

Wie zijn we

Praatpaal Putten bestaat uit geschoolde vrijwilligers.

We geven ondersteuning (géén therapie) aan kinderen die het even moeilijk hebben, bijvoorbeeld:

na een echtscheiding,
na een sterfgeval,
wanneer ze gepest worden,
bij ernstige ziekte in het gezin, etc.

Praatpaal is er voor kinderen van de basisschool én het voortgezet onderwijs. Voor individuele begeleiding, maar ook voor ondersteuning in groepjes.

Kijk voor meer informatie op onze website of stel je vraag via de mail: info@praatpaalputten.nl

Ondersteuning van Praatpaal Putten is gratis.

praatpaal putten



contact

info@praatpaalputten.nl
www.praatpaalputten.nl

praatpaal putten



gescheiden

*wat doet dat
met een kind*



Als je gaat trouwen is het je bedoeling om voor altijd bij elkaar te blijven. Soms is dat helaas niet mogelijk en is er geen andere oplossing dan uit elkaar te gaan.

Het liefst gebeurt dan vriendschappelijk, maar er zijn ook situaties waarin het er heel heftig aan toe kan gaan of zelfs kan uitlopen op een vechtscheiding.

Natuurlijk wil je niet dat jouw kinderen gebukt gaan onder jullie scheiding.

Toch hebben veel kinderen het moeilijk met de nieuwe situatie.

Sommige kinderen praten er over maar aan anderen merk je weinig. Ze houden het voor je verborgen en worstelen alleen met hun gevoelens.

In deze folder staan aandachtspunten en tips om je kind te helpen in de nieuwe situatie.

“Mijn kind gaat er heel goed mee om...”

Soms zie je heel duidelijk dat een kind het moeilijk heeft, maar veel vaker blijft dat aan de binnenkant. Daardoor lijkt het alsof je kind zich moeiteloos aan de veranderingen aanpast.

Vaak denkt een kind dat het zelf (mede) de oorzaak is van de scheiding. Dan probeert het zich na een scheiding zó te gedragen dat de ouders weer bij elkaar komen. Dat kan zich óók uiten door met negatief gedrag.

Je kind is (net als jij) op zoek naar een nieuwe balans, zoekt naar een nieuwe veiligheid. Deze signalen zijn veel subtieler, bijvoorbeeld: je kind hangt meer aan je dan anders, speelt minder met vriendjes, maakt vaker ruzie, etc.

“Ze mogen er altijd met me over praten...”

Het is fijn als er thuis over de scheiding en alle veranderingen die daar bij horen gesproken kan worden, maar toch: hoe zou jij het vinden om je gevoelens en je zorgen te vertellen aan degene die zelf de aanleiding is ván die gevoelens, maar die je ook niet wilt kwetsen?

Niet doen:

Lucht als ouder je hart niet bij je kinderen, zoek en vraag ook geen begrip bij hen. Zoek daar een andere volwassene voor. Maak de andere ouder niet zwart en speel geen ruzies uit via je kinderen; zij houden van beide ouders en voelen zich daardoor gemangeld.

Bied je kind structuur in omgangsregelingen of co-ouderschap; dat is voortaan hun nieuwe houvast.

Doen:

Informeer je kind eerlijk en tijdig over een aanstaande scheiding, het helpt om open te praten over wat er aan de hand is. Probeer samen afspraken te maken over de financiën: het is voor je kind heel vervelend wanneer de ene ouder kan zorgen voor cadeautjes of uitstapjes terwijl de ander elke cent moet omdraaien.

Het helpt een kind ook om met lotgenoten in kleine groepjes en een veilige omgeving te praten over de scheiding.

Spelenderwijs leren ze hun emoties ruimte te geven en beter te hanteren.

Door je kind in een vroeg stadium de ruimte te gunnen voor de eigen gevoelens, kun je misschien veel problemen in een latere fase van hun leven voorkomen.