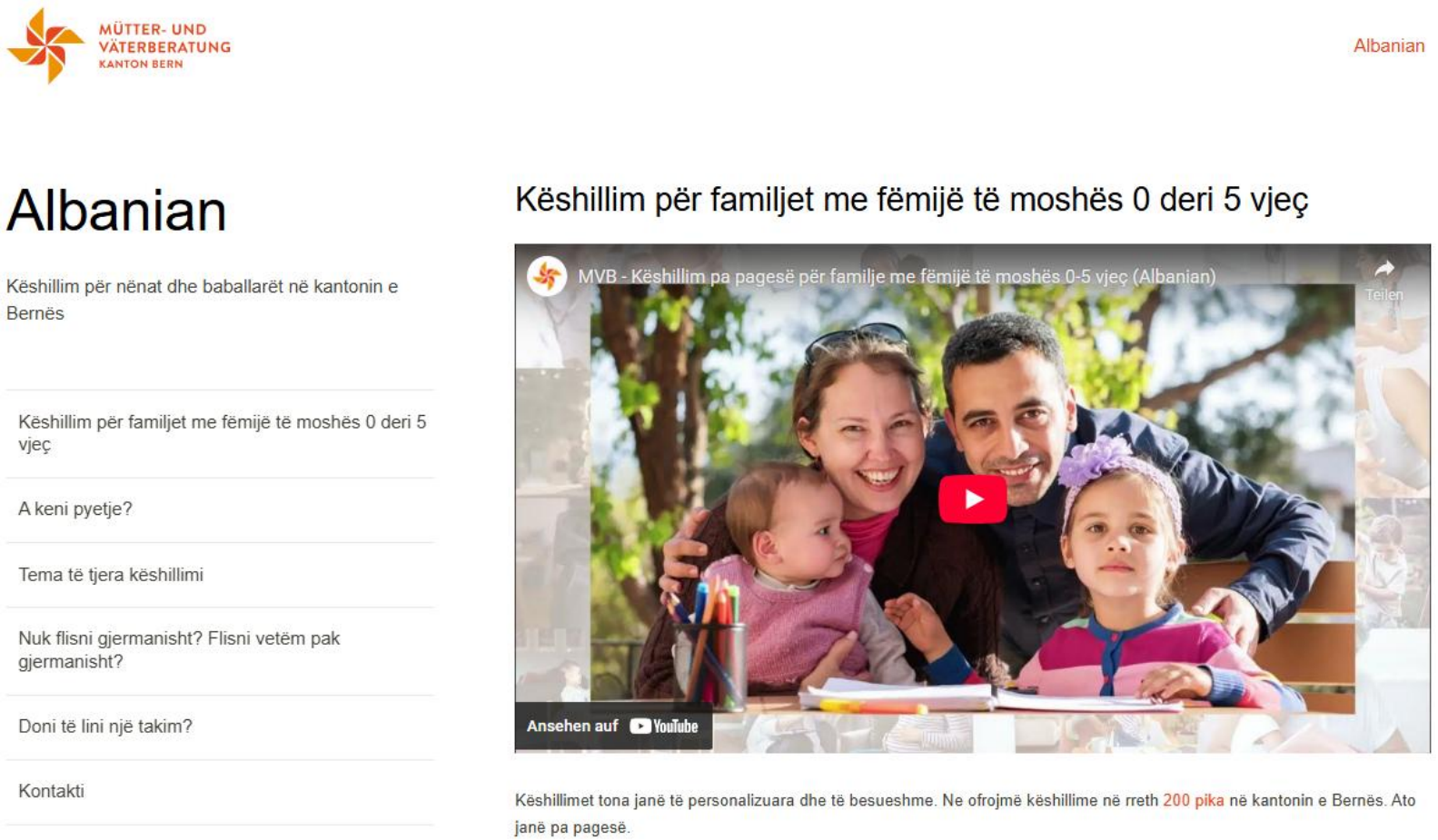
- Bis Ende 2026 in Roggwil/ Kirchgemeindehaus: 2.Dienstag von 14.30-16.30
- STO Herzogenbuchsee im Kreuz, Kirchgasse 1: 2.Montag von 15.00-17.00 Uhr; 4.Donnerstag von 9.00-11.00 Uhr
- Aarwangen/ Tierlihaus im Schopfanbau: 3.Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr

- **Elterncafé**

- Neu ab Januar 2027 in Roggwil/ Kirchgemeindehaus: 2.Dienstag von 14.30-16.30
- Neu ab Januar 2027 **am neuen Standort in Langenthal**, Marktgasse 50: 3.Woche im Monat von 9.00-11.00 Uhr
- Niederbipp/ ref. Kirchgemeindehaus: 1.Dienstag von 9.00-11.00 Uhr

Neu: Die MVB in 18 Sprachen vorgestellt

languages.mvb-be.ch



Passende Flyer dazu

Flyer bestellen info@mvb-be.ch oder mvb-be.ch/shop

MÜTTER- UND VÄTERBERATUNG
KANTON BERN

031 552 16 16
Montag–Freitag
8–19 Uhr

Consulenza per madri e padri
Mothers and fathers counselling service
Këshillim për nëna dhe baballarë
Savetovanje za majke i očeve
Asesoramiento para madres y padres
Aconselhamento para mães e pais
Anne-Baba Danışmanlığı
Консультації для батьків
إرشاد الأمهات والآباء
Xizmeta şêwirmendiya dê û bavan
مشاوره مادران و پدران
مینډو او پلرونو ته د مشورې ورکولو خدمت
Консультации для матерей и отцов
Adeega latalinta hooyooyinka iyo aabaha
தாய் தந்தையர்க்கான ஆலோசனைச் சேவை
ምምኸር እደታትን አቦታትን

Italienisch

Consulenza gratuita per famiglie con figli da 0 a 5 anni

Vi forniamo consulenza telefonica, tramite e-mail o in sede da noi. Se necessario anche a casa vostra.

lunedì–venerdì, ore 8.00–19.00
info@mvb-be.ch

Englisch

Free counselling for families with children aged 0–5

We provide counselling on the phone, by e-mail and at our centre. We can even come to your home if necessary.

Monday–Friday, 8 a.m. to 7 p.m.
info@mvb-be.ch

Albanisch

Këshillim pa pagesë për familje me fëmijë të moshës 0–5 vjeç

Ne ju këshillojmë përmes telefonit, me email ose në qendrën tonë. Sipas nevojës, ndonjëherë edhe në shtëpinë tuaj.

E hënë – E premte, ora 8:00–19:00
info@mvb-be.ch

Serbokroatisch

Besplatno savetovalište za porodice sa decom starosne dobi od 0 do 5 godina

Mi ćemo vas savetovati putem telefona, e-pošte ili lično u našem savetovalištu. Ako je potrebno i kod vas kod kuće.

Od ponedeljka do petka, od 8 do 19 časova
info@mvb-be.ch

Spanisch

Asesoramiento gratuito para familias con niños/as de entre 0 y 5 años

Le prestamos asesoramiento por teléfono, por correo electrónico o en persona en nuestras instalaciones. De ser necesario, también podemos acudir a su domicilio.

De lunes a viernes de 8 a 19 horas
info@mvb-be.ch

Portugiesisch

Aconselhamento gratuito para famílias com crianças entre os 0–5 anos de idade

Aconselhamento por telefone, por e-mail ou nas nossas instalações. Se necessário, deslocamo-nos até sua casa.

Segunda a sexta-feira, 8h00–19h00
info@mvb-be.ch

Türkisch

0-5 yaş arası çocukları olan aileler için ücretsiz danışmanlık hizmeti

Size telefon, e-posta yoluyla veya kendi yerimizde danışmanlık hizmetiveriyoruz. İhtiyaç duyulduğunda evinize de gelebiliriz.

Pazartesi– Cuma, Saat 8:00–19:00
info@mvb-be.ch

Ukrainisch

Безкоштовні консультації для сімей з дітьми віком від 0 до 5 років

Ми надаємо консультації телефоном, електронною поштою або безпосередньо під час візиту. За потреби ми можемо провести консультацію у вас вдома.

З понеділка по п'ятницю з 08:00 до 19:00
info@mvb-be.ch

Arabisch

مشورة مجانية للأسر ذات الأطفال من عمر يوم حتى 5 سنوات

نُقدِّم لكم المشورة هاتفيًّا أو عبر البريد الإلكتروني أو في مقرنا. أو حتى في منزلكم، إذا لزم الأمر.

من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 8 إلى 19
info@mvb-be.ch

Kurdisch

Şêwirmendiya belaş ji bo malbatên bi zarokên 0 heta 5 salî

Em bi telefonê, bi Emailê û li navenda xwe şêwirmendiyê dikin. Ger hewce be jî em dikarin werin mala we.

Dupem heta Înê 08.00 heta 19.00
info@mvb-be.ch

Farsi

مشاوره رایگان برای خانواده‌های دارای فرزندان بین 0 تا 5 سال

ما به صورت تلفنی، از طریق ایمیل یا به صورت حضوری به شما مشاوره می‌دهیم. در صورت لزوم حتی در خانه شما.

