



Jeugd en Gezin

# Uit elkaar... En de kinderen dan?

Overweeg je te scheiden?

En heb je kinderen?

Dan heb je deze brochure nodig.



# Uit elkaar... En de kinderen dan?

Overweeg je te scheiden?

En heb je kinderen?

Dan heb je deze brochure nodig.



# Inhoudsopgave

<b>Deze brochure</b>	<b>4</b>
<b>Scheiden of blijven</b>	<b>6</b>
Wat zegt de wet?	7
Wat betekent een scheiding voor kinderen?	8
Gevolgen van een scheiding voor kinderen op de langere duur	8
<b>Als het scheiden wordt</b>	<b>9</b>
Wat moet er gebeuren?	10
1. De ‘scheidingsmelding’	10
2. Een mediator inschakelen	11
<i>Wat doet een mediator?</i>	11
<i>Voordelen van mediation ten opzichte van een rechtszaak</i>	11
<i>Waaraan moet een mediator voldoen?</i>	12
<i>Hoe vind je een mediator?</i>	12
3. Voorlopige afspraken	12
4. De kinderen en de school / kinderopvang informeren	13
5. De kinderen en het ouderschapsplan	13
6. Samen één advocaat	13
7. Allebei een advocaat	14
8. Kinderen en de rechter	14
Wanneer is de scheiding rond?	14
Wat kost een scheiding?	15
Fabels en feiten	15
Hoe vertel je het aan de kinderen en wanneer?	16
Mogelijke reacties van kinderen	17
Wat helpt kinderen bij een scheiding?	19
Wat zegt de wet over het gezag na scheiding?	20
<i>Uitgangspunt: gezamenlijk gezag en gelijkwaardig ouderschap</i>	20
<i>Ouders zonder gezag</i>	21
Kosten van verzorging en opvoeding	21

<b>Het ouderschapsplan</b>	<b>22</b>
Wat zegt de wet over het ouderschapsplan?	23
Suggesties bij het opstellen van een ouderschapsplan	24
<b>Na de scheiding: collega-ouders</b>	<b>26</b>
Wonen bij één ouder en een regeling met de andere	27
Wonen bij twee ouders: co-ouderschap	27
Hoe maak je een succes van de zorg- of omgangsregeling?	28
<i>Niet meer als partners maar als ouders communiceren</i>	28
<i>Algemene richtlijnen</i>	29
Valkuilen	31
Wat als het allemaal niet lukt?	32
<i>Wat zegt de wet?</i>	32
<b>Nieuwe relaties, nieuwe gezinnen</b>	<b>34</b>
Nieuwe partners en de kinderen	35
Stiefgezinnen	35
Tips	36
1. Tips voor gescheiden ouders met nieuwe partner	36
2. Tips voor aanstaande stiefouders	37
Wat zegt de wet over stiefouders?	38
<b>Het ouderschapsplan: aandachtspunten</b>	<b>39</b>
<b>Waar vind je informatie, advies of steun?</b>	<b>42</b>

# Deze brochure

**Uit elkaar gaan doet pijn en is zwaar. En het is extra moeilijk als er kinderen zijn. Je bent ongelukkig, vraagt je af hoe het verder moet. Wat er juridisch en financieel allemaal moet gebeuren. En hoe je dat moet aanpakken.**

Al die emoties en zorgen nemen je flink in beslag. Zozeer zelfs dat het kan gebeuren dat er maar weinig aandacht voor de kinderen overblijft. Begrijpelijk maar ook jammer, want bij een scheiding hebben kinderen de steun van hun ouders juist extra hard nodig. Want ook zij zijn flink in de war en vragen zich angstig af wat er allemaal gaat gebeuren.

Nu blijkt uit onderzoek dat het met de meeste kinderen op den duur wel weer goed gaat. Dat is positief, maar geen reden om verder niets te doen. Want kinderen hebben veel last van een scheiding. Soms zoveel dat hun ontwikkeling gevaar loopt. De schade is het grootst als ouders veel en heftig ruzie maken en dat ook na de scheiding blijven doen.

Een verontrustende boodschap die echter tegelijkertijd aangeeft wat er aan dit probleem te doen is. Want ouders kunnen veel van die schade voorkomen. Door hun conflicten op te lossen en in ieder geval geen ruzie te maken als de kinderen in de buurt zijn.

Makkelijker gezegd dan gedaan? Wie het op eigen kracht niet lukt uit de problemen te komen, kan wellicht steun zoeken bij familie of vrienden. Of een beroep doen op bijvoorbeeld het Centrum voor Jeugd en Gezin of het Algemeen Maatschappelijk Werk. Je kunt ook een mediator (bemiddelaar) inschakelen die ervaring heeft met scheidingen waarbij kinderen zijn betrokken. Zo iemand is erin opgeleid de communicatie tussen de ouders goed te laten verlopen.

Geen overbodige luxe, want ook al ga je als partners uit elkaar, je blijft nu eenmaal ouders. En moet dus proberen tot aanvaardbare afspraken te komen over de invulling van het ouderschap na de scheiding. Het is goed die afspraken vast te leggen in een ouderschapsplan. Dat geeft houvast en kan conflicten naderhand voorkomen. Ook daarom is zo'n plan vanaf 1 maart 2009 wettelijk verplicht.

Deze brochure wil de aandacht vestigen op het kind bij een scheiding. Hij is dan ook in de eerste plaats bedoeld voor alle ouders die (misschien) uit elkaar gaan, of ze nu getrouwd zijn of niet. Maar ook professionals kunnen er iets aan hebben.

De brochure bevat de belangrijkste informatie in het kort:

- wettelijke regelingen;
- opvoedkundige tips;
- verwijzing naar instanties die informatie, advies en hulp kunnen bieden. Zoals het hiervoor al genoemde Centrum voor Jeugd en Gezin, dat er speciaal is voor opvoed- en opgroei problemen, ook bij een scheiding.

Dat ondersteuningsaanbod is er niet voor niets want opvoeden na scheiding is vaak anders en zwaarder dan toen de relatie nog bestond. Steun zoeken is dan ook niet zwak maar juist een teken van goed ouderschap!

---

**Vraag:** *Hoe kan ik mijn kinderen beschermen tegen de risico's van een scheiding?*

**Antwoord:** *De beste bescherming bestaat uit twee ouders die van hun kinderen houden, deze aandacht geven en afschermen voor hun ruzies.*

---

# Scheiden of blijven

Elke scheiding is weer anders. In het ene geval komen ouders samen tot de conclusie dat ze beter uit elkaar kunnen gaan. In het andere geval wil de ene partner scheiden maar de andere (nog) niet. Makkelijk is zo'n besluit bijna nooit, zeker niet als er kinderen zijn. Sommigen twijfelen lang over wat het beste is: scheiden of blijven?



Het kan goed zijn met iemand te gaan praten bijvoorbeeld bij het Centrum voor Jeugd en Gezin. Als een dergelijk centrum er in je woonplaats nog niet is, kun je ook naar het Algemeen Maatschappelijk Werk gaan of een relatietherapeut zoeken. Zo'n hulpverlener adviseert je niet of je wel of niet moet gaan scheiden. Die keuze maak je als partners zelf. Wel kan hij ervoor zorgen dat je niet te snel een beslissing neemt. Of erg lang blijft twijfelen.

In ieder geval kan hij je helpen 'de chaos te ordenen'. Hij laat je zien welke mogelijkheden er zijn. Scheiden is er één van. Ook helpt hij je na te denken over de gevolgen van elke eventuele keuze. Want wanneer je niet tevreden bent met je huidige situatie, wil dat nog niet zeggen dat je je beter zult voelen als je eenmaal bent gescheiden.

Dit soort begeleiding kan ervoor zorgen dat je gaat beseffen wat je in je situatie mist en wat een scheiding daar al dan niet aan zou kunnen veranderen. In sommige gevallen kan een proefscheiding duidelijkheid scheppen. Partners gaan dan voor een bepaalde periode apart wonen waarbij zij de situatie van een daadwerkelijke scheiding zoveel mogelijk nabootsen.

## Wat zegt de wet?

'Duurzame ontwrichting' van de relatie is de enige reden die de Nederlandse wet geeft voor echtscheiding en beëindiging van geregistreerd partnerschap. Het betekent dat de relatie zo slecht is dat het niet langer mogelijk is bij elkaar te blijven. Dat geldt al als een van beide partners dat vindt, zelfs als de ander het daarmee niet eens is. In de praktijk kun je scheiden als een van tweeën dat wil. Het maakt verder niet uit of iemand 'schuld' heeft. De schuldvraag wordt niet (meer) gesteld.

Gehuwden zijn niet (meer) verplicht samen te wonen en kunnen dus zonder juridische gevolgen tot een proefscheiding (zie hiervoor) besluiten. Dat is iets anders dan een 'scheiding van tafel en bed' die wel een gerechtelijke procedure en inschakeling van een advocaat vereist.

---

**Vraag:** Moeten we voor de kinderen bij elkaar blijven?

**Antwoord:** Dat hangt ervan af of het mogelijk is de ruzies te stoppen. Als er nog een kans is dat dit met relatietherapie lukt, kan het de moeite waard zijn het te proberen. Kinderen doen het in volledige gezinnen nog altijd het beste, mits de sfeer daar redelijk is. Als niets helpt en uit elkaar gaan onvermijdelijk wordt, probeer het dan op een goede manier te doen.

---

## Wat betekent een scheiding voor kinderen?

Veel kinderen vermoeden al eerder dat er iets mis is. Maar als hun ouders uit elkaar gaan, is dat meestal toch een hele schok voor hen. Met veel onzekerheid en verwarring als gevolg. Kinderen vragen zich angstig af hoe het nu verder gaat en wat er allemaal nog meer kan veranderen. Of de scheiding misschien hun schuld is en wat ze dan kunnen doen om ervoor te zorgen dat het weer goed komt. Kinderen kunnen lang blijven hopen dat ouders weer bij elkaar komen. Ook het gevoel dat ze voor een van beide ouders moeten kiezen kan lang blijven. De breuk tussen hun ouders bezorgt alle kinderen verdriet. Zelfs als ze blij zijn dat de ruzies ophouden.

