

Vroeghulp bij scheiding

Versie september 2017

Voor ouders



Een scheiding is voor u als ouders, gehuwd of samenwonend, en voor uw kinderen een emotioneel en ingewikkeld proces.

Hoe gaat u verder? Hoe zorgt u ervoor dat u goede ouders blijft voor uw kinderen? U kunt professionele hulp en ondersteuning ontvangen.

In deze folder leest u hier meer over.



Speciale aandacht voor kinderen

Alle emoties en zorgen leiden er soms toe dat er weinig aandacht voor kinderen overblijft. Bij een scheiding is aandacht voor het effect op kinderen extra belangrijk.

Houd rekening met de wensen van kinderen:

- "Laat ons alsjeblieft geen kant kiezen"
- "Maak geen ruzie waar wij bij zijn"
- "Zeg geen slechte dingen over elkaar tegen ons of anderen"
- "Geef ons de tijd te wennen aan de nieuwe situatie"
- "Luister echt naar wat we te zeggen hebben"
- "Geef ons de ruimte van jullie beiden te houden"

Het **Steunpunt vroeghulp bij scheiding** werkt nauw samen met het onderwijs en andere instanties die u en

uw kinderen kunnen ondersteunen. Er zijn speciale (vaak gratis) hulpprogramma's beschikbaar voor kinderen.

Steunpunt vroeghulp bij scheiding

In de gemeente Stadskanaal is een gratis "steunpunt vroeghulp bij scheiding". U kunt hiervoor bellen met (0599) 635 999.

Aanbod vroeghulp voor ouders

Via het steunpunt kunt u gratis hulp ontvangen als u van plan bent te gaan scheiden. Er wordt besproken hoe u de voorgenomen scheiding verstandig kunt regelen. U krijgt hulp bij vragen als:

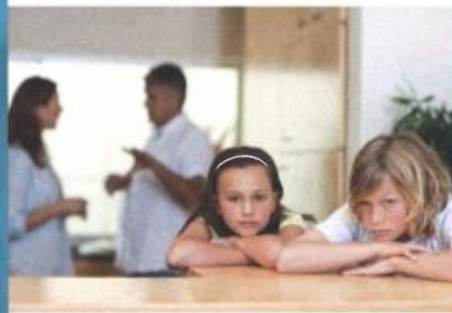
- Hoe vertellen we het de kinderen?
- Wat is het effect op de kinderen?
- Hoe blijven we (toch) goede ouders?
- Wat moeten we allemaal regelen voor de scheiding?

Ouderschapsplan

Door een scheiding verandert er het nodige in het gezinsleven van ouders en kinderen. Er zullen nieuwe afspraken gemaakt moeten worden over zaken als:

- Bij wie gaan de kinderen wonen?
- Hoe gaat een omgangsregeling eruit zien?
- Hoe regelen we de kosten/financiën?
- Hoe informeren we elkaar?

Al deze afspraken worden vastgelegd in het ouderschapsplan.



Hierna **staat een aantal belangrijke zaken** waar u mee te maken kunt krijgen als u besluit te scheiden:

- 1) Maak uw partner duidelijk dat u de relatie wilt beëindigen en waarom. Dit is de scheidingsmelding.
- 2) Als praten niet goed lukt, schakel dan zo gauw mogelijk hulp in. Dat kan via familie of vrienden, of via het gratis "steunpunt vroeghulp bij

scheiding".

3) Vertel de kinderen samen wat er staat te gebeuren en betrek hen alleen bij dingen die hen direct aangaan. Breng ook de school en/of de kinderopvang op de hoogte.

4) Maak – al dan niet met hulp van een hulpverlener– afspraken over wat er in het ouderschapsplan moet komen te staan. Probeer het ook eens te worden over de andere zaken zoals het huis, de gezamenlijke bezittingen en de financiën.

Voor gehuwden geldt het volgende:

5) Schakel, nadat u samen afspraken hebt gemaakt over de scheiding en het ouderschapsplan, samen een (familierecht)advocaat in die de scheiding juridisch verder kan afhandelen.



Meer informatie vindt u ook in de gratis brochure "Uit elkaar... En de kinderen dan?" op www.rijksoverheid.nl