دوشنبه – جمعه، ساعت 8–19
info@mvb-be.ch

Paschtun

د هغو کورنیو لپاره وړیا مشوره ورکول چې له 0 څخه تر 5 کال عمر لرونکي ماشومان لري

موږ په تلیفون د بریښنالیک له لارې او زموږ په مرکز کې مشوره چمتو کوو. موږ کولی شو د اړتیا په صورت کې حتی ستاسو کور ته هم راشو

دوشنبه تر جمعې
د سهار له 8 بجو څخه د ماښام تر 7 بجو پورې
info@mvb-be.ch

Russisch

Бесплатные консультации для семей с детьми: от рождения и до 5 лет

Мы предоставляем консультации по телефону, электронной почте или у нас в офисе. При необходимости также на дому.

С понедельника по пятницу, с 8:00 до 19:00
info@mvb-be.ch

Somali

Waxaa la siiyo talalin bilaash ah qoysaska caruurta da'dooda u dhexaysa 0 ilaa 5

Waxaan ku bixinaa la-talin dhanka taleefanka, iimaylka iyo xarunteena. Xitaa waan kuugu imaan karnaa gurigaaga haddii loo baahdo.

Isniin ilaa Jimco 8 a.m. ilaa 7 p.m.
info@mvb-be.ch

Tamil

0 முதல் 5 வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகளைக் கொண்ட குடும்பங்களுக்கு இலவச ஆலோசனை

தொலைபேசி, மின்னஞ்சல் ஆலோசனைகள் மூலமும், எங்கள் மையத்திலும் தொடர்பாகவும் ஆலோசனை வழங்குகிறோம். தேவைப்பட்டால், உங்கள் வீட்டிற்கே கூட எங்களால் வர முடியும்.

திங்கள் – வெள்ளி காலை 8 மணி – இரவு 7 மணி.
info@mvb-be.ch

Tigrinya

ካብ 0-5 ዓመት ዝዕድሚኦም ቆልዑ ንዝሰርዎም ስድራቤታት ነጻ ምኽሪ

ብተሌፎን፡ ብኢመይል ከም ብኽልኤታትና ኣቢሉ ኣብዛ እንተኾይኑ ኣብ ገዛኹም።

ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ, ሰዓት 8 ቅድ ክሳብ 19 ድሕ
info@mvb-be.ch

Coaching für Fachpersonen

Zu Früherkennung von Kindeswohlgefährdungen

Unsicher im Kindesschutz?
Anonyme Beratung zur Einschätzung und zum weiteren Vorgehen.

Kontakt Deutsch		**Kontakt Französisch**	
E-Mail:	kindesschutz@mvb-be.ch oder	E-Mail:	protection_enfance@cp-be.ch oder
Telefon:	031 552 26 26	Telefon:	031 552 27 27

Rückruf innerhalb von 1 Arbeitstag zur Vereinbarung eines Coaching-Termins.

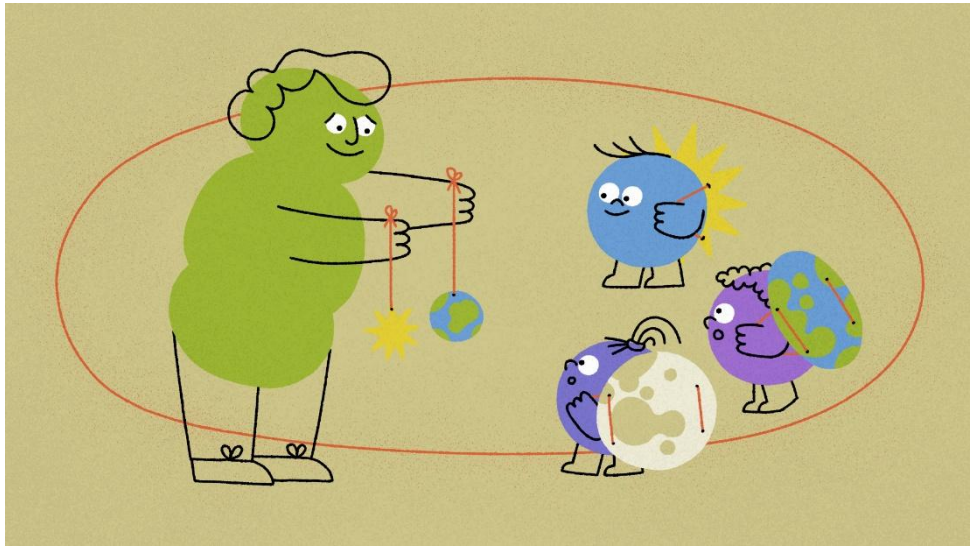
Mehr Informationen:
mvb-be.ch/de/fachpersonen/coaching-in-kindesschutzfragen

Aktualitäten

- **Melanie Aebi,** Fachpsychologin für Kinder- und Jugendpsychologie, Erziehungsberatung: **Die neuen Filme der EB**

Start in Kindergarten und Schule

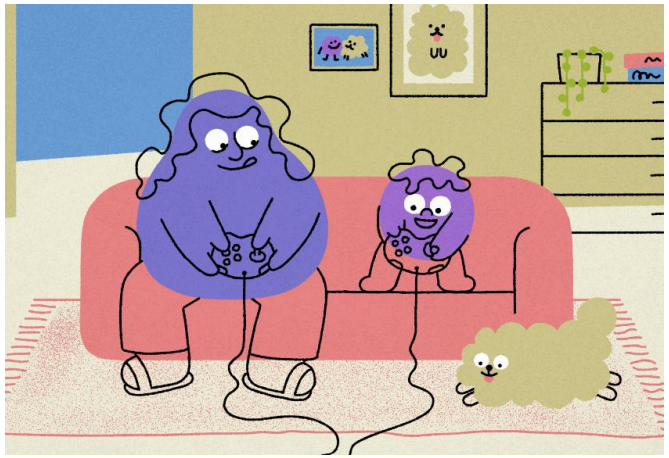
Wie Sie Ihr Kind im täglichen Leben begleiten und stärken können



Melanie Aebi, Fachpsychologin für Kinder- und Jugendpsychologie FSP, dipl. Erziehungsberaterin-Schulpsychologin
EB Langenthal

Animationsfilme «Start in Kindergarten und Schule»

- Die bisherigen Unterlagen *«Fit für die Schule»* wurden fachlich und gestalterisch aktualisiert
- Animationsfilme sind niederschwellig, alltagsnah und für möglichst viele Eltern zugänglich
- Fokus auf Frage, wie Eltern ihr Kind im Familienalltag stärken und begleiten können
- Klarer Bezug zum Start in Kindergarten und Schule



Themen der Animationsfilme

Die Filme greifen Alltagssituationen auf, die Kinder in ihrer Entwicklung stärken und zeigen den Bezug zum Start in Kindergarten und Schule auf.

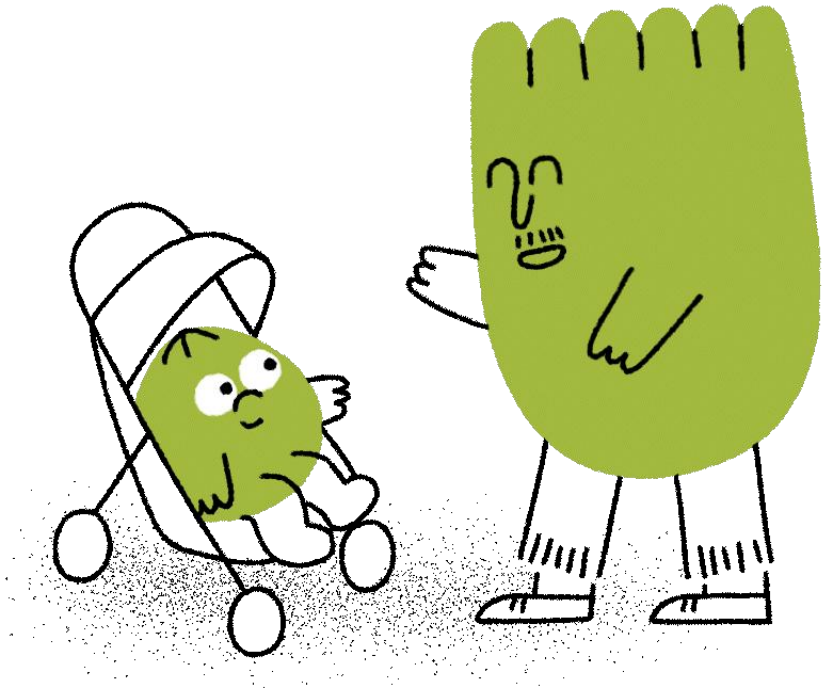
Folgende Themen wurden in den Filmen aufgenommen:

- Bindung und Verlässlichkeit
- Erwachsene sind Vorbilder
- Sprache als Tor zur Welt
- Grenzen setzen und Halt geben
- Spielen und Lernen
- Aktivität und Erholung
- Selbstständigkeit, Zumuten, Zutrauen
- Umgang mit sich und Anderen
- Digitale Medien