Een scheiding betekent voor kinderen vooral 'verlies'. Van het vertrouwde gezin als veilige basis en van de dagelijkse aanwezigheid van beide ouders. Ook zijn ouders vaak zo in beslag genomen door hun eigen problemen dat er weinig aandacht voor de kinderen overblijft. Kinderen kunnen daarnaast met grote veranderingen te maken krijgen: een minder goede financiële situatie, een verhuizing, verandering van school, spanningen in de familie. Al deze gebeurtenissen betekenen ook verlies. Daarbij veroorzaken ze bij kinderen een groot gevoel van machteloosheid. De dingen overkomen hun zonder dat ze er iets aan kunnen doen.

## Gevolgen van een scheiding voor kinderen op de langere duur

Uit onderzoek blijkt dat het met de meeste kinderen van gescheiden ouders op den duur weer goed gaat. Maar ook dat deze kinderen gemiddeld bijna twee keer zoveel problemen hebben als kinderen uit volledige gezinnen. Daar kunnen ze, ook als ze eenmaal volwassen zijn, nog last van hebben. Het gaat om allerlei moeilijkheden zoals angsten en depressies, agressief en strafbaar gedrag, mindere schoolprestaties, roken, drinken, blowen, problemen met relaties. Kinderen van gescheiden ouders scheiden zelf twee maal zo vaak als andere kinderen. Als beide partners gescheiden ouders hebben, zelfs drie maal zo vaak. De problemen zijn het grootst bij ernstige en langdurige conflicten tussen ouders.

---

**Vraag:** Waar moeten ouders die uit elkaar gaan vooral hun best voor doen?

**Antwoord:** Geef de kinderen het gevoel dat ze van beide ouders mogen houden. Praat niet negatief over de andere ouder en probeer ervoor te zorgen dat familie en vrienden dat ook niet doen. In ieder geval niet als de kinderen het kunnen horen.

---

## Als het scheiden wordt

Getrouwde ouders kunnen niet zomaar uit elkaar gaan. Geregistreerde partners die kinderen hebben ook niet. Alleen de rechtbank kan deze samenlevingsvormen beëindigen. Daar is de hulp van een advocaat voor nodig. Dit geldt niet voor 'gewoon' samenwonende ouders. Welke vorm de relatie ook heeft, als ouders uit elkaar gaan moet er veel worden geregeld. Daarbij heb je een aantal keuzes. Zo kun je samen afspraken maken, of een mediator (bemiddelaar) inschakelen die je daarbij helpt. Getrouwde en geregistreerde partners kunnen vervolgens besluiten samen één advocaat te nemen of elk een eigen advocaat. Hierna volgen de verschillende mogelijkheden en stappen, gevolgd door een puntsgewijze toelichting.



## Wat moet er gebeuren?

1. Maak je partner duidelijk dat je de relatie wilt beëindigen. Dit wordt de **scheidingsmelding** genoemd.
2. Als praten met elkaar niet wil lukken, schakel dan zo gauw mogelijk een **(familie) mediator** in. Hier zijn kosten aan verbonden.
3. Zijn er zaken die niet kunnen wachten? Maak daar dan **voorlopige afspraken** over, zonodig met hulp van een mediator. Lukt dat niet, vraag dan om 'voorlopige voorzieningen' bij de rechter. Daar is een (familierecht)advocaat voor nodig.
4. **Vertel de kinderen** op zeker moment wat er staat te gebeuren en betrek hen bij dingen die hun direct aangaan. Breng ook de **school en/of de kinderopvang** op de hoogte.
5. Maak – al dan niet met hulp van een mediator – afspraken over wat er in het **ouderschapsplan** moet komen te staan. Probeer het daarna ook eens te worden over de andere zaken zoals het huis, de gezamenlijke bezittingen en de financiën.
6. Kom je – al dan niet na mediation - tot overeenstemming met je partner, schakel dan **samen een (familierecht)advocaat** in die de scheiding juridisch kan afhandelen.
7. Kun je het, ook na mediation, niet eens worden met je partner, zoek dan **elk een (familierecht)advocaat**.
8. **Kinderen van 12 jaar en ouder** kunnen hun mening aan de **rechter** kenbaar maken. Dat kan soms ook als ze jonger zijn.

### 1. De 'scheidingsmelding'

Bij een scheiding moet je veel keuzes maken en regelingen treffen. Daar moet je emotioneel dan wel toe in staat zijn. Dat is meestal pas het geval als je de eerste klap van de scheiding al wat hebt kunnen verwerken.

In dit verband is de zogeheten scheidingsmelding van belang. Dat is de mededeling van de ene partner aan de andere dat hij de relatie wil beëindigen. Die duidelijkheid zorgt voor een beter verloop van de scheiding. Wel kunnen de emoties heftig zijn. De meeste scheidende partners hebben dan ook een paar weken of langer nodig om te bekomen van de eerste schrik, de werkelijkheid tot zich te laten doordringen en

het onvermijdelijke te gaan accepteren. Daarna wordt het mogelijk maatregelen te nemen om de scheiding te regelen, zoals het snel maken van afspraken over de kinderen. Als dat nodig is met hulp van een (familie)mediator.

### 2. Een mediator inschakelen

Als je samen geen afspraken kunt maken, schakel dan zo vroeg mogelijk een bevoegde (familie)mediator in. Deze kan de communicatie tussen partners weer op gang brengen waardoor oplossingen mogelijk worden.

Een mediator heeft meestal ook nog een ander beroep zoals advocaat of psycholoog. Mediators met verschillende achtergronden werken bij scheidingen vaak samen. Zo zal een psycholoog-mediator zich meer richten op kwesties die met het ouderschap en de kinderen te maken hebben. Voor de financiën en de juridische afhandeling zorgt dan de met hem samenwerkende advocaat-mediator. Soms moet er een notaris of fiscalist (belastingdeskundige) bij komen.

Je hoeft voor mediation niet goed met je partner overweg te kunnen. Integendeel: juist als je niet meer kunt praten met je partner, kan mediation helpen. Wel moeten beiden de wil hebben om er samen uit te komen.

Mediation is niet de juiste weg als er bijvoorbeeld sprake is van ernstige alcohol- of drugsverslaving, psychiatrische problemen of huiselijk geweld (kinder- of partnermishandeling). Ook niet als de een niet op kan tegen de ander of niet bereid is ook wat toe te geven als dat nodig is. In deze gevallen is het verstandig een advocaat te nemen.

### Wat doet een mediator?

Een mediator is een neutrale bemiddelaar die de gesprekken tussen twee partijen leidt. Onder meer door hen te helpen echt naar elkaar te luisteren. En door de goede vragen te stellen.

Hij neemt geen standpunt in en geeft geen advies, maar ondersteunt partners bij het vinden van eigen oplossingen die voor beiden aanvaardbaar zijn. Hij doet zijn best om ieders belangen zo goed mogelijk tot hun recht te laten komen.

Bij familiemediation ligt de nadruk nog wat meer op ouderschap en opvoeding en het voorkomen van problemen bij de kinderen. Scheidende ouders krijgen tips hoe als vader en moeder met elkaar om te blijven gaan. En hoe zich in hun gesprekken vooral te richten op de belangen van de kinderen.

Bij mediation zoek je samen naar een oplossing, bij een rechtszaak is het de rechter die beslist.

### Voordelen van mediation ten opzichte van een rechtszaak

- partners hebben na afloop meer respect voor elkaar;
- partners beslissen zelf, hebben daardoor meer vrede met hun afspraken en komen die beter na;

- er is ruimte voor meer creatieve oplossingen;
- partners leren hoe zij eventuele latere conflicten kunnen oplossen;
- mediation gaat over het algemeen sneller dan een rechtszaak en is relatief goedkoop.

#### Waarom moet een mediator voldoen?

Wie er zeker van wil zijn dat een mediator aan de nodige kwaliteitseisen voldoet, kan nagaan of deze is geregistreerd bij het Nederlands Mediation Instituut (NMI). Sommige NMI-geregistreerde mediators zijn bovendien gecertificeerd. Zij voldoen aan zwaardere eisen. Het NMI kent een klachtenregeling en tuchtrecht. Beroepsverenigingen (van bijvoorbeeld psychologen of familierechtadvocaten/scheidingsbemiddelaars) kennen ook een eigen registratie. Zij stellen aparte voorwaarden aan leden die willen worden geregistreerd als mediator.

#### Hoe vind je een mediator?

Je kunt een mediator zoeken via:

- het Juridisch Loket;
  - de zoekfunctie op de website van het Nederlands Mediation Instituut (NMI).  
Hier kun je per beroepsgroep en/of aandachtsgebied zoeken naar een mediator in je omgeving;
  - diverse beroepsverenigingen.
- (Zie voor internetadressen van deze en andere organisaties p. 42 en verder).

---

**Vraag:** Ik twijfel of het in ons geval zinvol is om een mediator in te schakelen. Wat moet ik doen?

**Antwoord:** Bij twijfel kun je een mediator altijd even bellen om te overleggen. Wacht niet te lang met hulp zoeken, anders loop je kans dat het conflict groter wordt. Eventueel kun je ook de Rechtswijzer volgen op de website van de Raad voor Rechtsbijstand (zie p. 43). Die helpt je onder meer te bepalen of mediation iets voor je is. Net als de Helpdesk Mediation op dezelfde website. Deze is per e-mail te bereiken.

---

### 3. Voorlopige afspraken

Soms kunnen dingen niet wachten tot de officiële scheiding. Die moet je dan direct regelen. Denk aan het gebruik van de gezamenlijke woning of geld voor het levensonderhoud van een partner die geen of weinig inkomen heeft. Je kunt daar als ouders onderling of anders met hulp van een (familie)mediator voorlopige afspraken over maken. Als dat niet gaat, kun je de rechter om een tijdelijke regeling (officieel: 'voorlopige voorzieningen') vragen. Daarvoor heb je een advocaat nodig.

### 4. De kinderen en de school / kinderopvang informeren

Op zeker moment is het nodig de kinderen in te lichten. Hoe doe je dat en wanneer? Hoe zullen ze reageren? En wat kun je doen om hen te helpen? Zie hiervoor p. 16 en verder. Vergeet niet ook de school en/of de kinderopvang op de hoogte te brengen van de situatie thuis. Dan kunnen leerkrachten en leidsters er rekening mee houden, mocht je kind zich ineens anders gedragen.

