

## Echtscheiding: je kind vertellen

**Ouders komen bij een echtscheiding voor de moeilijke taak te staan dat zij hun kinderen moeten vertellen dat ze niet langer zullen samenwonen. Het is dan belangrijk dat hier zeer zorgvuldig mee om wordt gegaan. Maar wat kunt u aan uw kind(eren) vertellen? Wat juist niet? Waar moet u rekening mee houden, etc.**

### Inleiding

Ouders willen hun kinderen geen pijn of verdriet berokkenen. Vaders en moeders weten dat de beslissing tot scheiden hiertoe zal leiden. En toch moeten ouders de slechte boodschap vertellen aan hun kinderen. Tijdens een echtscheiding is dit één van danwel vaak hét moeilijkste moment(en). Emoties en spanningen zullen mogelijk nog hoger oplopen met de gevoelens en de reacties van de kinderen op de scheiding.

Kinderen zullen na het horen van de mededeling verdrietig en boos zijn. Zij zullen zich machteloos voelen. Indien ouders er in slagen de echtscheidingsboodschap samen goed te brengen, en zo nodig daarin door een ervaren bemiddelaar worden begeleid, slagen kinderen er vaak beter in om goed om te gaan met de gevolgen van een echtscheiding.

### Je kind vertellen?

Indien ouders kinderen informeren over de op handen zijnde echtscheiding, dan dient met een aantal belangrijke uitgangspunten en momenten rekening te worden gehouden:

- Het beste is het als beide ouders in staat zijn de kinderen de boodschap te brengen. Kinderen krijgen dan het gevoel dat beide ouders er achter staan. Kinderen letten er namelijk erg goed op of één van beide ouders niet wil of meer verdriet heeft dan de ander.
- Zorg dat je allebei zo ver bent dat niet één van de ouders de schuld krijgt van de echtscheiding. Maak elkaar niet zwart. Verbetering van overleg is dan vaak eerst geboden.
- Wees in je woorden helder en draai er niet om heen. Kinderen zijn er niet bij gebaat als de boodschap niet helder is. Zij dienen direct te weten waar zij aan toe zijn. Gebruik geen woorden zoals “*het zou kunnen*” of “*misschien*”.
- Vertel je kinderen wat scheiding met zich meebrengt: *papa en mama wonen niet meer samen*.
- Informeer je kinderen op niveau en passend bij hun leeftijd. Een professionele echtscheidingsbemiddelaar kan u daarmee helpen of materiaal aanreiken.
- Durf als ouder je emotie te tonen tijdens het gesprek. Vaak durven kinderen dat dan ook wat hen verder kan helpen. Maar ga niet uithuilen bij kinderen.
- Geef aan dat je allebei achter deze beslissing staat. En probeer kinderen niet té veel te beschermen.
- Geef naar je kinderen aan dat de liefde voor hen en het houden van niet verandert. De beslissing tot scheiden zorgt namelijk voor veel verwarring en vaak (verlatings)angst/gevoel van onveiligheid bij kinderen.
- Laat een kind nooit kiezen tussen pappa of mamma, maar laat ze weten dat jullie beiden er altijd voor hun zullen blijven.
- Geef duidelijk naar je kinderen aan dat het niet hun schuld is. Kinderen menen nogal eens dat dit het geval is. Zij kunnen daar (te) lang onder leiden.
- Kinderen willen en verdienen helderheid en duidelijkheid. Dit zorgt vaak voor de eerste rust. Zorg dat je deze kan geven op een aantal vlakken, waaronder: wie gaat waar wonen en wanneer zie je papa en mama.
- Ga als ouders niet uitgebreid in op de redenen van de scheiding, maar wees daarin kort. Bijvoorbeeld: *papa en mama hebben (te) veel ruzie*.
- Geef naar je kinderen duidelijk aan dat zij niet hoeven te kieszen tussen vader en moeder. Zo wordt voorkomen dat zij in een loyaliteitsconflict raken.

Deze publicatie is eigendom van **Knegtmans & van de Wouw Advocaten** | [www.knegtmansvandewouw.nl](http://www.knegtmansvandewouw.nl)

- Geef naar je kinderen aan dat ze altijd met de ouders of met anderen (juffrouw, opa, vriendjes, etc.) over de echtscheiding mogen praten.

Het is nog goed op te merken dat kinderen, hoe goed ouders dit ook verborgen (denken te) houden, vaak al lang op de hoogte zijn van spanningen binnen het huwelijk. Met andere woorden: kinderen zijn vaak meer voorbereid op een eventuele scheiding dan de ouders weten. Daarnaast verdient het opmerking dat je kinderen niet altijd voor pijn en verdriet kunt behoeden. Want ook niet scheiden kan voor veel verdriet bij kinderen zorgen. Dit verdriet kan soms nog heviger zijn dan kinderen die wel een scheiding hebben meegemaakt.

Om uitvoering te geven aan het voorgaande hebben ouders vaak voorbereiding en begeleiding nodig. Een gespecialiseerde echtscheidingsadvocaat/bemiddelaar kan u hier behulpzaam bij zijn.

**Knegtmans & Van de Wouw Advocaten is o.a. gespecialiseerd in echtscheidingrecht/bemiddeling. In een gratis gesprek of tijdens het gratis spreekuur op dinsdagavond in Bladel en op donderdagavond in Westerhoven van 19.00 tot 19.30 uur geven wij u graag meer advies en informatie. U kunt ons bereiken op telno. 040-2076076 in Westerhoven en op telno. 0497-383868 in Bladel. [www.bemiddelaarbijechtscheiding.nl](http://www.bemiddelaarbijechtscheiding.nl)**