Sprachen

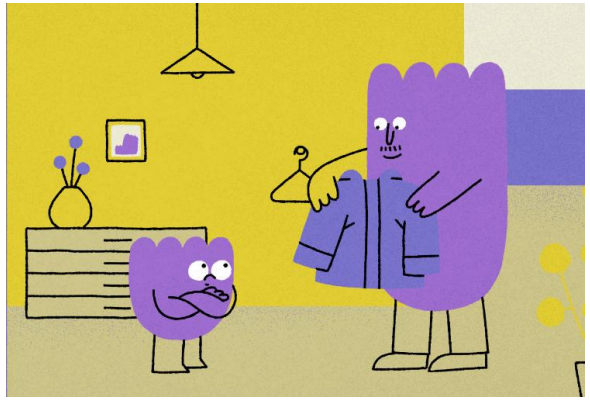
Der Text zu den Filmen wurde in 12 verschiedenen Sprachen aufgenommen:

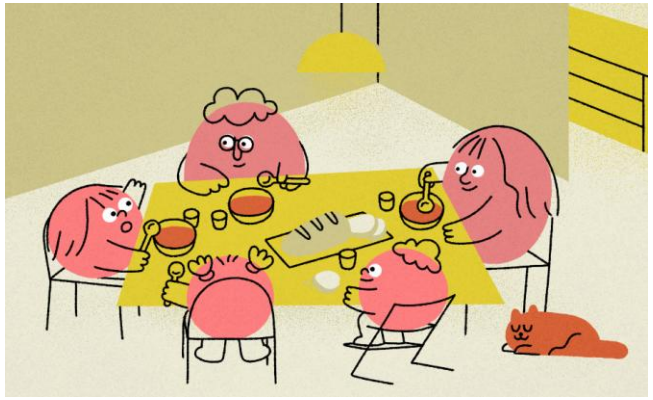
- Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch
- Albanisch
- Arabisch
- Bosnisch, Kroatisch, Serbisch (BKS)
- Portugiesisch
- Spanisch
- Tamilisch
- Tigrinja
- Türkisch



Einblick in die Filme

Animationsfilme «Start in Kindergarten und Schule»
Deutsch



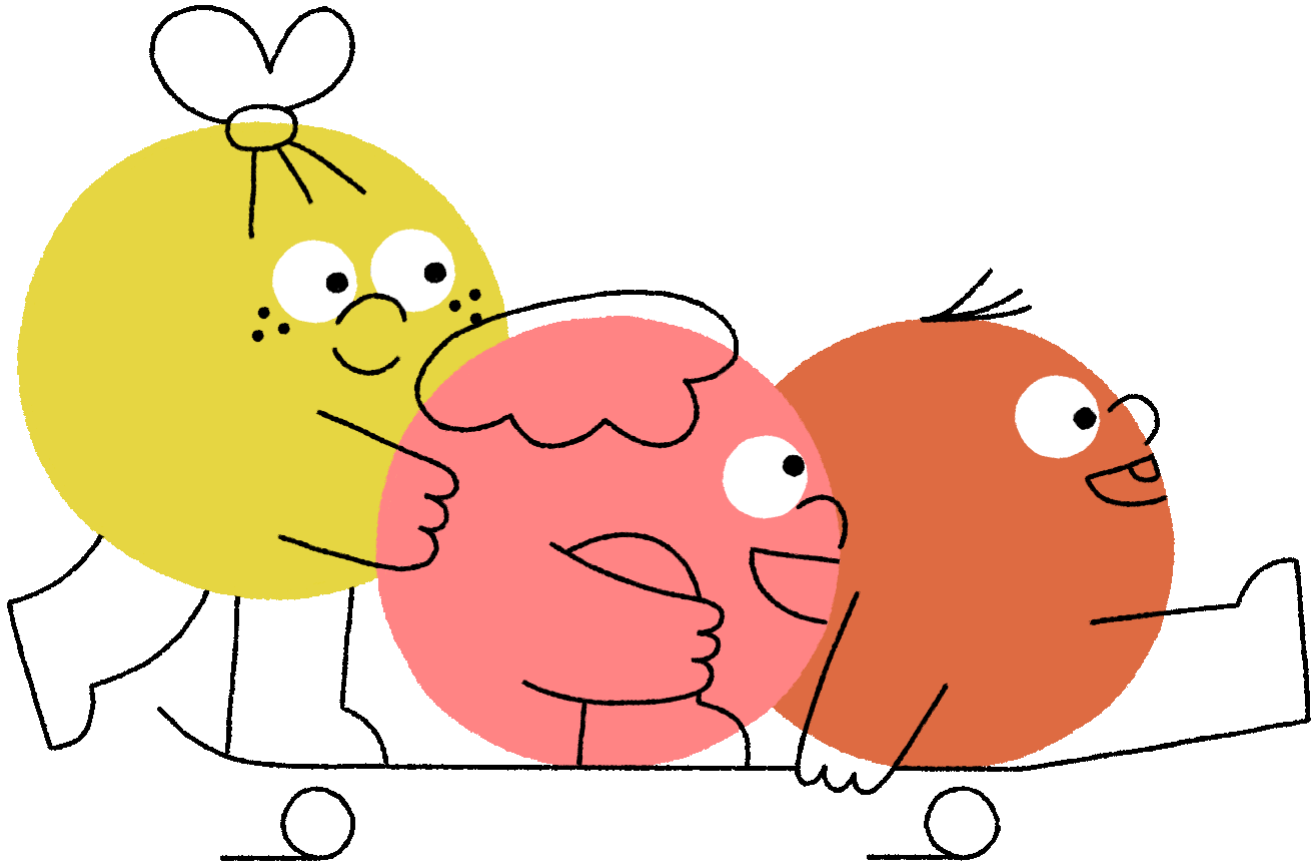


Flyer

Integration in Beratung und Vernetzung

- Nutzung in der Beratung von Eltern
- Bekanntmachung in Schulen und an Anlässen zur Einschulung (z.B. in Kooperation mit MVB)
- Bekanntmachung bei Netzpartnern (Logo, Psychomotorik, Schulsozialarbeit, Berner Gesundheit, Organisationen im Migrationsbereich)
- Bekanntmachung an Regionalen Vernetzungsanlässen im Frühbereich

Merci!



Aktualitäten

- **Daniela Gloor**, Bereichsleiterin Kinder und Familie, interunido: **Aktuelles zu schritt:weise**

schritt:weise

für Familien aus Langenthal und Thunstetten/Bützberg

- Spiel- und Lernprogramm für Kinder und Eltern
- Kinder im Alter zwischen 7 Monaten und 3.5 Jahren
- Hausbesuche und Gruppentreffen
- Fördert die Entwicklung der Kinder
- Vernetzt und stärkt die Eltern
- Dauer: 18 Monate, Start Frühjahr 2027
- CHF 15.00 pro Monat (inkl. Spiel- und Lernmaterial)
- → aktuell freie Plätze!

interunido - daniela.gloor@interunido.ch - 079 369 95 90 www.interunido.ch

interunido

Adelante

für Familien aus Herzogenbuchsee

- Unterstützung von fremdsprachigen Familien durch Schlüsselpersonen
- Information auf Augenhöhe in der Herkunftssprache und Kultur
- Vernetzung mit Angeboten
- Sprachliche und kulturelle Vermittlung
- Punktuelle Begleitung
- Für Familien mit Kindern bis 12 Jahren
- Kostenlos

interunido - daniela.gloor@interunido.ch - 079 369 95 90 www.interunido.ch

interunido

Aktualitäten

- **Christine Thomann,** Sozialpädagogische Familienbegleitung: **Die Angebote von DenkArt**

DenkArt
CHRISTINE THOMANN

step
systematisches training für eltern & pädagogen®

STEP (Selbstvertrauen, Tatkraft, Ermutigung, Perspektiven)

Kurse für Eltern und Fachpersonen in der Kinderbetreuung

Bündner Standard – ein Gewaltpräventionskonzept

STIFTUNG BÜNDNER STANDARD

Aktualitäten

- **Martina Wüthrich,** Eltern-Kind-Café Chindernetz Kanton Bern: **Aktuelles**

Chindernetz Kanton Bern bietet Frühförderung und Elternbildung

ElternKind-Cafés an 12 Standorten

- ✓ kreatives Gestalten für Kinder
- ✓ Gespräche mit Fachpersonen
- ✓ Austausch unter Eltern

www.chindernetz.be

«Mehr wissen, sicherer erziehen»

- ✓ Elternbildung mit Tageskursen
- ✓ Veranstaltungen zu Themen des Familienalltags (Kleinkind, Schule & Lernen, Pubertät/Adoleszenz)

MÜTTER- UND VÄTERBERATUNG KANTON BERN

ELTERN IN TRENNUNG - DAS KIND IM FOKUS

Vernetzungsanlass Oberaargau

Langenthal

Andrea Zaugg, Beraterin Frühe Kindheit MVB

27.10.2026

Agenda

1. **Teil**

- Geschichte «Die Krokobären»
- Input Film aus Puls
- Relevanz Scheidungen/Trennungen in der Schweiz
- Entwicklungsaufgaben und Wahrnehmung der Trennung nach Alter
- Was zeigen die Kinder für alterstypische Reaktionen
- Äussere und Innere Faktoren bei Trennung aus Sicht der Kinder
- Bedürfnisse der Kinder 5 V`s nach Jenni
- Vernetzungspause und Workshop

2. Teil

- Zyklus der Kommunikation bei Trennung
- Hilfsmittel: Emotionale Brücke
- Vorstellung Fragekarten

