

# Checkliste: Hilfe bei einer Trennung

Eine Trennung ist nie einfach und oft kann man diese nicht alleine bewältigen. Das müssen Sie zum Glück auch nicht:

- **Psychotherapeut:** Er hilft Ihnen dabei, mit der Beziehung abzuschließen.
- **Trennungsbewältigungsgruppe:** Mit anderen Gleichgesinnten zu reden hilft Ihnen, über den Trennungsschmerz hinwegzukommen und lenkt Sie davon ab.
- **Internetforen:** Auch hier finden Sie Gleichgesinnte und können sich austauschen. Sie geben sich gegenseitig Halt und Rat.
- **Freunde:** Reden Sie mit Freunden über Ihren Trennungsschmerz. Diese werden Sie in dieser schweren Zeit unterstützen.

## Was möchten Sie jetzt tun?

Wir begleiten Sie mit folgenden Services schnell und sicher durch Ihr Scheidungsverfahren:

- **Gratis-Infopaket**
- **Kostenvoranschlag**
- **Scheidungsantrag**

 Diese und weitere Leistungen finden Sie unter:  
[www.scheidung.de/scheidung-online.html](http://www.scheidung.de/scheidung-online.html)

Hinweis:

Dieses Dokument ist nach bestem Wissen erstellt worden. Trotzdem können wir keine Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Ausführungen und Formulierungen übernehmen. IurFRIEND® AG. All rights reserved.