

**Uw scheiding**  
onze zorg



 **Carent**  
coaching bij scheidingen

# Succesvol Scheiden

## Succesvol Scheiden Nederland

Een scheiding is een intensieve periode in ieders leven. Voor u en uw (ex-) partner, maar ook voor uw kinderen. Er is eerst twijfel (gaan we wel of niet uit elkaar) en als de beslissing eenmaal genomen is, moeten allerlei zaken geregeld worden.

Vaak zijn mensen de mening toegedaan, dat als de scheiding eenmaal rond is, het wel rustig zal worden. De ervaring leert echter, dat het dan pas begint. Alle partijen zullen moeten wennen aan de nieuwe situatie. Dit zal niet altijd goed gaan. Wij, als gecertificeerd Scheidingscoach Succesvol Scheiden Nederland, kunnen u helpen op een neutrale manier met de andere ouder om te gaan en eventueel een vechtscheiding te voorkomen.

Succesvol Scheiden Nederland is een landelijke organisatie van gecertificeerde scheidingscoaches.

## Misschien dat u dit herkent....

Verloopt het contact met uw ex-partner moeizaam en weet u niet meer wat u hieraan moet doen? Houdt uw ex-partner zich niet aan de gemaakte afspraken of hebben jullie conflicten? Heeft u het gevoel dat u er alles aan gedaan hebt om de communicatie met uw ex te verbeteren? Bent u net gescheiden en doet de breuk zo'n zeer dat u het voelt alsof uw hart gebroken is? Bent u verdrietig over uw relatie die niet geworden is wat u ervan verwachtte? Bent u nog zo woedend en gekwetst en belemmert u dit om neutraal met uw ex om te gaan? Ervaart u verdriet over het uiteenvallen van uw gezin? Merkt u dat uw kinderen (te) veel last hebben van de scheiding? Boosheid, teleurstelling, eenzaamheid en gekwetstheid kunnen uw leven beheersen. Het kan echter ook anders! Hoe pakt u uw leven weer op na de scheiding? Dit hoeft u niet alleen te doen. Wij kunnen u helpen. Met behulp van het coaching programma van Succesvol Scheiden Nederland kunnen wij met elkaar werken aan uw rust en geluk.

## Scheiden en de onderlinge communicatie

Wanneer beide ouders de zorg voor de kinderen dragen, is het belangrijk dat de onderlinge communicatie goed verloopt. Bij een scheiding is dit vaak niet het geval.

Afhankelijk van de situatie, communiceert iedereen in een bepaalde stijl. Stijlen kunnen conflicterend zijn aan elkaar. Vooral wanneer de spanning toeneemt, zal de voorkeurstijl verharderen. Deze kan uitmonden tot een conflictstijl.

Met ons coaching programma leert u uw eigen communicatiestijl

te herkennen en tevens de stijl van de andere ouder. Zo kunt u uw boodschap overbrengen in de communicatiestijl van de andere ouder, zodat u beter begrepen wordt. Op deze wijze kunt u meer invloed uitoefenen en ervoor zorgen dat de andere ouder ook tegemoetkomt aan uw wensen. Daarnaast leren wij u op welke wijze u geweldloos kunt communiceren. Dit verlaagt de drempel om aan te geven wat u dwars zit, zodat uiting kan worden gegeven aan het ongenoegen, zonder in conflict te raken.

**Ook uw scheiding kan  
succesvol zijn.**



## Scheiden en conflicten

Wanneer sprake is van een conflict, heeft dit grote invloed op iemands leven. Er spelen vele negatieve emoties, het neemt een groot gedeelte van de tijd in beslag en het heeft invloed op het werk. Ook voor kinderen heeft het gevolgen. Uit talloze onderzoeken blijkt dat het conflict het meest schadelijk is voor kinderen tijdens een scheiding, niet de scheiding zelf.