### 5. De kinderen en het ouderschapsplan

In de wet die het scheiden van ouders regelt, staan de kinderen centraal. Zij zijn de zwakste partij en hebben recht op bescherming. Bij een scheiding is er crisis in het gezin. Het is dan allereerst nodig dat je als ouders zoveel mogelijk rust rondom de kinderen creëert. En snel begint met het maken van afspraken over de invulling van het ouderschap als je eenmaal uit elkaar bent. Kinderen moeten niet te lang in onzekerheid verkeren. Hoe ga je de zorg- en opvoedingstaken samen delen? Of de omgang regelen? Hoe moet het met de kosten van verzorging en opvoeding? Dat soort afspraken moet je vastleggen in een ouderschapsplan (zie p. 22 en p. 39). Het is nodig daar ook de kinderen bij te betrekken. Dit alles geldt ook voor samenwonende ouders die niets officieel hebben geregeld. Daarna komen de andere zaken aan de beurt zoals het huis, de spullen en de (verdere) financiën.

### 6. Samen één advocaat

Als je het als partners eens bent geworden, kun je volstaan met één advocaat. Die zorgt voor het vastleggen van de afspraken in een officiële overeenkomst, een 'convenant' genoemd. Daaraan moet ook het ouderschapsplan met de afspraken over de kinderen zijn toegevoegd.

De advocaat dient het convenant bij de rechtbank in, tegelijk met het gemeenschappelijk verzoek om echtscheiding of beëindiging geregistreerd partnerschap.

Heb je een mediator die ook advocaat is, dan kan deze de juridische afhandeling van de scheiding zelf regelen. Is de mediator geen advocaat, dan zal hij met zo iemand samenwerken.

Er komt dan geen rechtszitting. De rechter beslist op basis van de stukken. Die beslissing wordt vastgelegd in een (echt)scheidingsbeschikking. Daarin kan ook het convenant worden opgenomen. Op die manier kun je, als het nodig is, afdwingen dat de andere ouder de afspraken nakomt. Dat kan een veilig gevoel geven.



## 7. Allebei een advocaat

Als je er samen niet uitkomt, heb je kans dat het met mediation wel lukt. Als dat niet zo is, zit er niets anders op dan allebei een eigen (familierecht)advocaat in te schakelen. Voordat je een rechtszaak begint, kun je nog wel proberen via de advocaten te onderhandelen en zo alsnog tot overeenstemming te komen. Eventueel kun je ook met zijn vieren om de tafel gaan zitten: dat zijn dan beide partners, elk met hun eigen advocaat. Deze nieuwe methode, 'de overlegscheiding', is erop gericht tot oplossingen te komen. De partijen leggen van te voren vast dat zij de gang naar de rechter niet maken.

Als er toch geen overeenstemming wordt bereikt, is de rechter nodig. Dan is er sprake van 'scheidingsop tegenspraak'. De een vraagt de scheiding aan en de ander voert 'verweer' (maakt bezwaar). Er komt een zitting op de rechtbank. De rechter kan zelf een regeling vaststellen of de ouders eerst nog naar een mediator verwijzen. Ook kan hij de Raad voor de Kinderbescherming om advies vragen als ouders het niet eens zijn over wat er met de kinderen moet gebeuren. Een scheiding op tegenspraak kan ervoor zorgen dat de toch al verstoorde relatie tussen de ouders leidt tot echte vijandigheid. Dat maakt het gezamenlijk ouderschap na de scheiding moeilijker. Ook is er meer onzekerheid over de uitkomst van de procedure, duurt het langer voordat de scheiding rond is en zijn de kosten hoger.

## 8. Kinderen en de rechter

Als ouders een scheidingsverzoek hebben ingediend, krijgt een kind van 12 jaar of ouder een uitnodiging van de rechter om zijn mening te geven. Dat kan per brief of in een gesprek met de rechter. Deze zal goed naar het kind luisteren en er bij zijn beslissing rekening mee houden. Een kind is niet verplicht zijn mening te geven. De rechter kan een kind jonger dan 12 jaar ook uitnodigen voor een gesprek als het kind per brief of telefoon heeft laten weten dat graag te willen. De rechter kan dat ook uit zichzelf doen als hij vindt dat uit het scheidingsverzoek niet duidelijk wordt hoe een kind bij het maken van het ouderschapsplan is betrokken.

## Wanneer is de scheiding rond?

De scheiding is pas definitief als de rechterlijke beschikking (beslissing) is ingeschreven in de registers van de burgerlijke stand. Dat regelt de advocaat. Bij een scheiding op gemeenschappelijk verzoek kan er, als alles meezit, na vier weken een rechterlijke uitspraak liggen. Inschrijving kan vervolgens binnen een week gebeuren als de partijen vastleggen dat ze niet in hoger beroep gaan. Anders duurt het in ieder geval nog drie maanden. In alle andere gevallen duurt het allemaal vaak (veel) langer.

## Wat kost een scheiding?

Een scheiding kan duur zijn. Denk aan de kosten van een advocaat, een mediator, eventueel advies van andere deskundigen. En aan de tarieven van uittreksels uit de Gemeentelijke Basisadministratie Persoonsgegevens (GBA) en het griffierecht. Bijna geen enkele rechtsbijstandsverzekering betaalt voor echtscheidingsprocedures. Soms vergoeden ze wel de kosten van een mediator.

Mensen met lagere inkomens kunnen onder bepaalde voorwaarden in aanmerking komen voor gesubsidieerde rechtsbijstand (ook wel 'toevoeging' genoemd). De overheid vergoedt dan de kosten. Je moet wel een eigen bijdrage betalen. Die eigen bijdrage ligt tussen 98 en 732 euro, afhankelijk van het inkomen. Ook voor mediation is een toevoeging mogelijk. De eigen bijdrage is minimaal 49 euro en maximaal 98 euro. (Let op: de bedragen gelden voor 2009. Houd er rekening mee dat ze jaarlijks omhooggaan. Ook kunnen de inkomensgrenzen veranderen. Raadpleeg voor de meest actuele gegevens de website van de Raad voor Rechtsbijstand of die van het Juridische Loket (zie p. 45).) Zonder toevoeging zijn de bedragen veel hoger. Iedere mediator of advocaat stelt zijn eigen uurtarief vast. Dat varieert van ongeveer 150 tot 250 euro voor een NMI-mediator en van 170 tot 350 euro voor een advocaat / scheidingsbemiddelaar. Niet alle advocaten en mediators werken op basis van een toevoeging. Informeer ernaar bij het Juridisch Loket. Of vraag de advocaat of mediator die je hebt gekozen van tevoren naar de kosten.

## Zo kun je de scheidingskosten zo laag mogelijk houden

1. Probeer er eerst samen uit te komen. Dan kun je samen één advocaat nemen om een gemeenschappelijk scheidingsverzoek in te dienen.
2. Zet alvast gezamenlijke afspraken op papier. Dat scheelt in de kosten van de advocaat.
3. Schakel een mediator in voordat je allebei een advocaat neemt.

## Fabels en feiten

**Fabel:** Vanaf 12 jaar mag je zelf beslissen bij wie je woont.

**Feit:** Bij een scheiding moet de rechter een kind van 12 jaar of ouder uitnodigen om zijn mening te geven. Dat kan per brief of in een gesprek met de rechter. Een kind heeft inspraak maar dat betekent niet dat hij ook zelf kan beslissen. Dat doet de rechter, al houdt hij daarbij wel rekening met de mening van het kind.

**Fabel:** *Gezamenlijk gezag betekent dat ouders de zorg voor de kinderen precies gelijk moeten verdelen.*

**Feit:** Gezamenlijk gezag wil zeggen dat beide ouders verantwoordelijk zijn voor de opvoeding en verzorging van de kinderen. En dat zij samen alle belangrijke beslissingen nemen. De dagelijkse zorg is een ander verhaal. Hoe ouders die verdelen, bepalen zij zelf. In de praktijk neemt meestal één ouder het grootste deel van de zorg op zich. Een deel van de ouders besluit tot co-ouderschap. Zij zorgen om de beurt voor de kinderen.

**Fabel:** *Heel jonge kinderen merken niets van een scheiding.*

**Feit:** Baby's hebben nog geen woorden maar voelen wél de emoties van hun ouders aan. Hun ontwikkeling – ook die van de hersenen – kan schade ondervinden van te veel stress.

**Fabel:** *Jongens hebben meer last van de scheiding dan meisjes. Zij kunnen ook beter bij hun vader wonen en meisjes bij hun moeder.*

**Feit:** Jongens en meisjes hebben ongeveer evenveel last van de scheiding. Meisjes neigen iets meer naar sombere gevoelens, jongens naar agressief gedrag. Maar de verschillen zijn niet groot. Dat kinderen als regel beter bij de ouder van hetzelfde geslacht kunnen wonen, is niet juist.

## Hoe vertel je het aan de kinderen en wanneer?

Ouders houden hun plannen om uit elkaar te gaan soms lang verborgen. Bijvoorbeeld omdat ze hun kinderen willen beschermen. Maar voor kinderen is het hele scheidingsproces beter te verdragen als ze van tevoren weten wat er gaat gebeuren. Hoe kun je hen het beste informeren?

- Wacht zo mogelijk tot het besluit om te scheiden vaststaat, evenals de datum waarop een van de ouders vertrekt. Breng de kinderen dan een paar weken van tevoren op de hoogte. Wacht echter niet te lang. Kinderen voelen vaak dat er iets gaande is;
- Vertel het hun als het even kan samen en op een rustig moment;
- Houd rekening met hun leeftijd en ontwikkelingsniveau. Kinderen hoeven niet alles te weten en zeker geen volwassen details;
- Kinderen verwerken ingewikkelde emotionele zaken in stappen. Denk eraan dat ze niet alles in één keer begrijpen, laat staan verwerken.

Vertel de kinderen in ieder geval:

- dat jullie niet meer samen in één huis willen wonen;
- dat het niet hun schuld is maar te maken heeft met moeilijkheden tussen jullie beiden;

- dat jullie wel altijd van hen blijven houden en voor hen blijven zorgen;
- dat het besluit definitief is en dat ze echt niets kunnen doen om jullie weer bij elkaar te brengen;
- dat ze altijd alles kunnen vragen.

