

# Unterstützung bei Trennung

**Beitrag von „alice0507“ vom 8. Juli 2013 21:01**

Liebe Starlet,

ich habe mich vor 10 Jahren getrennt - mit 3 Jahre langem "Rosenkrieg"...Was mir in der ganzen Zeit am besten geholfen hat, war meine Ärztin (Psychotherapeutin) und meine Anwältin!!!

Suche dir unbedingt professionelle Hilfe! Eine Ärztin, Therapeutin deines Vertrauens (das kann auch der Hausarzt sein oder sonst wer) und eine rechtliche Unterstützung, die sich wirklich auskennt! Gerade mit Kind ist das wichtig! Man kann viel falsch machen (zum Beispiel ausziehen ohne Kind...)

Wir haben das mittlerweile alles gut verarbeitet und auch wieder guten Kontakt zu meinem Exmann. Die Jungs sind mittlerweile 12 und 18.

Dir steht auf alle Fälle Kindesunterhalt zu, wenn du das Kind betreust. Hast du Unterstützung für die Betreuung (Großeltern, Kita?)

Ich wünsche dir viel Kraft und gute Berater!

Du kannst mich jederzeit gerne anschreiben. Woher kommst du ungefähr?