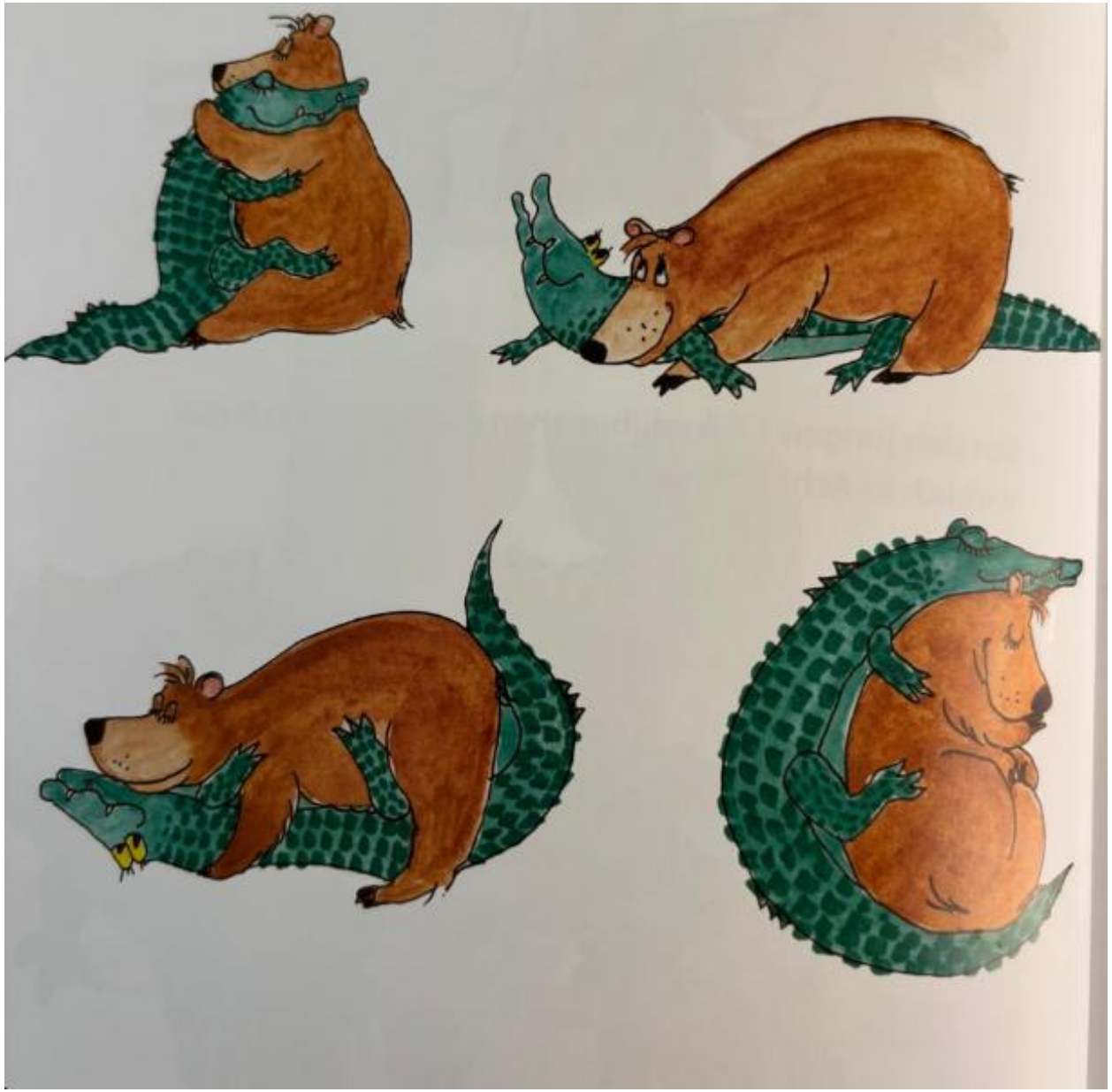
Die Krokobären

von Eva Orinsky

Eine Geschichte für Kinder,
deren Eltern sich trennen

Es verliebt sich der schöne junge Bär Baba

in die hübsche Krokodildame Kroko



Kroko wird schwanger und sie bekommen zwei Kinder.

Sie wachsen schnell und sie lieben es im Wald zu spielen mit den Bären, aber auch im Wasser mit den Krokodilen.

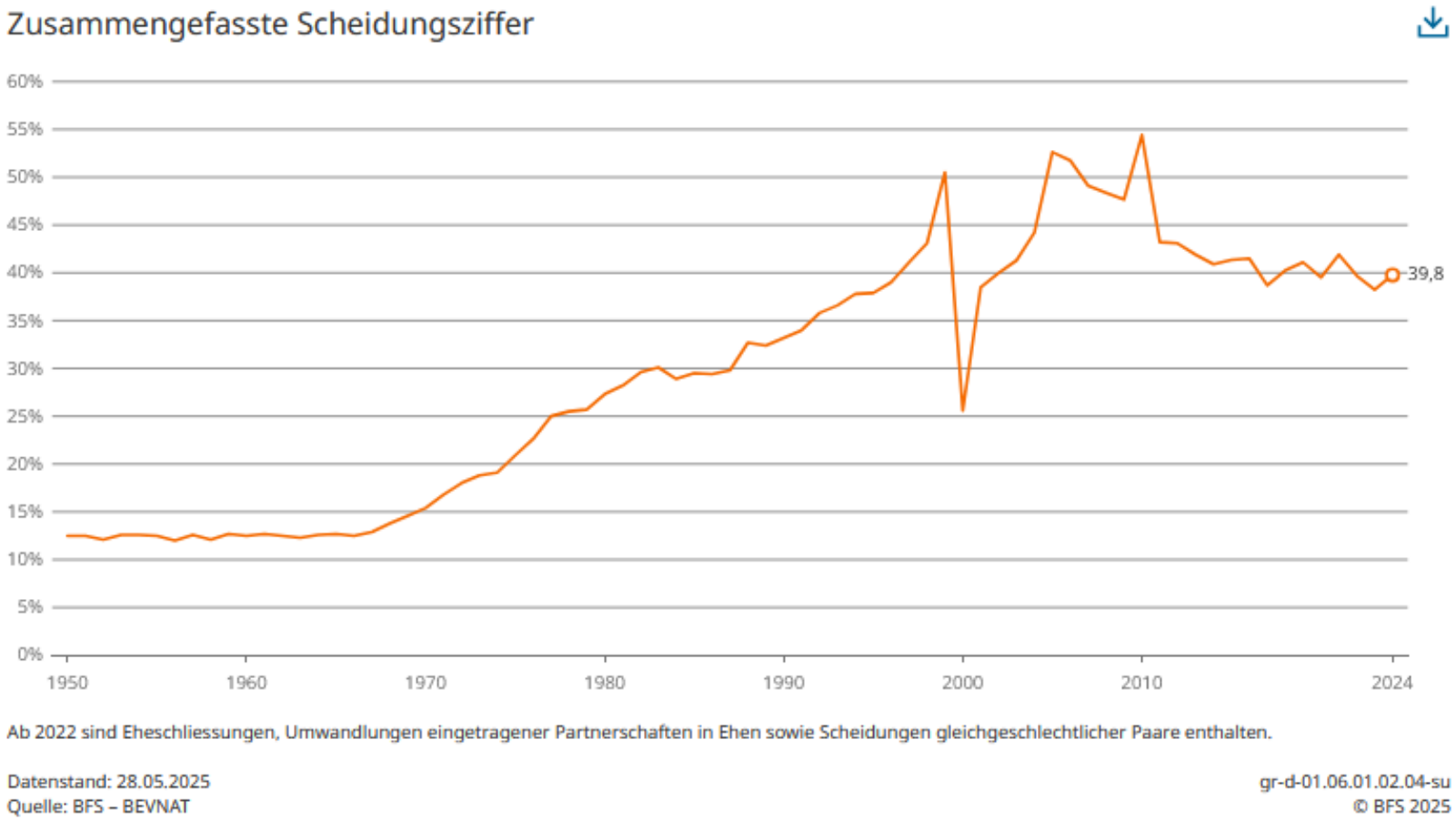
Baba und Kroko merken aber, dass sie sich nicht wohlfühlten, Kroko nicht in der Höhle, ihre Haut wird ganz trocken und Baba nicht im Wasser, sein Fell wurde ganz struppig.

So zog Baba aus und Kroko auch
um dort zu leben wo sie sich
wohlfühlten und es ihnen gut ging

Am Anfang war es nicht leicht, wenn sie bei Mama waren vermissten sie den Papa und umgekehrt. Es ging aber nicht so lange und sie merkten, dass sie die Eltern nicht verloren hatten. So ging es ihnen auch bald besser.

Zum Einstieg

Relevanz


Zusammengefasste Scheidungsziffer
60%
55%
50%
45%
40%
35%
30%
25%
20%
15%
10%
5%
0%
1950
1960
1970
1980
1990
2000
2010
2024
39,8
Ab 2022 sind Eheschliessungen, Umwandlungen eingetragener Partnerschaften in Ehen sowie Scheidungen gleichgeschlechtlicher Paare enthalten.
Datenstand: 28.05.2025
Quelle: BFS – BEVNAT
gr-d-01.06.01.02.04-su
© BFS 2025

Unsere Grundhaltung

- Unsere **Welt** verändert sich ständig!
- Unser **Schaffen** ist systemisch und kindzentriert.
- Unsere **Modulkultur** ist konstruktiv. Alle sollen sich wohlfühlen.