Leg ook heel concreet uit:

- wat er gaat veranderen (voor zover dat al duidelijk is);
- hoe jullie de zorgtaken na de scheiding gaan verdelen of de omgang regelen.

Betrek de kinderen bij het nemen van beslissingen die hun direct aangaan. Het helpt hen om zich minder machteloos te voelen. Dat is goed voor hun verwerking.

---

**Vraag:** *Mijn kinderen praten niet over de scheiding. Wat moet ik doen?*

**Antwoord:** *Blijf je kinderen zeggen dat ze hun vragen kunnen stellen en hun zorgen mogen uiten. Help ze hun gevoelens over de scheiding onder woorden te brengen. Herhaal de boodschap dat de scheiding niet hun schuld is en dat jullie altijd van hen blijven houden. Ga bij jonge kinderen na of ze wel alles hebben begrepen.*

---

## Mogelijke reacties van kinderen

Hoe en hoe heftig een kind zal reageren op de scheiding van zijn ouders is vaak niet te voorspellen. Het verschilt in de eerste plaats per kind en per situatie. Maar verdriet, boosheid en angst spelen altijd wel een rol. Soms komt daar opluchting bij als de scheiding aan een onhoudbare situatie een einde maakt.

Veel kinderen voelen zich afgewezen, in de steek gelaten, eenzaam. Vaak blijven ze hardnekkig hopen op een verzoening tussen hun ouders.

De kans op loyaliteitsproblemen is in deze omstandigheden groot: kinderen hebben dan het nare gevoel tussen hun ouders te moeten kiezen. Terwijl ze dat eigenlijk niet willen en ook niet kunnen.

De meeste kinderen praten niet zo over hun gevoelens. Dat ze het moeilijk hebben is vaak op school te merken aan veranderd gedrag. De een is stil en teruggetrokken, de ander juist druk en lastig.

De manier waarop een kind reageert, hangt natuurlijk ook af van zijn leeftijd en ontwikkelingsfase. Zo nemen heel jonge kinderen de stemming van hun verzorgende ouder over. Is deze bijvoorbeeld verdrietig of boos, dan zijn zij dat ook. En hoe jong ze ook zijn, ze merken het als een ouder 'afwezig' is en minder goed

ingaat op hun behoeften. Baby's kunnen reageren met veel huilen, slecht slapen en voedingsproblemen. Maar ze kunnen zich ook 'terugtrekken' uit het contact, stillletjes worden. Ze proberen zo snel mogelijk van alles 'zelf' op te lossen, zoals zelf de fles vasthouden of erg vroeg beginnen te lopen.

Ook bij peuters en kleuters zijn slecht slapen of eten herkenbare reacties. Net als lichamelijke klachten zoals buikpijn of misselijkheid. Een terugval in ontwikkeling zoals weer in bed plassen of gaan duimzuigen komt vaak voor. Op deze leeftijd zijn kinderen vaak bang alleen gelaten te worden. Ze hangen erg aan hun ouders en vragen veel aandacht. Als de ene ouder zomaar kan vertrekken, doet de andere dat misschien ook!

Jonge kinderen kunnen zich dus onveilig voelen. Vaak denken ze ook dat de scheiding hun schuld is. Ze fantaseren over de verzoening van hun ouders en hopen dat die weer bij elkaar komen als zij bijvoorbeeld extra lief zijn.

Ook jongere basisschoolleerlingen kunnen denken dat ze schuldig zijn aan de scheiding. En dat ze die dus ook weer ongedaan kunnen maken. Ze denken dat kritiek op de andere ouder kritiek op henzelf is. Ze reageren vooral verdrietig. Dat ze boos zijn op hun ouders geven ze niet gauw toe. Boosheid reageren ze af op anderen zoals een zusje of vriendje.

Bij oudere basisschoolleerlingen zijn de gevoelens van boosheid het sterkst. Deze kinderen zijn gevoelig voor de druk die ouders soms op hen uitoefenen en kiezen dan partij voor een van hen.

---

### Hoe Jet haar probleem \*) oplost

*De zevenjarige Jet woont bij haar moeder. Haar vader heeft ze door alle problemen van de scheiding een tijdlang niet gezien. Nu moet de omgang met hem weer op gang komen maar dat lukt de ouders nog niet zelfstandig. Jets moeder vindt het in haar hart niet fijn dat haar dochter naar haar vader gaat. Maar ze wil het ook niet tegenhouden. Daarom is er nu een begeleide omgangsregeling. Dat betekent dat een vrijwilliger het meisje heen en weer brengt.*

*Als deze haar na haar tweede bezoek aan vader ophaalt, zegt Jet heel spontaan:*

*"Zo, dát was leuk!" Bij thuiskomst vraagt haar moeder hoe het was. "Niks aan", is het antwoord.*

*"Ga je de volgende keer weer?" vraagt haar moeder ook nog.*

*"Nee", zegt Jet, "ik wil nooit meer naar pappa."*

*\*) Toelichting: Jet vond het fijn bij haar vader maar durft dat niet tegen haar moeder te zeggen. Want dat betekent voor haar gevoel dat ze niet loyaal (trouw) is aan haar moeder. En dat wil ze ook niet. Jet zit dus klem en ziet geen andere oplossing dan maar te zeggen dat het niet leuk was. Want ze heeft het idee dat dat is wat haar moeder wil horen.*

---

Ook pubers kunnen flink van streek zijn. Wel begrijpen ze beter dan jongere kinderen wat een scheiding betekent. Ze maken zich zorgen, zowel over hun ouders als over zichzelf en hun toekomst. Ze zitten in een fase waarin ze zich los gaan maken van thuis, maar twijfelen wat ze in deze situatie moeten doen. Sommigen zoeken veel afleiding buitenshuis, anderen nemen taken van de afwezige ouder over. Van dit laatste kunnen ze zelfstandiger en weerbaarder door worden. Maar alleen als ze er waardering voor krijgen en er voldoende ruimte overblijft voor hun ontwikkeling en behoeften.

## Wat helpt kinderen bij een scheiding?

Ouders en hun omgeving kunnen voor een groot deel voorkomen dat de scheiding een te zware last wordt voor kinderen. Er is veel kennis over wat je wel of juist beter niet kunt doen. Zo verwerken kinderen de scheiding gemakkelijker als beide ouders een warme relatie met hen onderhouden. En als zij hun kinderen goed informeren en hun de gelegenheid geven hun zorgen te uiten en vragen te stellen. (zie p. 16). Het helpt ook als ouders op de hoogte zijn van de valkuilen, zodat ze die kunnen vermijden (zie p. 31). Verder sterkt het de kinderen als zij begrip en erkenning krijgen voor hun verdriet en de gevolgen die de scheiding voor hen heeft. Die steun kan ook vanuit de omgeving komen.

Kinderen verwerken de scheiding beter als zij mensen om zich heen hebben die hun het gevoel geven er niet alleen voor te staan. Als hun ouders minder beschikbaar zijn, kan het helpen als kinderen met hun emoties en vragen terecht kunnen bij andere volwassenen. Zoals een familielid, buurvrouw of iemand van school. Ouders doen er goed aan deze contacten te stimuleren. Nu moeten we kinderen niet alleen als slachtoffer beschouwen. Want zij kunnen zelf ook invloed (leren) uitoefenen op wat er gebeurt. Bijvoorbeeld door te leren dat er een verschil is tussen wat hun vader en moeder doen als partners en als ouders. Kinderen kunnen dan bijvoorbeeld tegen hun ouders zeggen dat ze last hebben van al dat geruzie. Dat kan ouders stimuleren zich meer als ouders te gedragen. Als kinderen merken dat ze zelf ook iets kunnen doen en dat hun ouders naar hen luisteren, vergroot dat hun zelfvertrouwen.

Waar kinderen van gescheiden ouders veel aan hebben, is deelname aan speciale spel- en praatgroepen. Zij ontmoeten er andere kinderen van gescheiden ouders en leren de scheiding beter te begrijpen en te verwerken. In zulke groepen leren ze ook beter voor zichzelf op te komen. Zoals openlijk tegen hun ouders durven zeggen wat hun dwarszit. (Spel- en praatgroepen zijn niet overal beschikbaar. Informeer ernaar in de omgeving, bijvoorbeeld bij het Centrum voor Jeugd en Gezin).

---

**Vraag:** Ik probeer mijn kinderen zoveel mogelijk te steunen. Wat kan ik nog meer voor hen doen?

**Antwoord:** Je kunt bij het Centrum voor Jeugd en Gezin informeren of er in de buurt misschien praatgroepen voor kinderen zijn. Verder doe je er goed aan de kinderopvang en/of de school op de hoogte te brengen van de situatie thuis. Dan zijn ze daar voorbereid op mogelijke reacties van het kind.

---

## Wat zegt de wet over het gezag na scheiding?

### Uitgangspunt: gezamenlijk gezag en gelijkwaardig ouderschap

In de wet staat dat ouders na een scheiding samen het gezag hebben over hun kinderen, als dat voor de scheiding ook het geval was. In de praktijk gaat het meestal ook zo. Heel af en toe besluit de rechter dat één van de ouders het gezag over de kinderen krijgt. Dat gebeurt als hij vindt dat 'er een onaanvaardbaar risico bestaat dat de kinderen klem of verloren raken tussen de ouders en niet te verwachten is dat hierin binnen afzienbare tijd voldoende verbetering komt'. Of wanneer hij wijziging van het gezag 'anderszins in het belang van het kind noodzakelijk acht'.

Gescheiden ouders met gezamenlijk gezag blijven dus allebei verantwoordelijk voor hun kinderen. Beiden hebben het recht en de plicht de kinderen te verzorgen en op te voeden. Dit heet 'gelijkwaardig ouderschap'.

Dit betekent niet dat ouders de dagelijkse zorg- en opvoedingstaken gelijk moeten verdelen. Wie wat doet en wanneer kunnen zij in onderling overleg afspreken en als 'zorgregeling' opschrijven in een ouderschapsplan (zie p. 22 en 39).

Bij het bepalen van wie wat doet, is het goed te kijken naar hoe de zorg was verdeeld voor de scheiding. En naar de werktijden van de ouders, hun woonomstandigheden en de school- en sporttijden van de kinderen.

