

NIEUWSBRIEF

ALS SCHEIDING JE LEVEN TREFT....

ONTMOETINGSAVONDEN

Helaas zitten we midden in de lockdown vanwege Covid-19. Dit heeft ingrijpende gevolgen op ons leven. Ook voor ons. Wij hebben de ontmoetingsavonden op een laag pitje gezet.

Tegelijkertijd heeft de lockdown ook binnen het gescheiden leven grote impact. De kerstdagen die in quarantaine moesten worden doorgebracht. Voor ouder en kind viel dit niet mee.

De onzekerheid rond wel of niet naar de andere ouder gaan. De angst dat je kinderen het virus meebrengen naar jouw huis. Het thuisonderwijs, waardoor er geen moment is voor opladen van een alleenstaande ouder.

Het machtsmisbruik die bij hoogconflict scheidingen weer oplaait.

Ik zie hele verdrietige situaties ontstaan, waar kinderen last van hebben. Waar ze klem zitten tussen beide ouders en tegelijkertijd niet durven te zeggen wat ze echt willen. Het is moeilijk om echt te horen wat kinderen willen, omdat ze vaak zeggen wat de andere ouder wil horen. Voor hulpverleners is het moeilijk om daar een vinger achter te krijgen. Loyaliteit speelt een grote rol. Naast dat kinderen weer thuis onderwijs volgen, zijn er ook ingrijpende gebeurtenissen die impact kunnen hebben.

AGENDA 2021

Vanwege de Covid19 omstandigheden zijn er geen ontmoetingsavonden.



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 het leven soms pijn doet en de storm gaat te keer, in een tijd van moeite en verdriet. Alsof de zon niet meer opkomt en het altijd donker blijft en de ochtend het daglicht nooit meer ziet."

Elisa Krijgsman

TEXT AND PHOTOS BY FORESTCONSULT

Bijvoorbeeld het overlijden van familieleden door Covid-19. Helaas hebben wij 'in ons gezin' meegemaakt dat in een paar dagen tijd de opa en de oma van de kinderen zijn overleden. De heftigheid wanneer de dood in het gezin komt. De beslissende factor die jij als ouder hebt door hoe je dit als ouder(s) gaat doen voor de kinderen. Het is afhankelijk van hoe je zelf als ex-partner staat ten opzichte van het samen ouders zijn. Wanneer het lukt om dit onderscheid (met Gods hulp) te maken ben je al weer verder in je eigen proces. Ik ben dankbaar dat wij voor de kinderen die ouder-pet op konden zetten.

Parallel ouderschap

In deze nieuwsbrief wil ik graag aandacht vragen voor het onderwerp **parallel ouderschap**. Wat is dat eigenlijk?

De laatste jaren is er steeds meer een ontwikkeling gaande dat er vooral veel overleg moet komen tussen ouders na een scheiding. Echter in de praktijk merk je dat elk overleg het conflict verdiept. Sinds dat het ouderschapsplan verplicht is gesteld bij een scheiding, zijn de conflicten ook toegenomen. Een rechter legt vaak een mediationtraject op om ouders in gesprek met elkaar te brengen. Er zijn echter situaties waardoor dit niet helpend is. Integendeel.

Gelukkig komen er meer tegengeluiden. Parallel ouderschap is er daar een van. Wanneer je merkt dat men op de conflictladder (van Glasl) vooral in de situatie winnen en verliezer zijn terecht gekomen. Is een mediationtraject niet meer helpend.

Ouders zijn niet meer in staat om in aanwezigheid van de ander naar hun eigen stuk te kijken. Het is onveilig om kwetsbaar te zijn naar elkaar. Terwijl men dat wel verwacht. Dat is totaal niet logisch.

Het werkt beter om ouders te helpen om hun gezinsreorganisatie te normaliseren. Het is een moeilijke fase die pijn doet. Waarbij elke ouder zijn eigen verantwoordelijkheid gaat leren zien. De focus komt te liggen op: hoe wil ik ouder voor mijn kind(eren) zijn. Hoe kan ik herstellen van de pijn die ik ervaar. Het vergt moed om deze stap te kunnen maken.

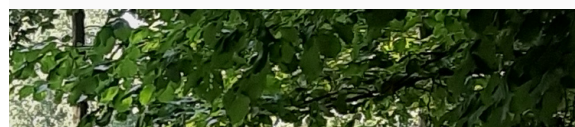
Wanneer men bewust wordt van de nutteloze energie die elke keer gestoken wordt in de conflicten, realiseert men dat er een keuze is om het anders te doen. De cirkel van invloed is alleen bij jezelf. Het zorgt er voor dat er bestaansrecht voor de andere ouder komt. Dat geeft lucht en ruimte voor jezelf en voor de kinderen.

Parallel ouderschap is een houding waardoor je leert omgaan met je eigen pijn. En daardoor ook voor de kinderen te zorgen om hun eigen plek naar beide ouders in te nemen. Daardoor sta je als ouders meer open voor de weerbaarheid van je kinderen en maak je gebruik van de ondersteuning van je netwerk. In een paar regels is parallel ouderschap samengevat. Het doen vergt veel meer. Wil je meer weten dan kan je dit lezen in het praktische boek: "Blijven staan ondanks de storm."

Ook wanneer er weinig contact is met de kinderen staan hier praktische tips in genoemd.

Ik merk in de praktijk vaak dat je als ouder denkt dat je een kind alle vrijheid geeft om van beide ouders te mogen houden. Maar dat het in de kleine subtiele zaken toch anders ligt. Het vergt moed om dit te leren ontdekken bij jezelf. Het geeft jou en je kinderen lucht en ruimte om verder te gaan. Kinderen hebben beide ouders nodig om van te mogen houden!

Voor begeleiding of advies kan je altijd contact opnemen met ondertekende.



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. Ook heeft het thema echtscheiding de aandacht gekregen bij de **Reformatorische omroep / vrouw in beeld**.

Tips:

Per 1 januari zal de alimentatie indexering weer verhoogd worden met 3%.

Mogelijkheden Forestconsult

- Ouderschap na scheiding (ONS)
- Parallel ouderschap
- samenwerken 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.

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.

Mede namens Henk,
met vriendelijke groet,

Annelies Bos
Systeemtherapeutisch werker

