3 Vragen om bij stil te staan

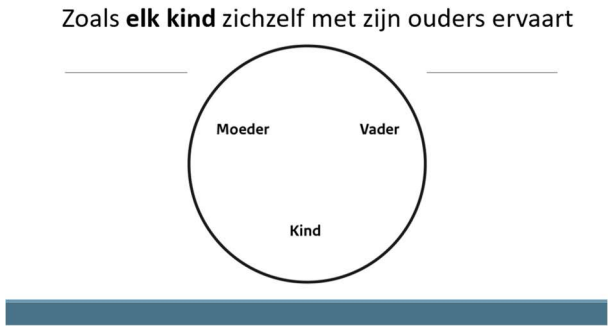
1) Hoe denkt u dat uw kind later, over 10 of 20 jaar, terugkijkt op zijn/haar jeugd? Hoe wilt u dat hij/zij terugdenkt?

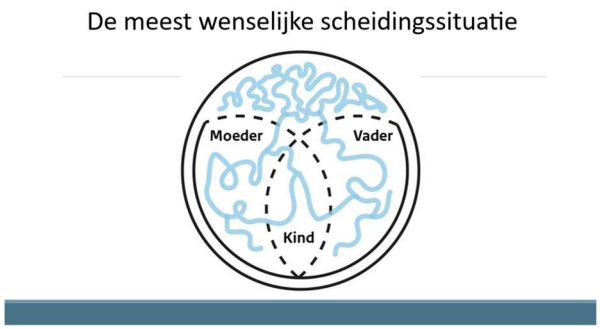
2) Zou u, met hulp, willen gaan kijken waar, buiten uw schuld om, uw heftige reacties vandaan komen?

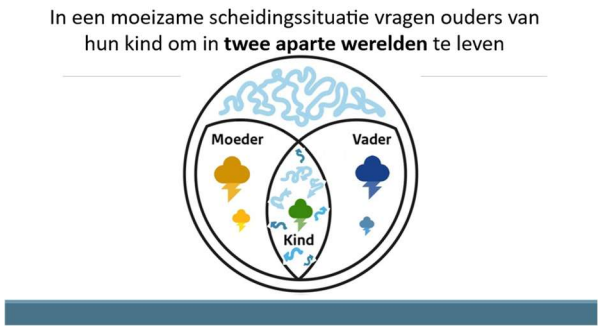
3) Wat is een eerste stap van u richting een meer gewenste situatie voor uw kind(eren)?

ouderbijeenkomsten
over scheiden en opgroeien

Tekeningen over hoe een kind een scheiding ervaart







Linkjes naar de fragmenten

Vila Pinedo (5 min) https://youtu.be/p8zEZfBdhF0
The Origin of Trouble (29 min) https://www.2doc.nl/documentaires/series/3lab/origin-of-trouble.html
Beleving van kinderen van een vechtscheiding (5 min) https://youtu.be/hrTKJxZIAvM
Het Nahuwelijk (2,5 uur) https://www.npostart.nl/vpro-thema-het-nahuwelijk/05-10-2008/VPRO_1129717
Carol (4 min) https://youtu.be/z9dN-utdRNg?si=HYgbSexpcgGQ7v1c

Hier voor u een greep uit verschillende (landelijke) organisaties/methodes. Bij uw gemeente kunnen ze u verder helpen bij het vinden van passende hulp in uw regio. Het meeste aanbod wordt door gemeenten vergoed. Kijk op de site van uw gemeente of op www.ouderbijeenkomsten.nl/in-uw-regio voor een directe link naar het aanbod.

www.villapinedo.nl Hier vindt u informatie over het buddyproject voor kinderen. Een jongere chat met uw kind als hij/zij daar behoefte aan heeft.	www.jimwerkt.nl Een Jouw Ingebrachte Mentor is een steunfiguur die een jongere zelf kiest uit de eigen omgeving. De hulpverleners wisselen, maar de JIM blijft.	www.alsjeuitelkaargaat.nl Website met praktische informatie, checkli voorbeeld ouderschapsplan en informatie over kinderen.
www.humanitas.nl/programmas/bor Begeleide omgangsregeling (BOR). In sommige regio's bieden ze ook scheidingsbuddy's voor ouders. Er zijn ook vele omgangshuizen in het land.	www.schipaanpak.nl Een begeleid gesprek over verlies- en conflictervaringen bedoeld om uiteindelijke doel samen op te trekken als partners in ouderschap.	www.eigen-plan.nl of www.eigen-kracht.nl Samen met je eigen kring maakt je een plan rondom je kind, waarbij iedereen kan meedenken en doen.
www.kindbehartiger.nl De kindbehartiger is een professional die kinderen van gescheiden ouders ondersteunt. De kindbehartiger staat naast het kind en helpt hem om zijn wensen en behoeften in kaart te brengen.	benice.family Een communicatie en afspraken-app voor co-ouders. Een betaald account per ouderpaar waarbij berichten via AI kunnen worden gescreend op een duidelijk boodschap en respectvolle communicatie.	www.verenigingfas.nl/www.mfnregister.nl Bij mediation probeer je samen tot een oplossing te komen. Een vFAS-advocaat is ook mediator. Het doel is om op een respectvolle manier kan worden gezocht naar oplossingen om zo de schade voor kinderen te beperken.
www.opvoedopstellingen.nl Een opvoedopstelling is ook voor echtscheidingssituaties en laat u ervaren wat er op een diepere laag speelt in de onderlinge relatie tussen ouders en kinderen.	www.parallel-solo-ouderschap.be Op deze site vind je uitleg. Het is een manier om je als ouder, tijdens en na een moeilijke scheiding, staande te houden, wanneer het conflict niet gaat liggen.	www.emdr.nl EMDR is begeleiding via oogbewegingen bij ingrijpende gebeurtenissen in het leven van mensen, zoals bij een scheiding.