Er zijn meer mogelijkheden voor zo'n zorgregeling. Of de kinderen wonen bij één ouder (daar is hun hoofdverblijf) terwijl ze op bepaalde dagen bij de ander ouder zijn. Of de ouders hebben co-ouderschap: zij zorgen om de beurt voor de kinderen. Verder staat in de wet dat ouders hun best moeten doen voor een goede band van hun kind met de andere ouder, ook als deze laatste geen gezag heeft.

### Ouders zonder gezag

Een ouder zonder (wettig) gezag heeft geen bevoegdheid om over zijn kind te beslissen. Wel heeft hij na scheiding recht op omgang met zijn kind. Hij is daartoe ook verplicht. Verder heeft hij recht op informatie en consultatie. Dat wil zeggen dat de ouder met gezag hem moet informeren en raadplegen bij belangrijke beslissingen over het kind. Daarbij valt te denken aan schoolkeuze en medische kwesties.

Anderen die met een kind hebben te maken, zoals huisarts of school, moeten de ouder zonder gezag informatie geven als hij daar om vraagt. Behalve als dat niet goed voor het kind zou zijn.

## Kosten van verzorging en opvoeding

Na een scheiding zijn beide ouders verplicht hun kinderen te onderhouden, of ze nu wel of niet gezag uitoefenen. Afspraken over kinderalimentatie of verdeling van de kosten van verzorging en opvoeding moeten ouders in hun ouderschapsplan zetten. Als de kinderen hoofdzakelijk bij één ouder wonen, doet deze de meeste uitgaven voor hen. De andere ouder draagt financieel bij met kinderalimentatie. Dat bedrag kunnen de ouders samen afspreken.

Kom je er met je partner niet uit, dan kun je de rechter (via een advocaat) vragen de hoogte van de alimentatie vast te stellen. De rechter zal niet alleen rekening houden met de kosten van de kinderen vóór de scheiding ('de behoefte'), maar ook met de draagkracht van degene die moet betalen.

Bij co-ouderschap spreek je samen af welke kosten je gaat verdelen. En hoe je dat gaat doen.

Co-ouders moeten er rekening mee houden dat allerlei financiële regelingen niet bedoeld zijn voor co-ouderschap. Zo wordt de kinderbijslag maar aan één ouder uitgekeerd. Ouders moeten dat bedrag dan onderling verrekenen.

Uitgebreide informatie over de berekening van (kinder)alimentatie en de verdeling van de kosten tussen co-ouders is te vinden in de Geldwijzer Alimentatie &

Co-ouderschap van het Nibud (zie p. 45).

# Het ouderschapsplan



## Wat zegt de wet over het ouderschapsplan?

Alle ouders die uit elkaar gaan doen er goed aan een ouderschapsplan op te stellen. Gehuwde en geregistreerde ouders, met of zonder gezamenlijk gezag, en samenwonende ouders met gezamenlijk gezag zijn dat ook wettelijk verplicht. Hoofregel is dat het verzoekschrift tot echtscheiding of ontbinding geregistreerd partnerschap een ouderschapsplan bevat, ondertekend door beide ouders.

In het ouderschapsplan moeten in ieder geval afspraken worden opgenomen over:

- de manier waarop de ouders de zorg- en opvoedingstaken verdelen of de omgang regelen. Dat betekent onder meer dat moet worden vastgelegd waar het kind verblijft, hoeveel tijd hij met iedere ouder doorbrengt, wie welke taken op zich neemt;
- de manier waarop de ouders elkaar informatie geven en raadplegen over belangrijke zaken die de kinderen betreffen;
- de kosten van de verzorging en opvoeding van de minderjarige kinderen (kinderalimentatie).

Verder moet het verzoekschrift tot scheiding vermelden:

- waar de ouders het over eens zijn, waar de ouders het nog niet over eens zijn en waarom dat zo is;
- op welke manier de kinderen zijn betrokken bij het opstellen van het ouderschapsplan.

Als het verzoekschrift geen ouderschapsplan bevat omdat de ouders het niet eens kunnen worden, kan de rechter hen naar een mediator verwijzen. Als mediation ook niet tot afspraken leidt, kan de rechter tot de conclusie komen dat het ouderschapsplan redelijkerwijs niet kan worden overgelegd. In dat geval kunnen ouders proberen op een andere manier aan de voorwaarden te voldoen. De rechter moet beoordelen of zij daarin zijn geslaagd. Hij kan het verzoek ook niet-ontvankelijk verklaren. Dat betekent dat hij het niet in behandeling kan nemen.

Elke ouder heeft dan nog de mogelijkheid alleen de scheiding aan te vragen. In die aanvraag (het scheidingsverzoek) aan de rechter, moet komen te staan waarom het niet is gelukt dat samen met de andere ouder te doen. En hoe hij of zij vindt dat het ouderschap na scheiding eruit moet zien.

Afwijking van de hoofregel zoals hiervoor beschreven, kan nodig zijn als overleg met de andere ouder onmogelijk is. Bijvoorbeeld bij ernstige problemen zoals alcohol- of drugsverslaving, psychiatrische klachten of huiselijk geweld.

---

**Vraag:** Hoe moet ik met mijn partner overleggen over het ouderschapsplan als wij steeds ruzie hebben?

**Antwoord:** Laat tijdens de besprekingen het verleden met rust en maak je niet boos. Gedraag je niet als partners maar als ouders met een gezamenlijk doel: het welzijn van de kinderen. Mocht het toch niet lukken, zoek dan hulp, bijvoorbeeld van een mediator.

---

## Suggesties bij het opstellen van een ouderschapsplan

In de wet staat wat er minimaal in een ouderschapsplan)\* moet komen. Daarnaast kun je er nog allerlei andere dingen in opnemen die je belangrijk vindt voor je kinderen. Zoals bepaalde regels (bedtijden, huiswerk), opvattingen over straffen of wat te doen als jij en de andere ouder het niet eens zijn. Het gaat erom dat het plan ‘maatwerk’ is, dus goed past bij de kinderen en ouders.

Waarschijnlijk zal het ouderschapsplan een paar keer moeten worden veranderd. Want wat op dit moment passend is, voldoet over een half jaar misschien niet meer. Kinderen ontwikkelen zich immers voortdurend en situaties kunnen veranderen. Beschouw het plan als een ‘groeimodel’ en leg erin vast hoe je daarmee omgaat. Zo kun je afspreken dat je op vaste tijden met elkaar of met iemand erbij bekijkt hoe het loopt en of er iets moet worden veranderd.

Met deze wetenschap in het achterhoofd is het wellicht ook makkelijker om je flexibel op te stellen als het gaat over hoe vaak en hoe lang de kinderen bij jou zijn. Want je moet rekening houden met hun behoeften en die bemoeilijken misschien wat je als ouder graag zou willen. De eerste tijd kan het voor kinderen nodig zijn de zorg net zo te regelen als vóór de scheiding. Ook moet je denken aan hun leeftijd en hun ontwikkelingsniveau bij het maken van een passende regeling. Als een kind heel jong is tijdens de scheiding, kan het noodzakelijk zijn de zorg erg ongelijk te verdelen. Zijn ontwikkeling laat nog niet toe dat hij te vaak of te lang weg is van zijn verzorgende ouder. Ook hebben jonge kinderen (tot een jaar of zes) veel behoefte aan een stabiele, vertrouwde thuissituatie. Voor hen is het daarom beter wat vaker en korter contact met de andere ouder te hebben (een paar keer per week) dan af en toe een lang contact. De mogelijkheden worden vanzelf groter naarmate het kind zich verder ontwikkelt.

\*) Zie ook p. 39 (Het ouderschapsplan: aandachtspunten)

Bij een scheiding verandert er meestal veel. Verander dus geen dingen die niet echt nodig zijn, zeker de eerste tijd niet. Te veel veranderingen tegelijkertijd of kort na elkaar kunnen een kind te zwaar belasten.

Laat de kinderen met beide families contact houden. Daar kun je ook iets over opschrijven in het ouderschapsplan. Uit buitenlands onderzoek blijkt dat kinderen met een hechtere band met grootouders tijdens en na de scheiding, minder aanpassingsproblemen vertonen.

Het vastleggen van concrete, gedetailleerde beslissingen over dagelijkse dingen (kleding, kapper, piercings) lijkt vooraf misschien overdreven. Maar het kan na een scheiding veel ellende voorkomen. Uit de praktijk blijkt dat geen of vage afspraken maken vaak tot misverstanden en conflicten leidt.

Ouders zijn verplicht hun kinderen te betrekken bij het ouderschapsplan. Kinderen zijn al heel jong goed in staat om hun belangen duidelijk te maken. Wel moeten ze te horen krijgen dat met hun mening rekening wordt gehouden, maar dat hun ouders uiteindelijk beslissen. Voorkomen moet worden dat een kind tussen beide ouders moet kiezen.

Lukt het niet goed samen afspraken te maken, schakel dan iemand in die kan helpen: een neutraal familielid, gezamenlijke vriend of anders een (familie) mediator. Zonodig kan een deskundige - (ortho)pedagoog of kinderpsycholoog - verhelderen wat het kind nodig heeft. Dat gebeurt dan op basis van wat de ouders vertellen en eigen contact met het kind.

# Na de scheiding: collega-ouders

Gezamenlijk gezag is een juridisch begrip (zie p. 20) dat aangeeft dat beide ouders bepaalde rechten en plichten hebben. Het is iets anders dan co-ouderschap dat inhoudt dat ouders de dagelijkse zorg voor hun kinderen om de beurt voor hun rekening nemen. Dit is het geval bij een kleine minderheid (ongeveer 15 procent) van alle kinderen met gescheiden ouders. De meerderheid (75 procent) blijft bij de moeder wonen en heeft meestal een zorgregeling met de vader. Bij de rest is dit omgekeerd. Gelijkwaardig ouderschap is het uitgangspunt.



De verdeling van de zorg kan echter op verschillende manieren plaatsvinden. Hoofdzaak is dat beide ouders zorg- en opvoedingstaken vervullen. En dat het steeds gaat om maatwerk, dus om wat past bij dat ene kind, zijn ouders en de situatie.

## Wonen bij één ouder en een regeling met de andere

Ouders met gezamenlijk gezag kunnen afspreken dat de kinderen hun 'hoofdverblijf' bij de ene ouder hebben en bepaalde dagen bij de andere ouder zijn. Er wordt in dit geval niet gesproken van een omgangsregeling met de uitwonende ouder. Die term wordt sinds 1 maart 2009 gebruikt voor de contacten van de kinderen met een ouder zónder gezag.

