

JULI 2022

NIEUWSBRIEF

ALS SCHEIDING JE LEVEN TREFT....

ONTMOETINGSVOND ALS SCHEIDING JE LEVEN TREFT..

Op 28 juni was het thema: van Wij naar jij en ik!

Wanneer je een relatie samen hebt gehad heb je een hechtingsproces doorlopen. Van alleen naar samen het huwelijk in, is een hechtingstaak.

Wanneer je kinderen hebt mogen krijgen zie je hoe de hechting verloopt. Kinderen die vanuit de veilige havenbasis gaan verkennen en weer terug komen voor bevestiging, bemoediging, stimulatie en weer opnieuw naar buiten kunnen exploreren.

Zo is dat in een volwassen leven ook vergelijkbaar. Wanneer je huwelijk een stevige basis is gaan vormen. Dan heb je elkaar kunnen bemoedigen en bevestigen, zodat jullie een veilige 'Wij' worden. Helaas ben je in de omstandigheden gekomen waardoor het proces is gestagneerd. De gebrokenheid van deze wereld ervaar je aan de lijve. Dat is pijnlijk en verdrietig.

En nu je vanuit een relatie van 'wij' weer naar jij en ik moet gaan, staat er weer een onthechtingstaak te wachten. Ook al was een relatie zwaar en ingewikkeld. Het is echt wat anders, wanneer de scheidingsknop is ingedrukt.

AGENDA 2022

6 september

Solo ouderschap

De vakantie is voorbij. Het schoolseizoen is begonnen. Hoe doe je dat? Wanneer overleg je wel of niet? Werk je samen of juist niet? Of ben jij degene die de kinderen weinig ziet? Hoe blijf je dan de betrokken ouder?

Anmelden voor 2 september
via

ontmoetingsavond@forestconsult.nl

Bijdrage € 12,50

Volgende data zijn:

DV

1 november

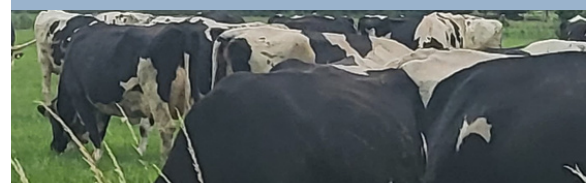
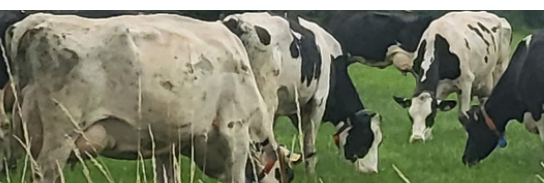
Meer informatie is te vinden op de website.

Tijdens de ontmoetingsavonden wordt er gevoelige en persoonlijke informatie met elkaar gedeeld. Het is belangrijk dat wij allemaal vertrouwelijk omgaan met de informatie die besproken is.

Houten

www.forestconsult.nl

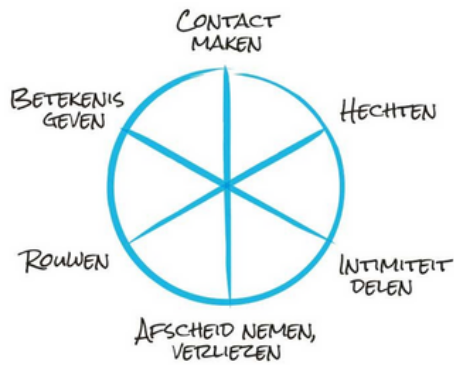
(06) 146 28 389



"Als deze boog in de wolken is, zal Ik hem zien, en denken aan het eeuwig verbond tussen God en alle levende wezens."

Genesis 9:16

TEXT AND PHOTOS BY FORESTCONSULT



Afscheid nemen en verliezen

Wanneer je relatie al langer vol wanhopige problemen was en je steeds meer gedwongen wordt om een keuze te maken. Is dat zeer pijnlijk. Wanneer de ander de keuze heeft gemaakt om uit jullie relatie te stappen, is de klap vaak vrij plotseling. Maar allemaal heb je te maken met afscheid nemen, verliezen. Geestelijke vragen van waaroms, is dit wat God van mij vraagt. Duikelen over je heen. Het verliezen van: dromen, perspectieven, de basis en onzekere toekomst vol onduidelijkheden is als een gapend gat voor je.