Trennung und Scheidung

Eine «normale» Krise?!

«Eine Scheidung ist eine Krise, die verschiedenste Affekte und Gefühle hervorruft. Ein gesundes, einigermassen normales Kind muss auf eine solche Krise reagieren. Alle Hoffnungen, das Kind möge nicht reagieren, gehen eigentlich in eine ganz falsche Richtung».

(Figdor, 2023, S. 24; in Wiemann, 2023, S. 74)

Gemeinsame Entwicklungsaufgabe

Säuglinge (0 – 1. Lebensjahr)

- Aufbau einer sicheren Bindung zu Bezugspersonen
- Regulation von Schlaf, Hunger und Emotionen mit Unterstützung
- Entwicklung von Urvertrauen (durch feinfühliges und verfügbares Verhalten)
- Körperliche Grundentwicklung (Motorik, Wahrnehmung)
- Erste soziale Kommunikation (Blickkontakt, Lächeln, Lautieren)

Wahrnehmung der Trennung aus Sicht der Kinder

Grobe Richtwerte – Entwicklungsphase 0- bis 1-Jährig

Was nehmen sie wahr:

- Eine vertraute Person ist seltener da
- Eltern sind traurig, gestresst, angespannt
- Übergänge und Routinen sind anders geworden

Gemeinsame Entwicklungsaufgabe

Kleinkinder (1. – 4. Lebensjahr)

- Entwicklung von Autonomie und Selbstwirksamkeit
- Sprachentwicklung und erste soziale Kontakte
- Rituale und verlässliche Strukturen schaffen
- Erlernen einfacher Regeln und Grenzen
- Trotz Frustrationen und Übergänge begleiten
- Umgang mit starken Gefühlen

Wahrnehmung der Trennung aus Sicht der Kinder

Grobe Richtwerte – Entwicklungsphase 1- bis 4-Jährig

Was nehmen sie wahr:

- Bezugsperson eventuell weniger präsent
- Spüren Spannungen, Stress und Traurigkeit der Erwachsenen
- Erleben Veränderungen der gewohnten Routinen, Wohnorten und Betreuungssituationen
- Können die Veränderungen kognitiv noch nicht gut einordnen.
- Sie leben im hier und jetzt und sind noch fest im egozentrischen Denken.

Zentrale angenommene Gedanken der Kinder:

- «Wo ist Mama oder Papa?»
- «Kommt Papa oder Mama wieder?»
- Irritiert dass plötzlich alles anders ist.

Gemeinsame Entwicklungsaufgabe

Kleinkinder (4. – 5. Lebensjahr)

- Sprache wird komplexer
- Realität und Fantasie vermischen sich-alles ist möglich
- Ausbau sozialer Kompetenzen (Teilen, Kooperation)
- Erste Freundschaften aufbauen
- Feinmotorik, Schneiden, Malen, Schreiben
- Gewissensentwicklung (richtig und falsch unterscheiden)
- Zunehmende Selbstständigkeit im Alltag
- Gefühle besser erkennen und benennen
- Noch starke Gefühlsausbrüche möglich (Frustrationstoleranz im Aufbau)

Wahrnehmung der Trennung aus Sicht der Kinder

Grobe Richtwerte – Entwicklungsphase 4- bis 5-Jährig

- Beginn der «magischen Phase» → Ängste vor Dunkelheit, Monstern usw.
- Möglichkeit da ist, dass Eltern wieder zusammenkommen
- Häufiges Schuldgefühl: «Wenn ich brav gewesen wäre, hätten sich die Eltern nicht getrennt».
- Beginn von «Loyalitätskonflikten».
- Wichtig: Kinder brauchen die Versicherung, dass die Eltern verantwortlich sind und sich um sie kümmern.
- Kinder können sich in dem Alter auch noch ein ganz eigenes Konstrukt aus dieser Situation vorstellen

(z.B. Schmidt, 2023)

Altersspezifische Reaktionen

Kinder im Alter von 0 bis 2 Jahren

Beobachtet werden können:

- Irritierbarkeit, mehr Trotz-und Wutanfälle, schneller frustriert
- weinerliches Verhalten
- Rückzug, weniger Exploration
- ängstliches Verhalten gegenüber Fremden und Sich-Klammern an bekannte Personen
- Verlust von erworbenen Fähigkeiten, Rückschritte in der Entwicklung
- Vermehrtes Verlangen nach körperlicher Nähe
- Unruhigere Nächte
- Grösseres Saugbedürfniss, grundsätzlich mehr Verlangen von Regulation
- Mehr Unterstützung einfordern bei alltäglichen Sachen

Empfehlung

Das Beziehungsgefüge des Kindes so weit wie möglich stabil halten.

(vgl. z.B. EB-Bern, 2016, S. 8, ff.)

Altersspezifische Reaktionen

Kinder im Alter von 2 bis 3 Jahren

Es können deutliche Verhaltensänderungen beobachtet werden:

- Regressionen, z. B. Rückschritte bei der Sauberkeitsentwicklung
- Trennungsängste
- vermehrtes selbstberuhigendes Verhalten (z. B. Saugen/Daumenlutschen, Selbststimulation)
- aggressives Verhalten und Trotzreaktionen
- Kinder in diesem Alter entwickeln konkrete Ängste und stellen Fragen zur familiären Situation. Sie erleben sich weiterhin stark abhängig von ihren Eltern.
- Beziehungsdynamik: mögliche Loyalitätskonflikt-Anzeichen durch Unruhe beim Wechsel; sie „nehmen Spannungen wahr“, auch ohne kognitives Begreifen.

Empfehlung

Den Kindern ausreichende, kindergerechte Erklärungen zum Weggang eines Elternteils geben.

Altersspezifische Reaktionen

Kinder im Alter von 3 bis 5 Jahren

- Vergleichbare Symptome wie in vorheriger Altersstufe, nun intensiver, womöglich deutlich aggressiver
- Psychosomatische Störungen wie Einnässen, Bauch- oder Kopfschmerzen usw.
- Regression
- Kontaktverweigerung von Seiten Kind gegenüber Elternteil, der weggegangen ist
- Das Vertrauen in die Zuverlässigkeit von Beziehungen kann durch Trennung erschüttert werden
- Beginn von Loyalitätskonflikten
- Rollenspiele zu Themen wie Trennung, Familie oder wieder zusammen kommen.
- Einige Kinder verhalten sich deshalb überangepasst. Mit diesem Verhalten hoffen sie, etwas zur Wiederherstellung der Familie beitragen zu können.

Empfehlung

Regelmässig Kontakte zum ausserhalb lebenden Elternteils ermöglichen. Dies hilft dem Kind, die neue Beziehungskonstellation zu erproben und zu gestalten.

Äussere und innere Prozesse bei Trennung

Aus Sicht des Kindes

Äussere Prozesse

- Trennung wird kommuniziert
- Mind. ein neues Zuhause
- Zweites «Zuhause» beleben
- Zeitliche und räumliche Organisation
- Evtl. Wechsel des externen Betreuungs- und/oder Schulsystems
- Neue «Wege» sind zu gehen
- Evtl. Freizeit (Freund:innen) neu organisieren
- usw.

Innere Prozesse

- Sich mit der Situation arrangieren
- Trauer um Verlust der vorherigen Situation
- Unsicherheit, Verlustängste, Vermissen
- Eigener Widerstand, Ärger, Wut verstehen und verarbeiten
- Umgang mit schwierigen Gefühlen (Ambivalenzen, Loyalitäten, widersprüchlichen Wünschen) usw.
- usw.

Äussere und innere Prozesse bei Trennung

Aus Sicht der Eltern

Äussere Prozesse:

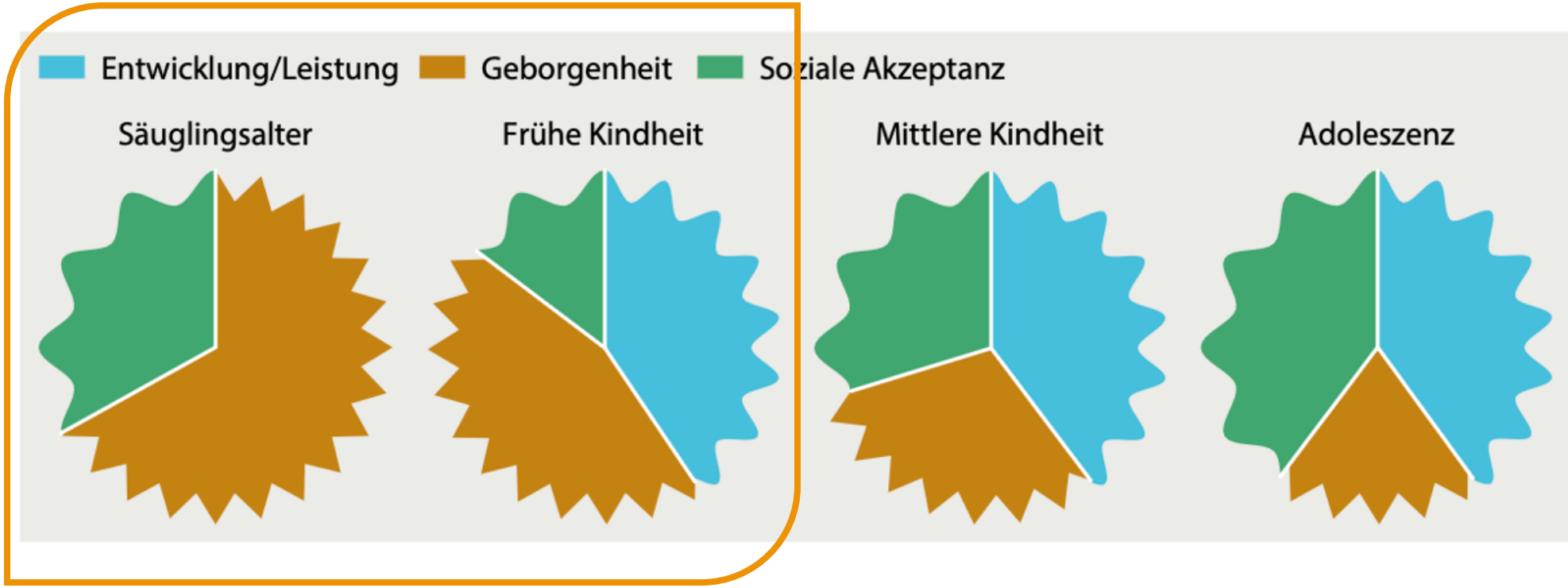
- Wohnraum verändern
- Finanzen sichern
- Besitz aufteilen
- Trennung kommunizieren
- Kinderbetreuung neu organisieren
- Schule evtl. wechseln
- Wege des Kindes zwischen den Eltern klären
- …..