Vaak gaan kinderen die bij één ouder wonen eens in de twee weken een weekend naar hun andere ouder. Soms ook nog een dag doordeweeks. Daarnaast brengen zij een deel van de vakanties bij deze ouder door. Regelingen met een andere verdeling zijn net zo goed mogelijk. Van invloed is ook de band met de uitwonende ouder zoals die in het verleden is opgebouwd.

## Wonen bij twee ouders: co-ouderschap

De andere manier om voor de kinderen te zorgen, is met co-ouderschap. Dat wil zeggen dat gescheiden ouders de zorg- en opvoedingstaken samen delen. De kinderen wonen om de beurt bij hun moeder en hun vader. Soms is dit andersom en wonen de kinderen in één huis terwijl de ouders daar om de beurt voor hen komen zorgen.

In de praktijk is co-ouderschap vaak een bijna gelijke verdeling van de zorg. Kinderen zijn bijvoorbeeld drie dagen bij de ene en vier dagen bij de andere ouder. Of ze wisselen per week. Bij welke verdeling je het geen co-ouderschap meer noemt, is niet precies aan te geven.

'Co-ouderen' gaat meestal niet vanzelf. Dat moet je als ouders leren. Je kind elke keer opnieuw loslaten en toevertrouwen aan degene met wie je zojuist hebt gebroken, kan moeilijk zijn.

Vooral als de relatie met je ex nog erg gespannen is, is het verstandig de directe contacten met elkaar tot een minimum te beperken totdat het weer beter gaat. Bedenk dat je het allemaal doet voor de kinderen en dat het vertrouwen tussen jou en je ex op den duur weer kan toenemen.

Onderzoek wijst uit dat kinderen het bij co-ouderschap (afwisselend 3 en 4 nachten) niet slechter doen dan kinderen die vooral bij één ouder wonen na de scheiding. Wel moet ten minste aan de volgende voorwaarden zijn voldaan, wil de regeling kinderen recht doen:

- Als beide ouders bereid zijn er het beste van te maken, is er een basis voor co-ouderschap. Zij moeten ten minste zakelijk met elkaar kunnen overleggen over de kinderen. Zolang dat nog moeilijk is, kan e-mail, een 'heen-en-weer-schriftje' of een derde persoon misschien helpen.
- Ouders die denken over co-ouderschap, doen er goed aan ook met de leeftijd van hun kind rekening te houden (meer hierover op p. 24 'Suggesties bij het opstellen van een ouderschapsplan').
- Voor co-ouderschap moeten ouders eigenlijk bij elkaar in de buurt wonen. Zodat de kinderen zonder al te veel moeite vanuit beide adressen naar school kunnen. En ook hun buitenschoolse leven met vriendjes en clubs gewoon door kan gaan.
- Om de beurt opvoeden betekent dat ouders het in grote lijnen eens zijn over de opvoeding en ongeveer dezelfde regels aanhouden. Kleine onderlinge verschillen zijn niet zo erg. Ze kunnen zelfs verrijkend zijn als de ouders daar verder geen punt van maken.
- Het wonen in twee huizen kan (te) veel vragen van het aanpassingsvermogen van kinderen. Ouders kunnen helpen door voor extra aandacht, regelmaat en rust te zorgen.

## Hoe maak je een succes van de zorg- of omgangsregeling?

Wat voor zorg- of omgangsregeling je ook hebt, er zijn bepaalde gedragsregels voor een goede gang van zaken. Vaak gelden ze voor beide ouders, soms wat meer voor een van hen. Hieronder eerst iets over met elkaar praten als ouders. Vervolgens een aantal algemene richtlijnen.

### Niet meer als partners maar als ouders communiceren

Je huwelijk of relatie verbreken maar toch met je ex in contact blijven voor de kinderen? Het is voor veel ouders die uit elkaar gaan een ingewikkelde – maar geen onmogelijke – opgave.

Sommigen kunnen het op eigen kracht, direct of op den duur. Eventueel met hulp van familie of vrienden. Anderen hebben profijt van (familie)mediation. Een psycholoog-mediator kan je helpen je relatie opnieuw inhoud te geven: je neemt afscheid als partner om vervolgens collega-ouder te worden (niet te verwarren met co-ouder. Een collega-ouder kan maar hoeft niet tevens co-ouder te zijn). Je leert de communicatie met je ex uitsluitend op de belangen van de kinderen te richten. Je hoeft je ex niet aardig te vinden of beste vrienden te zijn. Nodig is dat je omwille van de kinderen fatsoenlijk met elkaar omgaat.

Als je je boosheid niet kunt bedwingen, kun je de contacten met je ex (tijdelijk) tot een minimum terugbrengen en gebruik maken van sms en e-mail om (neutrale) boodschappen over te brengen.

Je kunt ook leren hoe je ruzie kunt tegengaan. Zo kun je proberen niet te reageren als je ex-partner iets zegt dat je irriteert. Andersom kun je irritatie bij je ex voorkomen door zelf bijvoorbeeld niet steeds weer het verleden erbij te halen. Of je ex verwijten te maken. In plaats van te zeggen wat je niet bevalt, kun je beter zeggen wat je wilt. Boos zijn is logisch, boos blijven, al heb je daar misschien alle reden toe, biedt geen voordeel. Blijft woede je parten spelen, overweeg dan deskundige hulp te zoeken.

Er zijn ook ouders die na de scheiding goede vrienden blijven en nog veel samen doen. Voor de kinderen kan dat behalve prettig ook verwarrend zijn. Want waarom zijn hun ouders dan uit elkaar? Kinderen kunnen daardoor blijven hopen dat hun vader en moeder ooit weer bij elkaar komen.

### Algemene richtlijnen

- Houd je aan de afspraken in het ouderschapsplan en wees op tijd als je je kinderen moet ophalen of wegbrengen.
- Help je kind de overstap naar de andere ouder te maken, hoe moeilijk je dat zelf ook vindt. Laat hem merken dat je het hem gunt dat hij tijd doorbrengt met die ouder. Of weer teruggaat naar de ouder waar hij doorgaans woont. Sommige ouders stellen een ritueel in, iets dat ze altijd samen met hun kind doen voordat hij naar de andere ouder gaat. Bijvoorbeeld een verhaaltje lezen of iets speciaals eten of drinken.
- Maak geen ruzie bij het wisselen. Begin op dat moment bijvoorbeeld niet over de boedelscheiding of een ander gevoelig onderwerp. Bespreek zulke zaken op een ander tijdstip, als de kinderen er niet bij zijn.



- Ontvang je kind hartelijk als hij weer terugkomt na een verblijf bij de andere ouder. Vraag hoe het was en maak geen aanmerkingen als iets je niet bevalt. Accepteer het als je kind vermoeid of uit zijn doen is. Meestal heeft het niets met die ouder te maken maar met de inspanning van het wisselen. Als er geen verbetering optreedt, bekijk dan samen hoe de regeling kan worden aangepast.
- Dwing een kind niet te blijven slapen als hij echt niet wil. Probeer samen met de andere ouder na te gaan wat er is. Heeft hij misschien heimwee? Maakt hij zich zorgen over de ouder die alleen achterblijft? Of mist hij zijn nachtlampje of speciale knuffel? Schakel zonodig een deskundige in.
- Probeer een gewone opvoeder te zijn en niet een ‘pretouder’, als je kinderen minder vaak bij jou zijn. Vul de tijd niet met het bezoeken van attracties maar doe samen de gewone dagelijkse dingen. En stel grenzen (zeg nee) als dat nodig is. Wil je af en toe iets speciaals ondernemen, probeer dan aan te sluiten bij de interesses van je kinderen.
- Houd er rekening mee dat kinderen naarmate zij ouder worden, steeds meer zelf willen bepalen. Hun activiteiten en sociale leven worden belangrijker. De zorg- of omgangsregeling kan daarbij in de weg staan. Bespreek met tieners hoe de regeling kan worden aangepast.

---

### Waarom Daan niet meer bij zijn vader wilde slapen

*Daan is vijf jaar oud. Hij woont bij zijn moeder en slaapt een keer per week bij zijn vader die hem de volgende morgen naar school brengt. Die regeling loopt goed.*

*Dan wil Daan ineens niet meer bij zijn vader blijven slapen. Zijn moeder denkt te weten waarom. Vader doet volgens haar geen leuke dingen met zijn zoon. Ook heeft hij Daans kamer in zijn nieuwe huis niet gezellig gemaakt. De jongen heeft het vast niet naar zijn zin bij hem. Moeder wil een eind maken aan het wekelijkse nachtje slapen. Vader protesteert: hij heeft weliswaar ook gemerkt dat er iets was, maar denkt dat het wel zal overgaan. Hij en Daan hebben het fijn samen. Ze gaan vaak naar het zwembad en Daan mag zijn kamer versieren met zijn tekeningen. Dat vindt hij leuk. De ouders besluiten om hulp te zoeken om te bepalen wat voor Daan de beste oplossing is. Ze schakelen via de huisarts een pedagoog in die met Daan een gesprek heeft. Dat maakt alles duidelijk. De jongen blijkt bang te zijn voor een kapstok op de gang. Er hangt een jas aan en 's nachts lijkt het alsof daar iemand staat. Daan moet er langs als hij vanuit zijn bed naar de wc wil en dat durft hij niet. Het kind had zijn vader niets verteld van zijn angst. Hij wilde hem niet kwetsen omdat hij zo trots was op zijn nieuwe huis...*

*De kapstok is weggehaald en Daan slaapt weer bij zijn vader.*

---

### Valkuilen

Gescheiden ouders vinden een aantal valkuilen op hun pad. In het belang van de kinderen is het belangrijk ze te vermijden. Dan moet je wel weten welke het zijn. Hierna staan de belangrijkste op een rijtje.

#### Ruzie maken als de kinderen in de buurt zijn

Heftige ruzie tussen ouders is voor kinderen beangstigend en schadelijk. Ze voelen zich onveilig en hun vertrouwen in hun ouders vermindert. Ouders moeten het goede voorbeeld geven en dat doen ze niet met ruzie maken. Probeer ruzies te vermijden als je kinderen binnen gehoorsafstand zijn.