### “Agree to disagree”

Binnen ons coaching programma leert u de verschillende conflictstijlen herkennen en op welke manier u uit een conflict kunt stappen.

Tevens leren wij u op welke wijze u tot een compromis kunt komen, waarbij uw eigen belang, het belang van de ander en de onderlinge relatie niet uit het oog worden verloren.

## Uw toekomst

Het coaching programma dat wij bieden helpt u bij de emotionele verwerking, de communicatie, de conflicten, wat u kunt betekenen voor uw kinderen en hoe u de opvoeding van de kinderen op een goede wijze kunt doen. Toch zult u ook tegen andere dingen aanlopen.

### “Het verleden heb je, de toekomst moet je maken”

Na de scheiding begint het nieuwe leven. Een leven zonder de vertrouwde partner, samen met de kinderen. Maar het is niet zo dat de kinderen er altijd zullen zijn. Ze zullen immers ook bij de andere ouder verblijven. Misschien gaat u verhuizen, weg uit de vertrouwde omgeving. En wellicht zit uw financiële plaatje er anders uit, dan u gewend bent. Ook voor deze zaken kunnen wij u van dienst zijn.



## Scheiden en kinderen

U weet dat een scheiding ingrijpend is voor uw kinderen. Voor u, als ouder die het beste voor heeft met uw kinderen, veroorzaakt dit ook pijn, verdriet en een gevoel van onmacht. Aandacht voor kinderen in de scheiding is van groot belang. Kinderen hebben immers baat bij goed functionerende en verzorgende ouders, willen zo min mogelijk geconfronteerd worden met conflicten tussen hun ouders, rekenen erop dat afspraken nagekomen worden en verdienen steun vanuit hun sociale omgeving. Alleen als ouders hun plicht serieus nemen en handelen naar deze inzichten, kan voorkomen worden dat het kind uiteindelijk de rekening van de scheiding betaalt. Misschien dat u hier wel wat hulp bij kunt gebruiken? Wilt u weten waar u op moet letten en kunt u tips gebruiken hoe u uw kind kan steunen in en na de scheiding?

## Scheiden en opvoeding

Als u gaat scheiden blijven jullie samen de ouders van jullie kinderen.

Maar wat als u en uw ex op verschillende manieren opvoeden? Of als uw kind niet meer naar papa of mama wil?

### “Laat uw kind, kind zijn”

Wat als u of uw ex een nieuwe partner krijgt of als er een halfbroertje of halfzusje geboren wordt? En wat als uw ex gaat verhuizen? Met andere woorden: Wat als er aan de andere kant dingen gebeuren die onmiddellijk uw leven met uw kinderen beïnvloeden, maar waar je geen controle over hebt? Zodra de scheidingsperiode is afgerond, kunt u veel hebben aan de methode van Succesvol Scheiden, zo is het bijvoorbeeld mogelijk een opvoedplan op te stellen.



## Wij bieden u diverse mogelijkheden

### Het 3, 4 of 5 maanden programma

In de één-op-één coaching richten wij ons op uw persoonlijke situatie. Hierbij maken we gebruik van aanvullende literatuur, oefeningen en ondersteunende materialen.

In modules kunnen verschillende onderwerpen aan bod komen.

### Intensieve dag

De start van een succesvolle scheiding kunt u ook bereiken door te kiezen voor een intensieve trainingsdag met diverse coachmodules.

### Online programma

Speciaal voor ouders via ons aan te vragen: het online programma van Succesvol Scheiden Nederland waarin u leert om de moeizame communicatie met de andere ouder snel te veranderen in het belang van uw kinderen.

### Contact

Neem gerust contact met ons op voor een gratis en vrijblijvend kennismakingsgesprek of als u vragen heeft:



Anna van Renesseplein 8 • 1911 KN Uitgeest • T: 0251-362065  
info@carent.nl • www.carent.nl



Succesvol Scheiden Nederland



*MfN*  
REGISTERMEDIATOR