Aan **Rauw rouwen** kom je pas toe wanneer er meer duidelijk is. Het zand is gaan liggen en je **betekenis moet gaan geven** aan een leven als gescheiden mens. Een wereld waar je nooit eerder over nagedacht had. De pijn die als een golf over je heen stroomt, ebt na 90 seconden weer weg. En weer komt er een golf die daarna weer wegebt. Laat de pijn komen en weet dat hij weer weggaat. Belangrijk is om in deze fase je netwerk als supporters in te zetten. Neem je emotionele momenten van verdriet, boosheid en pijn. Schudt daarna je veren en bel iemand om even koffie te gaan drinken. Of stap op de fiets naar buiten. kom in beweging!

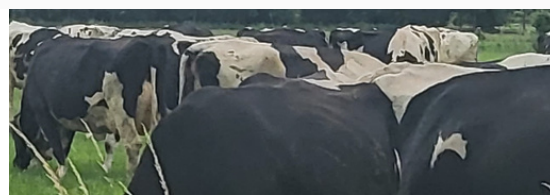
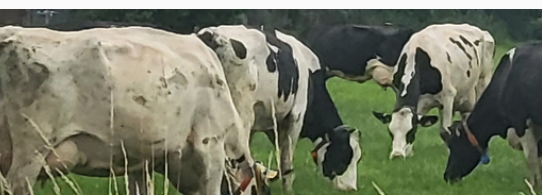
Spurgeon

We begonnen de bijeenkomst met een stukje van Spurgeon over de regenboog. (genesis 9:16) Laten we zijn als kinderen als we denken aan Christus. laten we kijken, kijken en nog eens goed kijken, laten we verlangen om bij Hem te komen. Want in tegenstelling tot de regenboog kunnen we wel bij Hem komen. Denk aan Gods belofte toen Hij de boog zag en aan het moment dat Hij voorbij ging toen Hij het bloed zag. De Christen kan zich verheugen in Gods trouw. (365xSpurgeon, levenslicht.org) Een bemoediging om niet te laten liggen. Kom tot Hem, allen die vermoeid en belast is.

Vakantie

De komende weken hebben de kinderen vakantie van school. Een pittige periode waarin wisselingen wel of niet naar de andere ouder gaan, zich afwisselt. Wanneer er geen of volwassen kinderen zijn, is het ook een tijd met minder reuring. Een periode waarin eenzaamheid op de loer ligt. Blijf niet hangen maar zoek elkaar op. Probeer echt ook zelf een stap te zetten naar de ander toe.

Geniet van de natuur. De zon op je huid. Muziek en stille tijd kan je helpen om tot rust te komen. Juist in die stille tijd met Hem, wens ik je de rust en vrede toe!



FORESTCONSULT VOOR PSYCHOSOCIALE HULPVERLENING

Sociaal media:

Vanaf de bank thuis:

Sociaal media: Op facebook is er een besloten groep: **Christelijk alleenstaande ouders 1.0**, waar je lid van kan worden. Als je interesse hebt; Meld je aan. **Let op;** Via Messenger ontvang je een aantal vragen die je eerst moet beantwoorden.

Op de site **www.zorgnaechscheiding.nl** kan je de agenda vinden van diverse activiteiten in Christelijk Nederland.

Er is een **podcast** van het **RD/Bij ons thuis** over **een-oudergezinnen**. Deze is o.a. te beluisteren via spotify en Itunes en staat op de website.

Er is een **podcast** van **Christelijkemediator.nl**, via de site en spotify, soundcloud.com te beluisteren: **15-na-de-scheiding-begint-het-echt**

Activiteiten waarin ontspanning en ontmoeting centraal staan worden regelmatig georganiseerd door Wilbert, Elze, Irma en Lydian. Je kan voor meer informatie een mail sturen naar gescheidenennuverder@gmail.com

Mogelijkheden Forestconsult

- Ouderschap na scheiding (ONS)
- Parallel ouderschap
- Samen werken aan contactherstel
- Thema echtscheiding bespreken binnen kerkenraden, school of gemeente-avond.

Individuele begeleiding bij echtscheiding

Het kan zijn dat je merkt op een ontmoetingsavond dat het thema je raakt. Dat bepaalde pijn je verlamt om een nieuwe stap te kunnen zetten.

Herken je dit en weet je niet goed hoe je dit kan ombuigen?

Bel of mail gerust. Mogelijk kan ik van waarde zijn tijdens een **individueel** traject. Vanuit het aanvullende pakket is er een (gedeeltelijke)vergoeding mogelijk.

Jeugd & Opvoedhulp is mogelijk vanuit de gecontracteerde gemeenten: Lekstroom, Vijfheerenlanden en Utrecht West.

Voor vragen, tips, ideeën voor een thema, mail naar info@forestconsult.nl.

Met vriendelijke groet,

Annelies Bos
Psychosociaal therapeut
Systeemtherapeutisch werker