#### Kwaadspreken over de andere ouder

Kinderen kunnen er niet tegen als hun ouders negatief over elkaar praten. Of als anderen dat doen. Een kind ervaart de kritiek op een ouder al gauw als kritiek op zichzelf. En voelt zich daardoor afgewezen. Het kan ook loyaliteitsproblemen veroorzaken, dus ervoor zorgen dat een kind het gevoel heeft voor een van beide ouders te moeten kiezen. Probeer ten minste neutraal over de andere ouder te spreken en zorg ervoor dat anderen dat ook doen.

#### Trekken aan kinderen

Gescheiden ouders zetten hun kinderen soms (ook onbedoeld) onder druk. Die kunnen daardoor het gevoel krijgen tussen hun vader en moeder te moeten kiezen. Kiezen voor de een betekent echter ontrouw zijn aan de ander. Dat is onverdraaglijk voor kinderen en kan tot (ernstige) loyaliteitsproblemen leiden. Sta toe dat de kinderen van beide ouders houden.

#### Kinderen als steun en toeverlaat zien

Kinderen zijn vaak heel behulpzaam als zij zien dat hun ouders het moeilijk hebben. Geef hun daar waardering voor. Maar let op dat ze niet alleen nog maar helpen. Anders kan het ten koste van hun ontwikkeling gaan. Geef ook niet toe aan de verleiding je volwassen problemen aan je kinderen toe te vertrouwen. Zoek een uitlaatklep of steun bij familie of vrienden of schakel zonodig professionele hulp in.

#### Kinderen als boodschapper inzetten

Houd kinderen buiten kwesties tussen jou en je ex. Hoor hen niet uit over de situatie bij de andere ouder thuis en vraag hun ook niet om je boodschappen aan die ouder door te geven. Dat is belastend voor hen en kan er ook voor zorgen dat een kind het gevoel heeft voor een van beide ouders te moeten kiezen. Zoek bij voorkeur rechtstreeks contact met je ex als je iets wilt doorgeven of bespreken.

### **Te veel toegeven door schuldgevoelens**

Gescheiden ouders voelen zich vaak schuldig over 'wat zij de kinderen hebben aangedaan'. Dat kan tot te grote toegeeflijkheid en verwennerij leiden. Blijf ondanks alles duidelijke grenzen stellen (dus soms ook nee zeggen). Daar voelen kinderen zich veilig bij.

## **Wat als het allemaal niet lukt?**

Een goed ouderschapsplan vergroot de kans dat een zorg- of -omgangsregeling slaagt. Toch blijft het mogelijk dat er moeilijkheden ontstaan. Wat kun je dan doen? Misschien heb je er iets over in het ouderschapsplan gezet. Dan kun je die handelwijze volgen.

Probeer in ieder geval eerst met elkaar een oplossing te vinden of met een vriend of familielid erbij. Schakel anders een familiemediator in. Je kunt ook informeren wat er in de omgeving aan hulp te krijgen is. Misschien kun je bij het Centrum voor Jeugd en Gezin een Eigen Kracht Conferentie aanvragen. Dat is een methode die je in staat stelt samen met familie, vrienden en bekenden een plan te maken voor het oplossen van een probleem. Informeer ook naar de beschikbaarheid van omgangsbegeleiding (hulp bij het uitvoeren van een zorg- of omgangsregeling). Als je bezorgd bent over het gedrag van je kind en dit aanleiding is tot ruzie tussen jou en je ex, kan een deskundige wellicht hulp bieden. Deze kan de problemen onderzoeken en samen met jullie een oplossing zien te vinden die goed is voor het kind.

Als het voorgaande niets oplevert, kun je nog naar de rechter stappen. Maar het is de vraag of dat de oplossing brengt. Want het gaat niet zozeer om juridische als wel om emotionele problemen.

### **Wat zegt de wet?**

Ouders met gezamenlijk gezag na scheiding kunnen hun meningsverschillen aan de rechter voorleggen. Of ze kunnen de rechter vragen een regeling vast te stellen voor de uitoefening van het ouderlijk gezag. Daarbij kan het bijvoorbeeld gaan om een verdeling van de zorg- en opvoedingstaken. Of over de beslissing bij welke ouder het kind zijn hoofdverblijf heeft. De rechtbank moet dergelijke verzoeken binnen zes weken behandelen.

De rechter kan ouders eerst naar een mediator verwijzen of de Raad voor de Kinderbescherming inschakelen voor onderzoek.

Ook als een ouder zich niet houdt aan een omgangsregeling (of informatie- en consultatieplicht) kan de andere ouder bij de rechter terecht.

Als een zorg- of omgangsregeling ondanks allerlei inspanningen niet loopt, kan de rechter in laatste instantie civielrechtelijke dwangmiddelen inzetten. Dat zijn maatregelen die een ouder die niet meewerkt, moeten dwingen zich aan de afspraken te houden. Die maatregelen zijn echter soms kindonvriendelijk en meestal niet zo doeltreffend.

Als de rechter vindt dat contact tussen ouder en kind niet in het belang van het kind is, kan hij een ouder zonder gezag dat contact verbieden. In geval van gezamenlijk gezag, kan hij het contact alleen voor bepaalde tijd uitstellen. Als het na die periode nog steeds beter is dat er geen contact is, kan wijziging van het gezamenlijk gezag in eenhoofdig gezag volgen. De ouder die geen contact mag hebben, verliest dan dus het gezag.

# Nieuwe relaties, nieuwe gezinnen



## Nieuwe partners en de kinderen

Vroeg of laat gaan veel gescheiden ouders een nieuwe relatie aan. Dat is spannend en prettig voor de ouders, maar voor de kinderen kan dat anders zijn. Die kunnen in de nieuwe geliefde vooral een indringer zien die alle aandacht van hun vader of moeder opeist. En die hun stille hoop dat het ooit nog goed komt tussen hun ouders verstoort.

Gescheiden ouders doen er goed aan met dit soort gevoelens rekening te houden. En om eventuele nieuwe partners zorgvuldig bij de kinderen te introduceren (zie de tips hierna).

## Stiefgezinnen

Wie als gescheiden ouder opnieuw trouwt, een geregistreerd partnerschap aangaat of informeel gaat samenwonen, vormt met de nieuwe partner en de kinderen een stiefgezin (of: 'samengesteld gezin').

In de bestaande stiefgezinnen is 80 procent van de stiefouders stiefvader. 15 procent is stiefmoeder en in 5 procent van de gevallen zijn beide ouders stiefouder: alle twee hebben kinderen uit eerdere relaties. In een derde van alle stiefgezinnen hebben ouders ook nog gezamenlijke kinderen.

Het stiefgezin wordt wel vergeleken met een fusie tussen twee bedrijven. Elk met een eigen cultuur en een eigen geschiedenis. Samenvoeging is daarom ingewikkeld en kan bij kinderen veel weerstand oproepen.

60 procent van deze gezinnen eindigt dan ook opnieuw in een scheiding.

Wie overweegt een stiefgezin te vormen, doet er goed aan daar niet te makkelijk over te denken. En om zich grondig voor te bereiden door eerst zoveel mogelijk informatie in te winnen: over hoe je dat het beste kunt aanpakken en waar je op moet letten

## Tips

De weg naar een goed lopend, stabiel stiefgezin kent net als het ouderschap na scheiding de nodige valkuilen. Ook hier geldt: wie deze weet te vermijden, kan veel narigheid voorkomen. Hieronder een aantal tips voor ouders (1) en stiefouders (2).

### 1. Tips voor gescheiden ouders met een nieuwe partner

#### **Kom niet te snel met een nieuwe partner aanzetten**

Tijdens en na de scheiding hebben kinderen extra aandacht en steun nodig. En tijd om tot rust te komen en zich aan te passen. Een nieuwe vriend of vriendin van een ouder kan dan net even te veel zijn.

Meestal wordt geadviseerd de kinderen ook later pas kennis te laten maken met een nieuwe geliefde, als het ernaar uit ziet dat het om een serieuze relatie gaat. Het is handig elkaar beter te leren kennen op de dagen dat de kinderen bij de andere ouder zijn.

#### **Realiseer je dat de kinderen mogelijk andere ideeën hebben over je nieuwe liefde**

Kinderen willen dat hun ouders zich als ouders gedragen. 'Daten' past daar niet bij. Houd er dus rekening mee dat je kinderen zich er ongemakkelijk bij kunnen voelen. Verwacht ook niet dat ze even enthousiast zijn over je nieuwe relatie als je zelf bent.

#### **Houd in de gaten hoe de kinderen zich voelen**

Wees er op voorbereid dat je kinderen zich enorm bedreigd kunnen voelen door de komst van een nieuwe partner. Nu moeten ze hun moeder of vader zomaar delen met iemand anders. Zijn ze minder belangrijk geworden? Het helpt de kinderen als je tijd met hen alleen doorbrengt waarin je iets speciaals met hen doet en hun alle aandacht geeft.

#### **Ga niet voorbij aan de gevoelens van de andere ouder**

Houd er rekening mee dat het voor je ex erg pijnlijk kan zijn als een vreemde zich als ouder van de kinderen gedraagt. Daardoor kunnen de emoties weer opblazen.

#### **Steun elkaar als partners (geldt zowel voor ouders als voor stiefouders)**

Werk aan een sterke relatie met je partner. Meer dan in een 'gewoon' gezin moet de relatie tussen ouder en stiefouder tegen een stootje kunnen. Het is belangrijk dat ze elkaar steunen en een stevig team vormen. Regelmatig tijd voor elkaar vrijmaken, versterkt de band tussen hen. Dat bevordert ook de andere relaties in het stiefgezin.

---

### Geen warm welkom voor moeders nieuwe vriend

*Annelies van acht was volgens haar moeder heel blij dat mama een nieuwe vriend had. Hij zou bij hen komen wonen. Toen hij met het verhuisbusje voorreed, zag hij dat Annelies een poster op het raam van haar kamertje had gehangen: 'Hier wonen mama, Annelies en de cavia.'*

---

### 2. Tips voor aanstaande stiefouders

#### **Koester realistische verwachtingen**

Ga er niet vanuit dat je een-twee-drie een goedlopend gezin tot stand kunt brengen. Denk ook niet dat je meteen van je stiefkinderen moet houden en zij van jou. Het vormen van een stiefgezin vraagt veel begrip, geduld en doorzettingsvermogen van kinderen en volwassenen. Kenners menen dat het zeker twee tot vijf jaar kan duren voordat iedereen zijn positie in het nieuwe gezin heeft gevonden.

