Deze publicatie is eigendom van **Knegtmans & van de Wouw Advocaten | www.knegtmansvandewouw.nl**

Kinderen en echtscheiding

Als ouders besluiten uit elkaar te gaan, dan worden kinderen hier ongewild bij betrokken. Maar hoe vertel je je kinderen dat je uit elkaar gaat? En welke reactie kun je van kinderen verwachten? En hoe handel je als ouders op de reacties van kinderen?

Emotionele problemen

In mijn praktijk staan de kinderen centraal. Zij hebben nergens om gevraagd. Kinderen worden door echtscheiding voor (grote) emotionele problemen geplaatst. Zij komen vol te zitten met gevoelens die zij niet kunnen plaatsen en vragen waarop zij geen antwoorden (kunnen) krijgen. Het is dan ook belangrijk dat ouders, zodra zij weten wat ze willen, een en ander aan hun kinderen vertellen. Lang wachten maakt het voor de kinderen moeilijker. En vergist u zich niet, vaak voelen kinderen al (lang aan) dat er iets staat te gebeuren.

Hoe aan de kinderen vertellen?

Kinderen zijn er het beste bij gebaat dat ouders gezamenlijk de scheiding aan de kinderen meedelen. Ook de ouder die niet wilde scheiden, dient daarbij dus aanwezig te zijn. Als partner neem je afscheid van elkaar, maar niet als ouders! Dat laat je je kinderen zien. Dit vraagt veel van ouders. Maar zij kunnen de kinderen laten zien dat ze nog wel met elkaar kunnen praten, ondanks het feit dat ze minder van elkaar houden en samen nog erg veel van de kinderen houden. Kinderen moeten het gevoel krijgen geen pappa of mamma te verliezen. Het gezamenlijke gesprek geeft veiligheid voor de kinderen. Indien ouders hun emoties durven te laten zien, durven kinderen dat ook. Vaak komen vragen van kinderen een aantal dagen later. Deze kunnen dan rustig beantwoord worden, zolang de ouders hetzelfde uitspreken en de antwoorden betrekking hebben op het ouderschap. Vragen op gebied van partnerproblemen, dienen bij voorkeur beperkt beantwoord te worden. Kinderen kunnen daar niets mee. Het vergroot vaak eerder het loyaliteitsconflict en de verwarring waarin zij zich bevinden. Bij jongere kinderen kan het verstandig zijn de kinderen de scheiding mede te delen in een verhaal vorm. Dus te spreken op het niveau van het kind.

Hoe reageren kinderen?

Voor u zeer ongewone reacties van kinderen, kunnen normaal zijn. Daarbij dient u te denken aan bedplassen, extreem rustig gedrag vertonen of juist heel erg druk en ongrijpbaar. Hoe jonger de kinderen hoe sterker de angstgevoelens. Kinderen kunnen zich ook afgewezen voelen. Het gevoel van controle en houvast is weg. Kinderen kunnen ook het gevoel hebben de oorzaak te zijn. De reden is soms voor ouders niet te begrijpen. Zo deelde een moeder mij onlangs mede dat haar dochtertje tegen haar had gezegd: 'Mamma, gaan pappa en jij uit elkaar omdat ik niet mee wilde helpen met afwassen?' Kinderen hebben altijd hoop op verzoening. Het is dan ook verstandig steeds gezamenlijk als ouders op te treden naar de kinderen toe. Praat niet via de andere ouder of met de kinderen over de andere ouder, maar praat samen met ze.

Adviezen voor ouders

Geef je kinderen duidelijk te kennen dat jullie samen er altijd voor hen zullen zijn. Deel daarbij mee dat de echtscheiding met zich meebrengt dat jullie niet meer bij elkaar wonen. Accepteer de reacties van kinderen. Accepteer dat jullie beslissing stress bij de kinderen teweeg brengt. Houdt de huistradities in ere. Laat de kinderen weten dat jullie, bijv. éénmaal per twee weken, overleg plegen over de voortgang van de ouderzorg. Informeer leerkrachten of andere derden. Eventuele gedragsveranderingen op bijv. school worden hierdoor beter gezien en geaccepteerd. Laat de kinderen contact met beide families en vrienden onderhouden. Betrek kinderen in bepaalde keuzes die betrekking op hen hebben. Bijvoorbeeld het krijgen van een nieuwe kamer, nieuw bed, etc. Laat ze dan ook zo snel mogelijk het huis zien van de vertrekkende ouder.

Westerhoven
Provincialeweg 30, 5563 AH
Tel. 040 - 207 60 76
Fax 040 - 201 44 90

Bladel
Schaapskuil 17, 5531 DM
Tel. 0497 - 38 38 68
Fax 0497 - 38 47 49

info@knegtmansvandewouw.nl
www.knegtmansvandewouw.nl

Deze publicatie is eigendom van **Knegtmans & van de Wouw Advocaten | www.knegtmansvandewouw.nl**

Bovengenoemde symptomen van kinderen nemen snel af, **indien** ouders er in slagen in goed overleg uit elkaar te gaan. Daarbij dienen ouders zich te realiseren dat als de omgang tussen hen niet goed verloopt, de omgang met de kinderen geen succes kan worden.

Mr. R.S. Knegtmans is gespecialiseerd echtscheidingsbemiddelaar en in staat ouders in het gehele (juridische, fiscale en pedagogische) traject te begeleiden. In een gratis gesprek of tijdens het kosteloze spreekuur op dinsdag- en donderdagavond van 19.00u tot 19.30u geven wij u graag meer advies en informatie te Bergeijk of Westerhoven. Bel tel. 040-2076076 of kijk voor uitgebreide info op www.bemiddelaarbijechtscheiding.nl.