



STARK

Streit und Trennung meistern
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung

www.stark-familie.info



Einsatz von STARK in der Beratung

Anregungen für die Beratungspraxis

STARK kann Fachkräfte in der Beratung zu Partnerschaftskrisen, Trennung und Scheidung gezielt unterstützen – vor, während und nach dem Beratungsgespräch. Im Folgenden finden Sie konkrete Anregungen, wie STARK in den unterschiedlichen Phasen einer Beratung sinnvoll eingesetzt werden kann.

📅 erstellt am 12.06.25



Was erwartet Sie in diesem PDF?

Hier erhalten Sie Informationen zu den folgenden Themen:

- › Möglichkeiten zur Nutzung von STARK vor Beginn einer Beratung
- › STARK als unterstützendes Werkzeug im Beratungsprozess
- › STARK nach der Beratung – zur Vertiefung und Unterstützung im Alltag



Möglichkeiten zur Nutzung von STARK vor Beginn einer Beratung

STARK kann bereits vor dem ersten Beratungsgespräch sinnvoll eingesetzt werden, um sowohl Ratsuchende als auch Fachkräfte zu entlasten und den Beratungsprozess gezielter zu gestalten.

- › **Wartezeiten sinnvoll überbrücken**
In Zeiten hoher Nachfrage kommt es häufig zu Wartezeiten bis zum ersten Beratungstermin. Bereits bei der Terminvereinbarung kann auf STARK verwiesen werden, damit Ratsuchende schon vorab erste Informationen erhalten und sich orientieren können. So entsteht das Gefühl, nicht „allein gelassen“ zu werden, und ein erster Zugang zum Thema wird erleichtert.
- › **Gezielte und effektivere Beratung durch Vorinformation**
Wenn Ratsuchende sich im Vorfeld auf STARK über die für sie relevante Themen informiert haben, kann die Beratungszeit besser für die Bearbeitung individueller Anliegen genutzt werden. Das ermöglicht ein gezielteres Eingehen auf persönliche Fragestellungen. Es ist hilfreich, bei der Terminvereinbarung bereits auf passende Themenbereiche auf der Website hinzuweisen – so finden Ratsuchende schneller, was für sie relevant ist.
- › **Reine Informationsanliegen erübrigen sich**
In manchen Fällen reicht die auf STARK bereitgestellte Information bereits aus, um einfache Fragen zu klären. So kann es vorkommen, dass Ratsuchende nach dem Besuch der Website keinen weiteren Beratungsbedarf haben – insbesondere dann, wenn es um allgemeine rechtliche oder organisatorische Fragen geht. Das schafft Freiräume für Beratungen, bei denen ein höherer Unterstützungsbedarf besteht.

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



STARK als unterstützendes Werkzeug im Beratungsprozess

Auch während der Beratung kann STARK auf vielfältige Weise unterstützend eingesetzt werden. Die Plattform bietet fundierte Inhalte und alltagsnahe Materialien, die dabei helfen, Gespräche zu strukturieren, Themen zu vertiefen und neue Perspektiven zu eröffnen.



➤ **Klärung ergänzender Themen**

Im Beratungsverlauf tauchen häufig Fragen auf, die über das aktuelle Gesprächsthema hinausgehen – etwa Scheidung. STARK bietet hierzu fundierte, von Fachleuten aufbereitete Informationen, die direkt gemeinsam in der Beratung aufgerufen und eingeordnet werden können.

➤ **Materialien als Gesprächsbasis nutzen**

Die auf STARK verfügbaren Videos, Audios, interaktiven Einschätzungshilfen und PDFs eignen sich hervorragend, um zentrale Themen verständlich und lebensnah aufzubereiten. Das gemeinsame Anschauen oder Bearbeiten kann als Einstieg in schwierige Themen dienen und schafft eine Gesprächsatmosphäre, in der Ratsuchende sich eher öffnen – insbesondere, wenn Sie als Fachkraft dabei unterstützend einordnen, statt alleinige Informationsquelle zu sein.

➤ **Kinder- und Jugendbereich als Perspektivwechsel nutzen**

Die Inhalte für Kinder und Jugendliche sprechen diese Zielgruppe direkt und altersgerecht an – sie können aber auch für Erwachsene ein hilfreicher Anstoß sein, um sich in die Perspektive ihrer Kinder hineinzusetzen und deren Bedürfnisse besser zu verstehen.

➤ **Emotionen erkennen und benennen – auch bei Erwachsenen**

Besonders der Bereich zum Umgang mit Gefühlen, ursprünglich für Kinder und Jugendliche entwickelt, bietet auch für Erwachsene wertvolle Impulse. Viele Ratsuchende sind stark emotional beansprucht, ohne sich dessen voll bewusst zu sein. Der Themenbereich kann helfen, dies sichtbar zu machen und zu erkennen, dass es sinnvoll sein kann, zunächst eigene Emotionen zu reflektieren – bevor z. B. eine belastete Kommunikation mit dem anderen Elternteil angegangen wird.

➤ **Angebot für jüngere Kinder gemeinsam nutzen**

Auch wenn die Kinder- und Jugendseiten primär für Kinder ab 11 Jahren konzipiert wurden, können viele Inhalte bereits für Grundschulkindern nutzbar sein – sofern sie gemeinsam mit einer erwachsenen Bezugsperson angesehen und besprochen werden. So kann STARK auch in Gesprächen mit Eltern helfen, kindgerechte Informationen zu vermitteln.



STARK nach der Beratung – zur Vertiefung und Unterstützung im Alltag

Auch im Anschluss an das Beratungsgespräch kann STARK eine wertvolle Unterstützung bieten. Ratsuchende erhalten so die Möglichkeit, zentrale Inhalte eigenständig zu vertiefen und Gelerntes in ihren Alltag zu übertragen.

➤ **Themen gezielt nachlesen und vertiefen**

Inhalte, die im Gespräch angesprochen wurden, können auf STARK nochmals in Ruhe nachgelesen werden. Das stärkt das Verständnis und unterstützt die nachhaltige Auseinandersetzung mit dem Thema. Hilfreich ist es, Ratsuchenden gezielt passende Themenbereiche oder konkrete Seiten zu empfehlen, um die Orientierung auf der Website zu erleichtern.

➤ **Ausdruckbare PDFs als Handreichung mitgeben**

Informationen kompakt zusammengefasst sind. Diese können im Beratungsgespräch ausgedruckt und als Merkblatt oder Gesprächsstütze mitgegeben werden – etwa zu rechtlichen Grundlagen, Kommunikationshilfen oder zur Gestaltung von unbelasteten Übergaben und Wechsel.

➤ **Übungen für zu Hause zur Alltagsunterstützung**

Auf STARK finden sich auch praktische Übungen z.B. im Bereich Stressmanagement oder Selbstfürsorge, die eigenständig durchgeführt werden können. Sie helfen dabei, Impulse aus der Beratung in den Alltag zu übertragen und fördern die Selbstwirksamkeit der Ratsuchenden.