

## Hoe vertellen we “het” aan de kinderen?

Koppels met scheidingsoverwegingen leggen deze vraag regelmatig bij mij neer. De waarheid is echter dat er geen éénduidige manier is om deze slecht nieuws boodschap over te brengen.

Bijkomende factoren zoals de leeftijd van de kinderen, de persoonlijkheid van het kind, welke situaties gaan er vooraf aan de echtscheiding, welke communicatiepatronen zien de kinderen....maken dat je afhankelijk van deze elementen rekening houdt met hoe je de boodschap brengt.

Hetzelfde gaat op voor het tijdstip, ook daarvoor is er geen juist moment.

Enkele tips:

- ° Als jij en je partner nog “on speaking terms” zijn is het misschien een optie om het samen aan de kinderen te vertellen. Op die manier krijgen kinderen een gezamenlijk verhaal te horen en hebben ze achteraf minder de neiging om hun eigen verhaal bijeen te sprokkelen.
- ° Wees van meet af aan eerlijk! Hou vast aan wat de echte redenen zijn waarom jullie als ouders uit elkaar gaan. Probeer er in een latere fase geen mooier verhaal van te maken omdat je denkt dat dit het voor de kinderen meer verteerbaar maakt. Kinderen hebben voelsprietten, ze weten heus wel hoe de vork min of meer aan de steel zit en zullen er ook hun eigen verhaal van maken. Op die manier kan het kind verder.
- ° Geef kinderen inspraak in de verblijfsregeling en maak dat deze realiseerbaar is. Regelmatig zie ik ouders vol goede bedoelingen een verblijfsregeling afspreken die enkele maanden al moet worden terug gedraaid omdat ze in de praktijk niet werkbaar is. Elke verblijfsregeling betekent voor de kinderen sowieso dat ze heen en weer reizen tussen beide ouders. Een goed planning opstellen voor een langere periode maakt dat kinderen het overzicht bewaren.
- ° Dwing kinderen niet om te kiezen bij wie ze willen gaan wonen. Dit kan uitmonden in loyaliteitsconflicten naar één van beide ouders en het is een voedingsbodem voor conflicten tussen ex partners.

# Consensus

Bemiddelingsbureau