Innere Prozesse:

- Betrauern der verlorenen Beziehung
- Idealvorstellungen aufgeben
- Kränkung verarbeiten (Wut, Ärger…)
- Verlust-, Existenzängste (Kinder, Familien, Finanzen)
- Trennung rechtfertigen (Schuld und Schamgefühle)
- Neue Zukunftsideen entwickeln

Bedürfnisse in verschiedenen Entwicklungsphasen

«Anteile» von Bedürfnissen in diversen Entwicklungs-/Lebensphasen



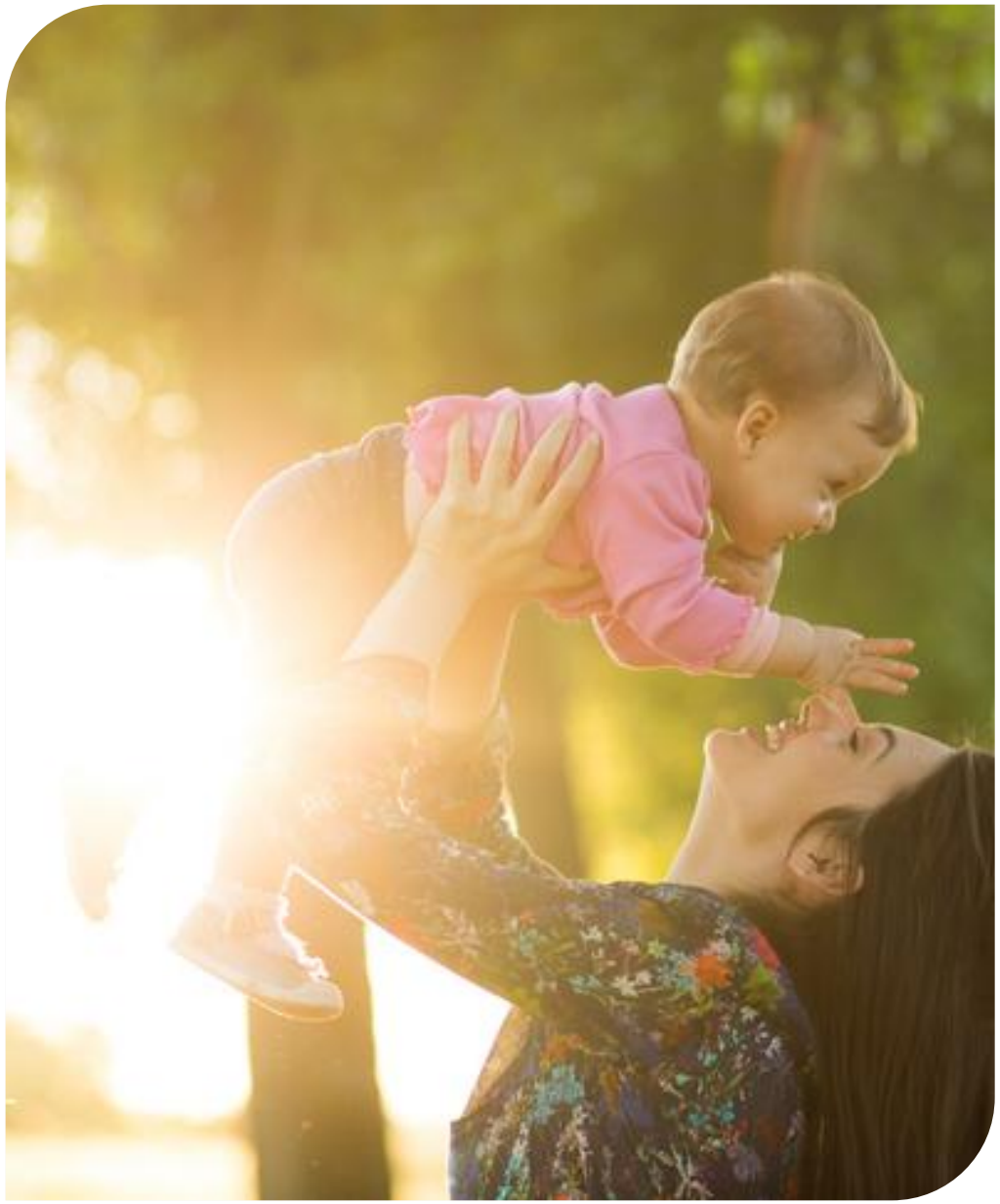
(Jenni, 2024, S. 64)

Die 5 V’s

Grundbedürfnisse von Kindern

1. Vertrautheit
2. Verlässlichkeit
3. Verfügbarkeit
4. Verständnis
5. Viel oder «voll von» Liebe

(Jenni, 2024)



Die 5 V’s im Detail

Grundbedürfnisse von Kindern

1. Vertrautheit

Kinder brauchen eine vertraute Umgebung, die ihnen Sicherheit bietet.

Wichtig: Der Aufbau einer engen und stabilen Beziehung zwischen Kind und Eltern. Die Kinder spüren, dass sie ihren Eltern vertrauen können. Wenn sich Kinder geliebt fühlen, erleben sie auch in herausfordernden Situationen innere Stärke.

Die 5 V’s im Detail

Grundbedürfnisse von Kindern

2 & 3. Verlässlichkeit & Verfügbarkeit

Neben der «körperlichen» Präsenz ist auch ein «ganz da sein» der Eltern wichtig. So gehen die Eltern auch emotional auf ihre Kinder ein.

Mit dem «Verfügbar-sein» … verlässlich und nahbar. Kinder wissen dann, dass sie auf ihre Eltern zählen können.

Die 5 V’s im Detail

Grundbedürfnisse von Kindern

4. Verständnis

Verständnisvoll zu sein bedeutet, die kindliche Entwicklung und Verhaltensweisen geduldig zu akzeptieren. Eltern sollten versuchen, die Welt aus der Perspektive des Kindes zu sehen, anstatt es vorschnell zu bewerten.

Die 5 V’s im Detail

Grundbedürfnisse von Kindern

5. Viel Liebe

«Wahre Liebe», die tief aus dem Herzen kommt und auch so empfunden und gelebt wird, ist von großer Bedeutung. Die Liebe zu den eigenen Kindern sollte immer bedingungslos sein und niemals von Leistungen abhängen. Eltern können ihre Liebe nicht nur durch körperliche Nähe und Zärtlichkeit zeigen, sondern auch durch gemeinsame Zeit und liebevolle Aufmerksamkeit.

..

PAUSE

Workshop / Austausch

Ca. 20 Minuten

- Stellen Sie sich in der Gruppe kurz gegenseitig vor.
- Lesen Sie das Fallbeispiel.
- Wie können Sie Elina unterstützen? Was braucht Lino in dieser Situation?
- Welche weiteren Angebote können Sie Elina empfehlen?

Fallbeispiel

- Elina (35 Jahre) kommt mit Lino (3 Jahre) zu Ihnen in die Beratung (oder in die Kita oder Spielgruppe etc.).
  Sie ist müde und wirkt traurig.
  Zwischen Tür und Angel erwähnt sie, dass sie sich überlege, sich von ihrem Mann zu trennen. Sie könne einfach den andauernden Streit nicht mehr ertragen.
  Dennoch sei sie sehr unsicher, weil eine Nachbarin erzählt habe, dass eine Trennung für ein kleines Kind sehr schlimm sei und dass man damit beim Kind grossen Schaden anrichte. Zudem wisse sie nicht, wie sie das Lino erzählen könnte.

Wie sagen wir es dem/der Kinder

Das Unausweichliche zur Sprache bringen

Wie sagen wir es dem/den Kind/er

Zyklus der Kommunikation und Unterstützung bei Trennung

.

