



# Interpunctie

Praktijk voor psychosociale hulpverlening en bureau voor coaching, mediation en reïntegratie

## Praktische tips voor pasgescheiden ouders

Ouders die nog niet zo lang gescheiden zijn moeten een nieuw evenwicht zoeken in de ontstane situatie. Dat levert allerlei ergernissen op, die niet nodig zijn. Er is toch al genoeg ellende. Daarom geef ik hier wat praktische tips:

1. Kinderen probeert men vaak gerust te stellen. De verzorgende ouder (meestal moeder) zegt bv. als er bij iets is bij papa mag je direct naar huis komen. Door deze goedbedoelde opmerking krijgt het kind onwillekeurig de boodschap: het is vast een beetje eng bij vader! U ontnemt daarmee de andere ouder het vertrouwen.
2. Als kinderen steeds met koffers op en neer moeten dan versterkt dat hun gevoel van een logeerpartij en “wonen” ze niet bij hun andere ouder. Geef ze indien mogelijk een eigen plekje met wat eigen spullen.
3. Gescheiden ouders ruziën vaak over kleding. De spullen komen niet of vuil terug, de verkeerde spullen worden meegegeven, etc. Probeer daarom wat ondergoed, sokken en pyama's bij beide ouders neer te leggen en wat oude kleding om in te spelen. Geef de kinderen zo mogelijk weer de kleding aan waarin ze kwamen of wat ze bij zich hadden in de koffer, dan ontstaat er minder wrijving.
4. Ga niet het verdriet van het kind compenseren met cadeautjes en verwennerij. Dat is niet vol te houden en ook niet wenselijk. Zorg voor rust en stabiliteit.
5. Ga geen concurrentie aan met de andere ouder. Het kind hoeft niet te kiezen. Ga uw kind ook niet uithoren en bemoei u niet met datgene wat er bij de andere ouder gebeurt. Geef uw kind ook geen opdracht om over bepaalde dingen te zwijgen.

Ik hoop dat dit u door de eerste periode heen helpt. Er zijn nog veel meer tips te geven, maar deze zijn alvast om te starten.

Mw. N. Timmermans-van de Kamp,  
Interpunctie, Smientdonk 2, 5467 CA Veghel  
tel. 0413-310795 of 06-21.59.24.35.  
[www.interpunctie.nl](http://www.interpunctie.nl) info@interpunctie.nl