

APRIL 2023

# NIEUWSBRIEF

## ALS SCHEIDING JE LEVEN TREFT...

ONTMOETINGSVOND ALS SCHEIDING JE LEVEN TREFT...

Op 21 maart was het thema: Losmaken & Loslaten.

Wat fijn dat er steeds meer mensen de weg weten te vinden naar de ontmoetingsavond; Als scheiding je leven treft...

Eenzijds verdrietig dat de behoefte aanwezig is. Anderzijds de mogelijkheid is er om elkaar te ontmoeten, te bemoedigen en de weg verder te gaan.

Met elkaar hebben we stil gestaan bij het verschil van losmaken en loslaten. Bij **losmaken** zit een actief element aan. Je maakt je bewust los van een situatie, een partner, je werk. Je stopt er bewust mee om te blijven trekken en laat de verantwoordelijkheid bij de ander. Je pakt je eigen cirkel van invloed op. Er zit ook een verdrietig element in. Je moet je van iets losmaken, terwijl je het misschien anders had gewild.

Bij **loslaten** gaat het om anders verbinden. Je geeft de ander ruimte om te groeien. Vaak vindt loslaten in een opvoedingsproces plaats. Je kind is groter of zelfs volwassen aan het worden en heeft jouw vertrouwen nodig om de wereld om zich heen te ontdekken. En eigen keuzes leren maken.

### AGENDA 2023

**6 juni:**

Vakantie!!

Hoe vul je deze in? Zorgen voor de ander of heb je ook oplaadmomenten voor jezelf?

Opgeven uiterlijk 2 juni 12.00 uur.  
Aanmelden via  
[ontmoetingsavond@forestconsult.nl](mailto:ontmoetingsavond@forestconsult.nl)  
Bijdrage € 12,50

Meer informatie op de agenda van 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](http://www.forestconsult.nl)

(06) 146 28 389

*'De Heere zal voor u strijden, en ú moet stil zijn.'*

Exodus 14:14

TEXT AND PHOTOS BY FORESTCONSULT

Losmaken en loslaten staat in relatie tot de hechting die je hebt ervaren. Als kind, van je ouders of andere verzorgers die jou geleerd hebben dat je onvoorwaardelijk op hen terug kan vallen.

Bowlby noemt vier hechtingstijlen: Veilig gehecht, vermijdend, angstig en gedesoriënteerd. Deze hechtingstijl heeft invloed op je relaties in het volwassen leven.

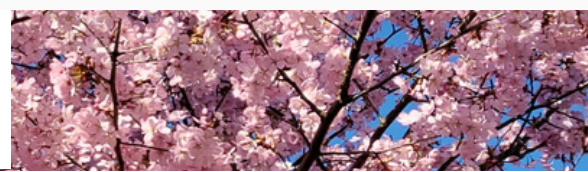
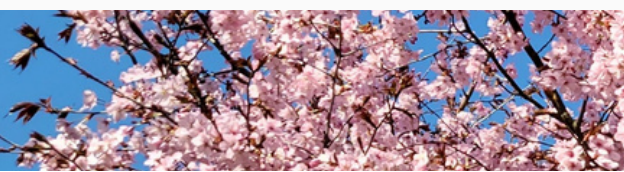
Na je kindertijd zijn er ook andere belangrijke personen die een bijdrage leveren aan hechting. Vaak zie je dat twee verschillende hechtingstijlen elkaar aantrekken omdat de een de redder wil zijn en de ander zich vastklampt. Dat geeft binnen een huwelijk spanningen. Wanneer je als volwassene regelmatig getriggerd wordt vanuit je pijnpunten en het lukt je niet om dit patroon samen te doorbreken. Dan wordt het een extra uitdaging voor een relatie. Het patroon tussen beide mensen raakt verstoort. Met deskundige hulp is het mogelijk om het patroon te herkennen en te doorbreken. Wanneer er niets verandert is het risico op een scheiding groot.

We begonnen de avond met het lezen uit; Vandaag met Jezus van Sarah Young; *Ik zal voor je strijden, je hoeft zelf niets te doen*. Ik weet hoe moe je bent, mijn kind. Je hebt geworsteld om je hoofd boven water te houden, en je bent aan het eind van je krachten. Nu is het tijd om al je pogingen te stoppen en Mij voor je te laten strijden. Ik weet dat dit niet gemakkelijk is.

Je hebt het gevoel dat je moet blijven vechten om te overleven, maar ik vraag je om te rusten in Mij. Ik ben voor jou aan het werk; dus *Staaak de strijd, en erken dat Ik God ben*.

In deze strijd om controle te houden, heeft je verstand een zelfstandige, onafhankelijke positie ingenomen. Maar je hebt de hulp van de Heilige Geest nodig. Vraag Hem om meer en meer te doen wat Hij wil en je van binnenuit tot rust te brengen.

Het stuk raakt de deelnemers. Herinneringen komen boven. Het is fijn wanneer er openheid is en de aanwezigheid van de Heere gevoeld wordt.



## FORESTCONSULT VOOR PSYCHOSOCIALE HULPVERLENING

### Activiteiten:

Regelmatig worden er ontspannende activiteiten georganiseerd door Wilbert, Elze, Irma en Lydian. Voor meer informatie kan je mailen naar: gescheidenennuverder@gmail.com

### 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.zorgnaechtscheiding.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.

Ook heeft de **Reformatische omroep** bij **vrouw in beeld** een interview gehad over het thema scheiding.

### Mogelijkheden Forestconsult

- Ouderschap na scheiding (ONS)
- Parallel ouderschap
- 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 de aanvullende verzekering 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](mailto:info@forestconsult.nl).



Happy  
Holidays!

26 APRIL-5 MEI  
GESLOTEN

Met vriendelijke groet,

Annelies Bos  
Systeemtherapeutisch werker  
Contextueel therapeut i.o.