Kuhlmann, (2024)

Wie sagen wir es dem/den Kind/er

Eine mögliche «Anleitung»

- Grundsatz: Da die soziale Situation meistens belastet ist, muss das Gespräch sorgfältige vorbereitet werden – dies mit dem Ziel ein konstruktives und kindgerechtes Gespräch zu gestalten.
  - Den richtigen Rahmen wählen: Ort, Zeitpunkt, Ablauf, Zeitrahmen, um Kinder abholen zu können
    Das Kind soll sich sicher fühlen
  - Wenn möglich – gemeinsame elterliche Botschaft: Abstimmen, wer was (altersgerecht!) sagt, Vereinheitlichen der Botschaft
    Verwirrung, Schuld- und Loyalitätsgefühle vermeiden
  - Elterliche Emotionen: Eigene Gefühle zu Trennung spiegeln (Trauer, Wut, Erleichterung) und deren Einfluss auf Gespräch mit Kind vergegenwärtigen
    Während Gespräch bei sich/gefasst bleiben

Wie sagen wir es dem/der Kind/er

Klarheit-statt falscher Hoffnungen

- «Kernbotschaft» direkt und einfühlsam formulieren
- Unmissverständlich erklären, dass die Entscheidung zur Trennung endgültig ist
- Keine «falsche Hoffnungen» auf eine Versöhnung machen, Gefahr, dass diese Verarbeitungsprozess «erschweren»
- Wiederholt betonen, dass das Kind keinerlei Schuld an Situation trägt
- Deutlich machen, dass die Liebe beider Elternteile zum Kind unverändert weiterbesteht

>> Die Klarheit über die Scheidung/Trennung und deren «Auswirkungen» unterstützt Kind, die neue Realität zu akzeptieren und sich emotional darauf einzustellen.

(vgl. Wiemann, 2021)

Wie sagen wir es dem/der Kind/er

Klarheit-statt falscher Hoffnungen

- Den Unterschied der Position von Mutter und Vater benennen
- Das Kind von der möglichen «Last» befreien, für die Trennung schuld zu sein/die Trennung (mit)verursacht zu haben
- Wertschätzen der gemeinsamen Zeit, die man bis hierher verbracht hat
- Die nächsten Schritte und Ereignisse konkret besprechen/durchsprechen
- Möglichkeiten und «Lösungen» aufzeigen, wie die Beziehung zum einen/anderen Elternteil weiterläuft. Die (neuen) Verantwortlichkeiten (er)klären
- Zusicherung dem Kind gegenüber, dass ihm Vater und Mutter weiterhin «gehören» – es sie «behalten» wird/darf
- Tägliche Zeitfenster für Gespräche

Kernbotschaft übermitteln

Wie sagen wir es dem/der Kinder

Klarheit-statt falscher Hoffnungen und Botschaft altersgerecht anpassen

- Nutzen Sie sehr einfache, konkrete Sätze: „Mama zieht in eine andere Wohnung. Papa bleibt hier wohnen.“ Oder umgekehrt. Vermeiden Sie abstrakte Erklärungen.
- Der Fokus sollte auf Kontinuität und Sicherheit liegen. Betonen Sie, was gleich bleibt (z. B. Rituale, Kindergarten, Spielzeug). **WICHTIG:** Routinen geben Halt.
- Bieten Sie viel körperliche Nähe, Trost und emotionale Zuwendung. Nonverbale Kommunikation ist in diesem Alter besonders wichtig.
- Bilderbücher zum Thema Trennung können helfen, die Situation greifbarer zu machen.

(vgl. Wiemann, 2021)

Wie sagen wir es dem/der Kinder

Kinder reagieren auch mit Fragen – Ziel: verständnisvoller Umgang damit

Kinder stellen (sich) oft die folgenden Fragen …

- «Bin ich schuld?»
- «Wo werde ich wohnen?»
- «Wann sehe ich denn Mama/Papa wieder?»
- «Werdet ihr euch weiter streiten?»
- «Kommt ihr wieder zusammen?»

…auf diese Fragen ehrliche kurze Antworten finden, ohne Eventualitäten

Auf Reaktionen eingehen

Wie sagen wir es dem/der Kinder

Kinder reagieren auch mit Emotionen

Verständnisvoller Umgang mit den Emotionen

- Die Gefühle, das Erleben des Kindes akzeptieren lernen (legitimieren). Mögliche Ausprägungen: Trauer, Wut, Angst, Verwirrung, auch «Gleichgültigkeit»
- Gefühle ernst nehmen (nicht herunterspielen: «ist nicht so schlimm»), Trost und Unterstützung anbieten
- Sich in Geduld üben: Die Verarbeitung braucht Zeit, Reaktionen können über längere Zeit oder verzögert auftreten
- Auf Verhaltensänderungen achten (z.B. sozialer Rückzug, Aggressivität, Leistungseinbruch, usw.), nötigenfalls Unterstützung organisieren

Auf Reaktionen eingehen

Wie sagen wir es dem/der Kind/er

Mögliche Fehler, die in Gesprächen zu Trennungen zu vermeiden sind

- Keine Abwertung oder Schuldzuweisungen: Vor und mit Kind niemals «schlecht» über anderen Elternteil sprechen > Loyalitätskonflikte!
- Kind «instrumentalisieren»: Das Kind darf im Elternkonflikt nicht als Übermittler:in von Botschaften, Spion:in oder Verbündete:r missbraucht werden
- Keine Erwachsenen-Probleme: Kinder müssen vor intimen Gedanken, ökonomischen Sorgen/Problemen oder juristischen Prozessen geschützt werden
- Falsche Versprechungen: Die Zusagen/Versprechen sollten eingehalten werden können (Wohnen, Besuche, ökonomische Veränderungen) – lieber zuwarten!

Wie sagen wir es dem/der Kind/er

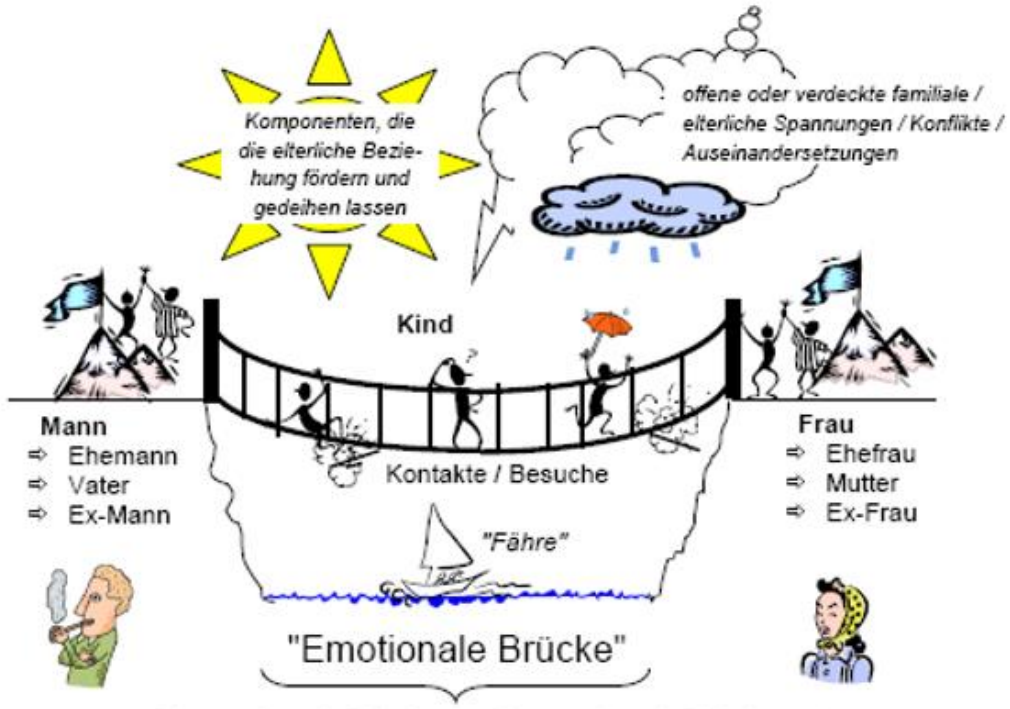
Nach dem Gespräch ist vor dem Gespräch – Stabilität sichern

Grundsätzliches: Das erste Gespräch ist das erste von (vielen) weiteren. Die Kinder benötigen diesbezüglich viel Aufmerksamkeit und Zuwendung.

