

Erste Schritte nach der Trennung

mein-einzelfall.de, Orientierung bei Sorgerecht, Umgang und Gutachten

1. Sicherheit zuerst

Bei Gefahr fuer ein Kind oder einen Elternteil: Polizei 110 und oertliches Jugendamt.
Diese Seite ist keine Rechtsberatung und ersetzt keine anwaltliche Vertretung.

2. Dokumentieren, ab heute

Fuehren Sie ein einfaches Protokoll: Datum, Uhrzeit, vereinbarter Termin, tatsaechlicher Verlauf, Zeugen. Bestaetigen Sie Absprachen schriftlich, per E-Mail oder Nachricht.
Sammeln Sie Beschluesse, Schreiben des Jugendamts und Nachweise an einem Ort.

3. Zustaendigkeiten klaeren

Notieren Sie Aktenzeichen, Gericht, zustaendige RichterIn oder zustaendigen Richter, Verfahrensbeistand und die Fachkraft im Jugendamt mit Erreichbarkeit.

4. Beratung und Kosten

Fragen Sie in der Erstberatung nach den zu erwartenden Gesamtkosten. Bei geringem Einkommen kommt Verfahrenskostenhilfe in Betracht; halten Sie Einkommensnachweise, Mietvertrag und laufende Belastungen bereit.

5. Einigung pruefen, bevor Sie beantragen

Mediation und Beratung beim Jugendamt nach Paragraf 165 FamFG sind schneller und guenstiger als ein streitiges Verfahren. Ein Antrag bleibt danach weiter moeglich.

6. Wenn ein Gutachten angeordnet wird

Lassen Sie sich den Beweisbeschluss zustellen, fuehren Sie ein eigenes Terminprotokoll und pruefen Sie das fertige Gutachten gegen die 19 Fragen des Selbstchecks.

7. Diese Woche

Protokoll anlegen. Unterlagen sortieren. Beratungstermin vereinbaren. Verfahrenswert und Kosten ueberschlagen. Zwei dokumentierte Faelle lesen, die Ihrer Lage aehneln.

Mehr dazu: mein-einzelfall.de/fuer-eltern/, [/verfahrenshilfen/](https://mein-einzelfall.de/verfahrenshilfen/), [/kosten/](https://mein-einzelfall.de/kosten/), [/glossar](https://mein-einzelfall.de/glossar/)

Keine Rechtsberatung. Stand: September 2026.