

NOVEMBER 2020

NIEUWSBRIEF

ALS SCHEIDING JE LEVEN TREFT....

ONTMOETINGSVOND 20 OKTOBER 2020

Helaas zitten we inmiddels in de tweede golf van Covid19. Dit heeft nog steeds ingrijpende gevolgen voor ons sociale leven. Op 20 oktober jl. hebben wij onze ontmoetingsavond voor het eerst online gedaan. We waren met ongeveer met 10 deelnemers. De invulling was hetzelfde, zoals we dat gewend waren. Fijn dat er een aantal nieuwe mensen de weg mochten vinden naar onze avond.

Aan de hand van een PowerPoint hebben we het thema: 'Scheiden is rauw rouwen' besproken.

Wanneer je midden in het proces van scheiding zit, is het vooral overleven.

En wat is het dan fijn om te horen dat er deelnemers zijn die dit herkennen en weer in een verdere fase zitten. Of te realiseren dat je verder bent in je rouwproces dan je had gedacht.

Tegelijkertijd merk je dat je bij een enkele opmerking weer helemaal in het verdriet of in de boosheid kan zitten. De dalen worden minder diep dan in de eerste fase.

De fases van rouw die scheiden met zich mee brengt. De wanhoops-momenten en tegelijkertijd ook het vertrouwen in de Heere die ondanks onze omstandigheden er toch bij is. Ook al zien wij Hem niet altijd, Hij ziet ons wel. Als Hij je Anker mag zijn, dan kan je als een schip heen en weer geslingerd worden in de storm. Maar je kan niet verzinken!

AGENDA 2020

D.V. 8 december

Thema: Gescheiden vanwege
onveiligheid in huis....

Wanneer een relatie eindigt op een andere manier dan overspel, komen er veel vragen op je af. Achter de voordeur heeft er veel afgespeeld. Op het moment dat er eindelijk een doorbraak is, word je geconfronteerd met heel veel gevoelens en onzekerheid.

Verdere data:

www.forestconsult.nl/ontmoetingsavond

Aanmelden:

ontmoetingsavond@forestconsult.nl

&

bijdrage € 10,00 overmaken naar
NL45 KNAB 0259 855790 o.v.v.
ontmoetingsavond oktober

**voor vrijdagmiddag 4 december 12.00
uur.**

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

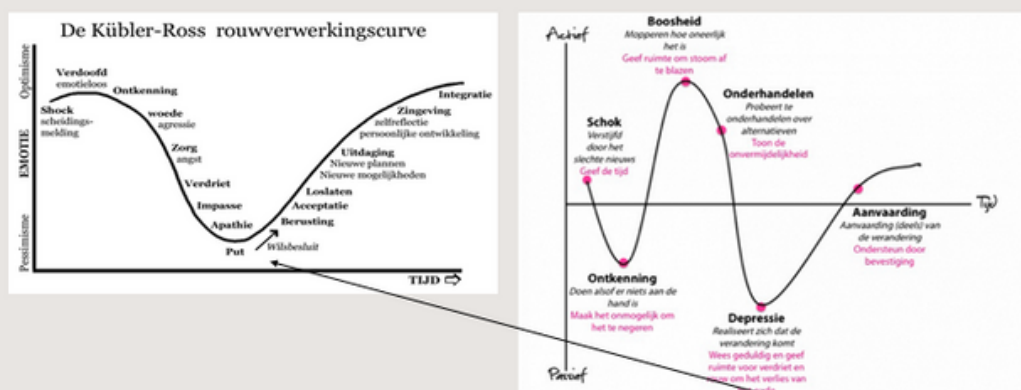
(06) 146 28 389

"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

Scheiden = rauw rouwen



De sheet laat zien dat scheiden en rouwen bij overlijden veel overlap heeft. Het grote verschil zit hem in het rouwen door het verliezen aan de dood of aan het leven. Over het algemeen staat men meer open om naar je te luisteren wanneer je partner is overleden. Zodra er echter rouw is vanwege een scheiding weet men vaak niet hoe men het beste kan reageren. Men wordt onzeker. En vraagt er het liefst helemaal niet meer naar. Vaak goedbedoeld. Maar voor de rouwende een ingewikkeld proces. Mag mijn verdriet er wel zijn? Zeker binnen onze christelijke kring komt het oordeel vaak om de hoek kijken. Echt luisteren is een kunst.

Voor degene in rouw staat het leven op zijn kop. Het is een verschil wanneer iemand anders de beslissing heeft genomen om uit het huwelijk te stappen door bijv. overspel, drankmisbruik. De echtbreuk heeft dan al plaats gevonden. Maar formeel bestaat het huwelijk nog.

Wanneer het huwelijk al langere tijd ontwricht is door huiselijk geweld of psychiatrische problematiek kan het zijn dat met in die periode al door een diep dal van rouwen is gegaan. Kortom er is niet 1 scheiding hetzelfde. Ieder ervaart zijn eigen pijn en onmacht.

Door een scheiding vind er gezinsreorganisatie plaats. Elk gezinslid moet dealen met de nieuwe omstandigheden die om welke oorzaak dan ook, zijn ontstaan. In het tabel zie je dat het door diepe dalen heen kan gaan. De 2 grafieken heb ik met elkaar gecombineerd omdat uiteindelijk de golfbeweging en het punt van het wilsbesluit naar voren komt.

In elke situatie komt er een wils-moment; Blijf je vechten of tegenwerken of juist in de boosheid, pijn en verdriet hangen? Het moment van wilsbesluit komt er voor iedereen. Dat je gescheiden bent, is niet altijd jouw keuze. Maar hoe je er mee omgaat wel. Met elkaar voerden we hier een open en eerlijk gesprek over.

"Heer wilt U mij helpen, als ik moe ben of verward, dat het geloof in mijn verstand ook zal leven in mijn hart."

FORESTCONSULT VOOR PSYCHOSOCIALE HULPVERLENING

Activiteiten:

Vanuit de avonden is er een initiatief ontstaan om regelmatig leuke ontspannende activiteiten met elkaar te organiseren. Wil je meer informatie hierover? meld je dan aan bij gescheidenennu verder@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.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**.

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.

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