- Für Gespräche bereit sein: Das Kind weiss, dass es Fragen stellen, es mit seinen Gefühlen und seiner Situation im Gespräch abgeholt wird
- Routinen und Strukturen aufbauen – klare Regeln, (Tages-)Abläufe, Routinen und Absprachen (z.B. zu Terminen) geben Kindern Sicherheit und Orientierung
- Kontinuität gewährleisten: Das Leben und Umfeld der Kinder sollten so stabil wie möglich bleiben (KiTa, KiGa, Freunde)
- Präsenz beider Eltern: Regelmässiger und verlässlicher Kontakt zu beiden Elternteilen stabilisiert Situation nach Trennung

Die «Emotionale Brücke»

(Schreiner, 2012)



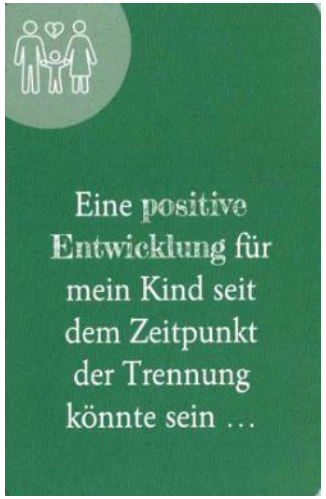
Die emotionale Brücke wird bedroht durch:

- ⇨ Abwertungen
- ⇨ Enttäuschungen
- ⇨ Misstrauen
- ⇨ Wut / Aggression
- ⇨ Ausgrenzung
- ⇨ Unterstellungen
- ⇨ "Sabotage"

Die emotionale Brücke entsteht / verstärkt sich durch:

- ⇨ Zuneigung
- ⇨ Vertrauen
- ⇨ Wertschätzung
- ⇨ Akzeptanz
- ⇨ Toleranz
- ⇨ Anerkennung
- ⇨ Kooperationsbereitschaft

Eltern in der Trennung mit Fragen begleiten



(Heine, 2022)

Take home als Fachfrau/Fachmann

- **Wir können die Trennung nicht ungeschehen machen,**

aber wir können dazu beitragen dass das Kind sich trotz

der Veränderungen sicher, gesehen und wirksam erlebt!

Take home als Eltern

- **„Ob Kinder glücklich sind, bestimmt nicht die Familienform, sondern die Art und Weise, wie die Eltern auf die Bedürfnisse ihrer Kinder eingehen und ihre Beziehungen zukünftig gestalten.“**

- **«Wie auch immer sich eine Partnerschaft entwickeln mag, die Elternschaft bleibt eine unkündbare Verpflichtung.»**

Literaturangabe:

Largo, R. H., & Czernin, M. (2022). *Glückliche Scheidungskinder* (5. Aufl.). München: Piper.

Erfahrungen/Rückmeldungen aus den drei Modulen:

- Die Gruppe und der Austausch wird als sehr wertvoll rückgemeldet (Wunsch für Treffen)
- Kursteilnehmende und Trennungssituationen sehr heterogen.
- Je nach Trennungsdauer und Situation-sehr schwierig den Fokus aufs Kind zu richten

Bücher zum Thema

Fach- und Sachliteratur (für Eltern, Fachkräfte) – Auszug

- Willems, J., Appeldoorn, B., & Goyens, M. (2024). *Als Paar getrennt – als Eltern zusammen: Wie eine gemeinsame Erziehung nach der Trennung gelingt*. Patmos.
- Staub, L. (2023). *Das Wohl des Kindes bei Trennung und Scheidung: Grundlagen für die Praxis der Betreuungsregelung*. Hogrefe.
- Ochs, M., & Orban, R. (2017). *Familie geht auch anders: Wie Alleinerziehende, Scheidungskinder und Patchworkfamilien glücklich werden*. Carl-Auer.
- Staub, L. (2017). *Trennung mit Kindern – was nun?* Hogrefe.
- Largo, R. H., & Czernin, M. (2015). *Glückliche Scheidungskinder: Was Kinder nach der Trennung brauchen*. Piper.
- Klein, M. (2010). *Die Bedeutung von Trennung und Scheidung für die Bindung des Kindes*. Peter Lang.
- Lehmkuhl, G., & Boos, R. (1997). *Scheidung, Trennung, Kindeswohl: Diagnostische, therapeutische und juristische Aspekte*. Deutscher Studien Verlag.
- *Brunner, S., Hardegger, K., von Salis, G., & Simoni, H. (2024). Die KET-Beratung: Psychologische Unterstützung für Kinder und Eltern in Trennung. Marie Meierhofer Institut für das Kind (MMI).*
- Schmidt, N. (2023). *Trennung ohne Drama: Wie wir Kinder beschützt durch familiäre Veränderungen begleiten*. Beltz

Bücher zum Thema

(Bilder-)Bücher für Kleinkinder und Kinder im Vorschulalter

- *0–3 Jahre*
- *Spelman, C. M. (2024). Papa Bär zieht aus: Eine Mutmachgeschichte. arsEdition.*
- *Waddel, M., Benson, P. (2025). Ich will meine Mami! Fischer & Sauerländer.*
- *Zacharias-Hellwig, J. (2023). Die Sehnsucht des kleinen Orange. Papierfresserchens MTM-Verlag.*
- *4–6 Jahre*
- *Fried, A., Gleich, J. (1999). Der unsichtbare Vater. Carl Hanser.*
- *Geisler, D. (2021). Was, wenn Eltern auseinandergehen? Loewe.*
- *Grundmann, H., Schulze, M.-A. (2010). Wir sind immer für dich da! Wenn Mama und Papa sich trennen. Coppenrath.*
- *Hummel, I. (2024). Ups, meine Eltern leben in Trennung. Eine Vorlesegeschichte, um deinem Kind eure Trennung zu erleichtern. Humboldt.*
- *Maumbach, M., Kortheus, B., (2020). Und Papa seh ich am Wochenende. Gabriel.*
- *Orinsky, E. (2014). Die Krokobären. Eine Geschichte für Kinder, deren Eltern sich trennen. Iskopress.*
- *Randerath, J., & Sönnichsen, I. (2010). Fips versteht die Welt nicht mehr: Wenn Eltern sich trennen. Thienemann.*
- *Volmert, J., Szesny, S. (2007). Wir bleiben eure Eltern!: Auch wenn Mama und Papa sich trennen. Albarello.*

Podcast und Dokus und weiterführende Angebote

Angebotsliste: >> Weitere Beratungsangebote für Eltern in Trennung

- *Filme und Dokus*
- *SRF (2024). Wenn Eltern sich trennen – wie weiter mit der Familie? 32 min. Link*
- *SRF (2022). Scheidungskinder – Was macht die Trennung der Eltern mit ihnen? 26 min. Link*
- *WDR (2020). Kampf ums Kind – Trennung und ihre Folgen. 44min. Link*
- *SRF School (2022). Scheidungskinder – Meine Eltern sind geschieden. Div. Video-Doku, didaktisches Material etc. Link*
- *You Tube Film Kanton Zürich, Getrennte Eltern-bleiben Eltern, link*
- *Film, Kosmos für das Kind, link*
- *Podcasts*
- *Das gewünschteste Wunschkind(2025) der Podcast. Mit Kindern über die Trennung der Eltern sprechen. Link*
- *Familienrat mit Katja Saalfrank(2024) Wie sagen wir es unserem Kind, dass wir uns getrennt haben? Link*
- *Muttergefühle (2023), der Talk über Tabus in der Schwangerschaft und nach der Geburt, Wie kann man sich mit einem Kleinkind trennen? Link*
- *Homepage mit Infos für Eltern und Fachleute bei Trennung: https://www.stark-familie.info/de/*

Erwähnte Quellen

- Kuhlmann, S. (2025). *Mediation & Familienrecht: Mit Kindern über Trennung sprechen*. Abgerufen am 22. September 2025, von https://www.treffpunkt-mediation.de/scheidung-trennung-mit-kindern-reden/
- Jenni, O. (2024). *Entwicklungsstörungen verstehen*. Springer.
- Figdor, H. (2023). *Scheidungskinder – Wege der Hilfe* (8. Aufl.). Psychosozial-Verlag.
- Schmidt, N. (2023). *Trennung ohne Drama: Wie wir Kinder beschützt durch familiäre Veränderungen begleiten*. Beltz.
- Wiemann, I. (2023). *Wie viel Wahrheit braucht mein Kind? Von kleinen Lügen, grossen Lasten und dem Mut zur Aufrichtigkeit in der Familie*. Rowohlt.
- Heine, H.-M. (2022). *Getrennte Eltern stärken* (Kartenset). Beltz.
- Orenstein, G. A., & Lewis, L. (2022). *Erikson's stages of psychosocial development*. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. Abgerufen am 23. Juni 2025, von https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556096/
- Erziehungsberatung des Kantons Bern. (2016). *Elternschaft nach der Trennung: Eltern und Kinder im Trennungs- und Scheidungsverlauf*. EB-Bern.
- Largo, R. H., & Czernin, M. (2015). *Glückliche Scheidungskinder: Was Kinder nach der Trennung brauchen*. Piper.
- Van der Kolk, B. A. (2015). *Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann*. Probst.
- Schreiner, J. (2014). Therapeutische Shuttle-Beratung: Psychologische Interventionen bei Besuchsrechtsstreitigkeiten. *Psychoscope, 35*, 8–11.
- Largo, R. H. (2011). *Kinderjahre: Die Individualität des Kindes als erzieherische Herausforderung*. Piper.
- Schreiner, J. (2012). Besuchsrechtskonflikte und die Perspektive des Kindes: Die „emotionale Brücke" – eine Hilfe für Beistände und Beiständinnen im Beratungsgespräch. *SozialAktuell*, 21–23.
- Zollinger. (o. J.). *Wie mein Kind die Sprache entdeckt*. Abgerufen am 23. Juni 2025 , https://gsest.ch/wp-content/uploads/2020/01/Wie_mein_Kind_die_Sprache_entdeckt.pdf

LinkedIn

Instagram

Facebook

mvb-be.ch

Danke für Ihre Aufmerksamkeit.

Folgen Sie uns auch auf Social Media oder auf unserer Homepage:

MÜTTER- UND VÄTERBERATUNG
KANTON BERN
CENTRE DE PUÉRICULTURE
CANTON DE BERNE