

HAPPY BEGINNINGS start with HAPPY ENDINGS...



**In 2013 werden meer kinderen dan ooit de dupe van een
vechtscheiding. Het lijkt niet te voorkomen! Toch zijn er ook
ouders die hun scheiding een happy ending geven...**

Als je aan een kind vraagt wat zijn/haar grootste angst is zullen de meesten zeggen dat ze bang zijn dat hun ouders uit elkaar gaan! Toch krijgen iedere dag 270 kinderen deze nare mededeling te verwerken. Over de gevolgen van echtscheiding voor de kinderen zijn talloze onderzoeksrapporten en boeken gepubliceerd en inmiddels zijn er ook speciale programma's voor kinderen zoals KIES en Jes om ze te helpen de gevolgen van een echtscheiding te verwerken! Kinderen hebben het meeste last van de chronische ouderlijke conflicten voorafgaand aan, tijdens en na de scheiding. Deze conflicten zorgen er voor dat kinderen verschillende psychosociale ontwikkelingsstoornissen kunnen krijgen en lopen op latere leeftijd een groter risico op depressie en het

aangaan van ongezonde relaties. Wat opvalt is dat de Nederlandse interventies zich vooral richten op de kinderen en niet op de ouders. Uiteraard kunnen ouders gebruik maken van mediators en advocaten, maar deze dienen toch vooral het praktisch belang van een echtscheiding. Anders dan in andere landen zijn in Nederland educatie of opvoedprogramma's voor ouders om hun kinderen door een scheiding heen te coachen relatief onbekend. Jammer, want er is veel dat ouders zelf kunnen doen om hun kinderen een nare scheiding te besparen! Gelukkig eindigen niet alle scheidingen in een vechtscheiding en er zijn zelfs ouders die het zo goed doen dat ze als Gelukkig Gescheiden door het leven gaan. Wat is het geheim van Gelukkig Gescheiden

Gezinnen? Er zijn 5 stappen die gelukkig gescheiden ouders nemen die ervoor zorgen dat zij en hun kinderen goed door de scheiding heen kunnen komen!

1. Deze ouders weten zeker dat zij er alles aan hebben gedaan om hun relatie of huwelijk te redden. Zij hebben geen last van schuldgevoelens naar elkaar of de kinderen. Zij erkennen dat een scheiding de beste oplossing is voor het gezin. Deze belangrijke stap gaat over erkenning/ acceptatie.
2. Deze ouders hebben hun persoonlijke emoties over de relatie en de aanstaande scheiding verwerkt. Ze staan neutraal tegenover elkaar en zijn in staat om bij al hun beslissingen de belangen van hun kind(eren) op de eerste plaats te zetten. Deze stap gaat over neutralisatie van emoties en je kind boven jouw persoonlijke belang stellen!

KINDEREN ZIJN PRIMA IN STAAT ZICH AAN TE PASSEN AAN NIEUWE SITUATIES!



3. Deze ouders hebben zich praktisch en juridisch goed voorbereid op de scheiding en een ouderschapsplan opgesteld waarin ook de wensen van de kinderen zoveel mogelijk zijn meegenomen.

4. Gelukkig gescheiden ouders hebben hun rol verandert in die van co-ouder en hun opvoedstijl aangepast aan de nieuwe situatie.

5. Gelukkig gescheiden ouders hebben hun onderlinge relatie aangepast van partners naar co-ouders en stellen daarbij de behoeften van hun kind op de eerste plaats. Respect voor de andere co-ouder is daarbij vanzelfsprekend.

Veel ouders geven aan dat het verwerken van hun persoonlijke emoties cruciaal is geweest voor het welslagen van een gelukkige scheiding. Op deze wijze konden ze uit het conflict blijven en hun kinderen beter begeleiden. Aandacht voor de emotionele en psychische kant van scheiden zal de komende jaren steeds belangrijker worden naarmate het aantal co-ouderschappen stijgt. Nu al is er een stijging waar te

nemen van 5% naar 27%! Co-ouderschap vraagt vaardigheden qua onderhandelen en kan alleen succesvol zijn als ouders uit hun persoonlijke conflict kunnen stappen! Zolang een van de ouders teveel last blijft houden van wrok, rancune of een andere onverwerkte emotie zal dit een neutrale onderhandeling in de weg blijven zitten en betalen de kinderen daar de prijs voor. De ervaring leert dat alle ouders het beste voor hun kinderen willen en er zwaar onder lijden als ze hun kind de ervaring van een scheiding moeten aandoen. Het is dan ook onwetendheid en geen onwil die ervoor zorgt dat ouders er niet in slagen het goed aan te pakken! Er is echter veel dat ouders zelf kunnen doen om uit een vechtscheiding te blijven of eruit te komen! Door zich goed voor te bereiden en hun eigen verwonding te helen kan een echtscheiding voor een kind zelfs een leerzame ervaring zijn en hoeft het geen trauma te worden.

Kinderen blijken prima in staat om zich, onder de veilige en koesterende begeleiding van hun ouders, aan te passen aan nieuwe

omstandigheden. Het NJI-rapport (2013) geeft aan dat er sterke aanwijzingen zijn dat een goed leerprogramma voor ouders het opvoedgedrag van ouders tijdens en na een scheiding positief zal veranderen.

Vanaf januari 2014 start de nieuwe methode **Gelukkig Gescheiden**.

Ouders die uit elkaar gaan, of gezinnen die in een vechtscheiding zijn beland, kunnen zich NU inschrijven voor een Gelukkig Gescheiden Training of programma van 4 maanden. Dit unieke programma leert jou om de scheiding op een goede manier te verwerken en geeft je de vaardigheden om te starten met jouw nieuwe leven! Het programma is gebaseerd op de *Reversie- en Parenting Through Change* methode.

Een happy beginning kan in 2014 starten met een happy ending!

Meer informatie over de Gelukkig Gescheiden methode is te vinden op www.de-kinder-vlinder.nl
Wanda Vendrig
Gezinscoach