

Niet tegen, maar mét elkaar!

Settlement bestaat sinds 2004 en is een landelijk werkende organisatie. Settlement werkt vanuit de visie "Niet tegen, maar mét elkaar!" en wil mensen beter informeren, adviseren en begeleiden tijdens en na een (echt)scheiding om zo de gevolgschade zoveel mogelijk te beperken. Settlement biedt daartoe verschillende diensten aan zoals:

- (Familie) Mediation
- Gesprekken met kinderen
- Ouderschapsregeling
- Scheidingsbegeleiding van A tot Z
- Kinderalimentatie
- Zorg na scheiding



Meer informatie

Wilt u meer weten over onze dienstverlening en wat wij voor u kunnen betekenen?

Bel gerust naar ons hoofdkantoor in Hardinxveld Giessendam om een afspraak te maken bij een vestiging bij u in de buurt.

Hoofdkantoor

Settlement
Moerbeij 9 3371 NZ
Hardinxveld-Giessendam

Telefoon: 085 - 043 44 66
Email: info@settlement.nl

Meer informatie: www.settlement.nl

• *Wilt u een gratis informatiegesprek? Neem dan contact met ons op.*



Hoe vertellen we het de kinderen?

“Als ouders scheiden, scheiden de kinderen mee”

Als kind kies je er niet voor dat je ouders gaan scheiden. Eenmaal in die situatie vinden kinderen het vaak moeilijk om te zeggen wat ze voelen of willen. Het liefst blijven ze immers loyaal aan beide ouders. Kinderen piekeren over de vraag waar ze gaan wonen en hoe vaak ze de andere ouder zullen zien. Ook voor u geldt dat uit elkaar gaan pijn doet en zwaar kan zijn. En het is extra moeilijk als u kinderen heeft.

Veel ouders worstelen in een (echt)scheiding dan ook met de vraag hoe ze het moeten vertellen aan hun kind(eren). In deze brochure staan tips en suggesties. U kunt bij Settlement terecht voor advies en deskundige begeleiding. Maak gerust een afspraak voor een gratis informatiegesprek.



Kind en scheiding

Voor kinderen is het gezin een vanzelfsprekende situatie. Een (echt)scheiding verbreekt dat. Het gezin zoals het was, komt nooit meer terug. Ieder kind heeft tijd nodig om dit verlies te aanvaarden.

Alles wat vertrouwd was, gaat ineens veranderen voor kinderen als hun ouders uit elkaar gaan. Kinderen vragen zich af wat er nu allemaal gaat gebeuren.

Er is spanning, onzekerheid, verdriet en soms ook schaamte. Kinderen worstelen met vragen die ze niet durven of kunnen stellen en voelen zich vaak heen en weer geslingerd tussen hun eigen verdriet en het verdriet van hun ouders.

Iedere (echt)scheiding wordt ook door elk kind anders ervaren. Zeker is dat kinderen een onzekere tijd in gaan. Ze weten niet wat er staat te gebeuren en wat de scheiding voor hen precies betekent.

Een kind moet weer vertrouwen winnen in de situatie en in zichzelf. Alle gevolgen zijn logisch en niet onvermijdelijk, maar zeker ook niet onoverkomelijk.

Een (echt)scheiding vraagt veel van het aanpassingsvermogen van een kind. Het kan spanningen met zich meebrengen, waardoor er emotionele of gedragsproblemen kunnen ontstaan. Kinderen zijn gevoelig voor de emoties van hun ouders

• *“Als partners kun je scheiden, ouders blijf je echter altijd”*

Hoe vertel je het?

Op het moment dat de beslissing is genomen om uit elkaar te gaan, zal u dit ook aan uw kind(eren) moeten vertellen.

Voor kinderen is het belangrijk om te weten wat er aan de hand is. Ook zij voelen spanning. Dit gesprek kunt u het beste samen als ouders doen.

Schuif de scheidingsmelding (ondanks uw eigen emoties) niet te ver voor u uit. U wilt immers voorkomen dat anderen het aan uw kind(eren) vertellen.

Zoek een rustig moment uit waarvan u weet dat er voldoende aandacht en rust is, voor uzelf en voor uw kind(eren). Dus niet vlak voor het slapen gaan of voor het naar school gaan.

Vertel, als beide ouders, samen dat jullie besloten hebben om uit elkaar te gaan. Scheiden is iets tussen ouders en niet tussen ouders en hun kind(eren).

Het is voor kinderen belangrijk dat beide ouders tijdens de scheidingsmelding in ieder geval vertellen dat zij niet hoeven te kiezen tussen de ene en de andere ouder, dat zij niet de schuld zijn van de (echt)scheiding en dat u beiden van hen blijft houden.

Breng de scheidingsmelding samen als liefhebberende ouders en niet als strijdende ex-partners. Ga daarbij, ondanks uw eigen emoties, respectvol met elkaar om.

Spreek niet in negatieve bewoordingen over elkaar. Blijf neutraal over de andere ouder.

Benadruk dat de scheiding definitief is. Dit is belangrijk om geen valse hoop te creëren. Beloof uw kind(eren) geen dingen die u niet kunt waarmaken.

Ook al houden jullie niet meer van elkaar, benadruk dat jullie allebei blijven houden van uw kind(eren). De liefde voor uw kind(eren) gaat immers nooit over.

Geef alleen informatie over de oorzaak van de (echt)scheiding die voor uw kind(eren) begrijpelijk is.

Geef uw kind(eren) ruimte om vragen te stellen. Uw kind voelt zich dan minder angstig, ontzet en eenzaam.

Geef uw kind(eren) de tijd en gelegenheid om de scheidingsmelding te verwerken.

Licht de mensen in uw omgeving in zodat zij voor opvang kunnen zorgen wanneer dat nodig is. Plotselinge veranderingen in het gedrag van uw kind(eren) worden dan beter begrepen.

Probeer zoveel mogelijk het gewone ritme, gewone gebruiken en bekende regels te behouden. Dit geeft uw kind(eren) houvast en zekerheid.

Laat het uw kind(eren) direct weten als er belangrijke veranderingen gaan plaatsvinden. Dit helpt bij de verwerking.

Gun uw kind de andere ouder. Ouders blijf je immers voor altijd!

• *“Nooit gedacht dat mijn ouders zouden scheiden”*



Kindgesprek

In de praktijk blijkt dat veel kinderen behoefte hebben om met een neutrale derde partij een gesprek te voeren, waarin zij zich vrij kunnen uiten zonder bang te hoeven zijn dat papa of mama boos of verdrietig wordt.

Settlement biedt gratis een kindgesprek aan tijdens de (echt)scheiding.