#### **Neem niet meteen de ouderrol op je**

Stel je in eerste instantie terughoudend op en laat de verantwoordelijkheid voor de opvoeding aan je partner, de biologische ouder, over. Die kun je wel steun op de achtergrond bieden. Maak je stiefkinderen duidelijk dat je niet de plaats van hun andere ouder wilt innemen. Probeer eerst het vertrouwen van de kinderen te krijgen en geef iedereen de tijd om aan elkaar te wennen. Bij oudere kinderen is het de vraag of je wel ooit als opvoeder moet gaan optreden. De rol van 'oudere vriend(in)' kan beter zijn.

#### **Houd rekening met een mogelijk andere opvoedingsstijl van je partner**

Je partner heeft misschien een andere kijk op opvoeden. Wees voorzichtig met kritiek. Praat er met elkaar over en probeer samen een aantal basisregels vast te leggen. Voer eventuele veranderingen geleidelijk in.

#### **Denk om de ex-partner, 'de ouder op de achtergrond'**

Als de kinderen de nieuwe stiefouder niet accepteren, zijn ze misschien bang dat ze daarmee hun andere ouder verraden. Het helpt als de natuurlijke ouders goed kunnen samenwerken. En als ouder en stiefouder het goed vinden dat de kinderen loyaal zijn aan hun andere ouder.

## Wat zegt de wet over stiefouders?

Je wordt officieel stiefouder door een huwelijk of geregistreerd partnerschap met iemand met een of meer kinderen. Een stiefouder heeft net als de eigen ouder een onderhoudsplicht ten aanzien van deze kinderen (tot hun 21e verjaardag). Voorwaarde is dat de kinderen tot het gezin van de stiefouder en de eigen ouder behoren.

Onder bepaalde, door de rechter te beoordelen omstandigheden is het ook mogelijk dat een kind de naam van zijn stiefouder verkrijgt.

De onderhoudsplicht van een stiefouder zonder gezag eindigt bij beëindiging van huwelijk of geregistreerd partnerschap.

De stiefouder met gezag heeft na beëindiging van de verbintenis en het gezamenlijk gezag nog een onderhoudsplicht. Deze duurt net zo lang als het gezamenlijk gezag heeft geduurd.

In geval van informeel samenwonen heeft de nieuwe partner geen financiële verplichtingen tegenover de kinderen als deze geen gezamenlijk gezag heeft met de ouder.

## Het ouderschapsplan: aandachtspunten

Bij het opstellen van een ouderschapsplan moet rekening worden gehouden met een aantal wettelijke minimumeisen (zie p. 23). Daar kunnen ouders aan toevoegen wat ze belangrijk vinden.

Hierna volgt een lijst met aandachtspunten als hulpmiddel bij het opstellen van een ouderschapsplan. Ouders kunnen deze lijst naar eigen inzicht aanpassen en uitwerken.



## **Uitgangspunten**

Ouders kunnen samen een aantal doelen bepalen die zij willen proberen te bereiken om een positieve ontwikkeling van hun kinderen te bevorderen. Zoals een goede relatie van de kinderen met beide ouders, rust en voorspelbaarheid, geen/weinig conflicten, ongestoorde schoolloopbaan, ontplooiingskansen. Je kunt ook een gedragscode afspreken voor de wijze waarop je als ouders met elkaar omgaat.

## **Opvoedingsstijl**

Hoe denken de ouders over het stellen van regels en over omgangsvormen? Wat moet er gebeuren als de kinderen regels overtreden? Hoe staan de ouders tegenover straffen? In hoeverre mogen de kinderen meepraten over regels en beslissingen die hun aangaan?

## **Regels**

Welke regels moeten in beide huishoudens gelden? Denk aan zindelijkheids-training, gezonde voeding, bedtijden, huiswerk maken, hoe laat binnen zijn, kerkbezoek.

## **Gezamenlijke beslissingen**

Welke beslissingen worden in overleg genomen? Denk aan schoolkeuze, deelname aan bepaalde activiteiten, oorbellen/piercings/tatoeages, mobiele telefoon, feestjes.

## **Overleg/periodieke bijstelling**

Kinderen ontwikkelen zich, situaties veranderen. Hoe kan het ouderschapsplan meegroeien? Welke afspraken zijn nodig om op bepaalde momenten te bezien hoe alles loopt en of bijstelling nodig is? Wat doe je als er tussentijds aanleiding is tot verandering?

## **Afwijking van de regeling**

Wanneer mag worden afgeweken van de afgesproken regeling? Alleen in geval van ziekte, bezoek aan arts, verjaarsfeestje bij vriendje.....? Na overleg?

## **Aanpak bij verschil van mening**

Als het niet op eigen kracht lukt een conflict op te lossen, wie kun je dan inschakelen? Gezamenlijke vertrouwenspersoon, mediator, .....?

## **Wonen**

Hoofdverblijf bij ouder A en regeling met ouder B? Of co-ouderschap van x dagen bij ouder A en y dagen bij ouder B?

## **Vakanties/bijzondere dagen**

Verdeling van schoolvakanties, verjaardagen kinderen, ouders, grootouders, vaderdag, moederdag, Sinterklaas, Kerstmis, Oud en Nieuw, .....

## **Overdracht**

Halen of brengen, hoe informatie over de kinderen overdragen (mondeling, schriftje, e-mail)?

## **Tussentijdse contacten**

Kan het kind als het bij de ene ouder is contact zoeken met de andere ouder en hoe (telefoon, e-mail)?

## **Contact met familie**

Hoe houdt het kind contact met grootouders en verdere familie van beide kanten?

## **Zorgtaken**

Wie neemt welke taken op zich? Denk aan: kleding (kopen, herstellen, wassen/strijken), kapper, fiets (aanschaf/onderhoud), uitbetalen zakgeld, helpen met cadeautjes kopen, halen/brengen naar.....

## **School**

Schoolkeuze, ouderavonden (samen of apart), schoolinformatie, huiswerk, extra begeleiding.....

## **Buitenschoolse activiteiten**

Wie begeleidt sport, muziek, hobby's (incl. aanschaf benodigdheden)?

## **Medische zorg**

Wie regelt huisarts, tandarts, consultatiebureau, medicijnen? Wat gebeurt er bij ziekte, ziekenhuisopname, acute problemen?

## **Kosten kinderen**

Hoe de kinderalimentatie of verdeling van de kosten regelen? Achteraf betalingen verrekenen of openen van een gezamenlijke kinderrekening? Op welke vergoedingen hebben de ouders recht en hoe moeten die worden verrekend?

## **Diversen**

Hoe houd je rekening met de kinderen als een van de ouders besluit verder weg te gaan wonen? Hoe is de gang van zaken bij de komst van een nieuwe partner met het oog op de kinderen?

# Waar vind je informatie, advies of steun?



## **Postbus 51**

Postbus 51 Infolijn is de telefonische informatielijn van de gezamenlijke ministeries. Bel 0800-8051 (gratis) op werkdagen van 9.00 uur - 21.00 uur voor algemene informatie en het aanvragen van brochures.

Relevante titels bij scheiding: 'Probleem, conflict, juridische vraag: wat kunt u doen en waar kunt u terecht?' 'U gaat scheiden.' 'Hoe vraagt u gesubsidieerde rechtsbijstand of mediation aan?' 'Inkomensgrenzen en eigen bijdragen gesubsidieerde rechtsbijstand en mediation.' 'Alimentatie.' 'Gezag, omgang en informatie.' De brochures zijn ook te bestellen of te downloaden via de website [www.postbus51.nl](http://www.postbus51.nl)

## **KennisRing**

Kennisring biedt toegankelijke publieksinformatie. Kijk voor (echt)scheiding bij het thema 'Recht en regel' en klik op Familie. [www.kennisring.nl](http://www.kennisring.nl)

## **Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG)**

Het CJG biedt informatie, advies en lichte hulp bij opvoed- en opgroevragen. Ook voor relatie- en scheidingsvraagstukken kun je er terecht. Ouders, kinderen, jongeren tot 23 jaar en professionals kunnen er in principe zo binnenlopen. De dienstverlening is kosteloos. In het CJG werken veel instellingen nauw samen waaronder het Algemeen Maatschappelijk Werk en de GGD / Jeugdgezondheidszorg. Overal in het land zijn deze centra volop in ontwikkeling. In 2011 moet er in elke gemeente ten minste één zijn. Informeer bij de gemeente of er een Centrum voor Jeugd en Gezin is. Is dat niet het geval, dan kunnen ouders onder meer terecht bij het Algemeen Maatschappelijk Werk en de GGD / Jeugdgezondheidszorg.

## **Algemeen Maatschappelijk Werk (AMW)**

Het AMW biedt gratis ondersteuning aan volwassenen en jeugd onder meer in de vorm van individuele gesprekken, gespreksgroepen of cursussen (die soms wel iets kosten). Het aanbod houdt ook hulp bij scheiding in maar kan van plaats tot plaats verschillen. Kijk voor adressen in de gemeente- of telefoongids van je woonplaats of op de landelijke website: [www.algemeenmaatschappelijkwerk.nl](http://www.algemeenmaatschappelijkwerk.nl)

## **GGD, afdeling Jeugdgezondheidszorg (JGZ)**

De taken van de GGD kunnen per gemeente enigszins verschillen. Informeer naar het plaatselijk aanbod. Kijk voor adressen in de gemeente- of telefoongids van je woonplaats of op de landelijke website: [www.ggd.nl](http://www.ggd.nl)

## Korrelatie

Bij (psychosociale) problemen rond scheiden kun je met Korrelatie bellen, e-mailen of chatten. Je krijgt dan informatie, advies of hulp van professionele hulpverleners (maatschappelijk werker/ psycholoog). Zij kunnen ook verwijzen naar organisaties bij jou in de buurt.

Korrelatie is telefonisch bereikbaar op werkdagen van 09:00 - 18:00 uur op nummer 0900 -1450 (15 cent per minuut). [www.korrelatie.nl](http://www.korrelatie.nl)

## Nederlands Mediation Instituut (NMI)

Het NMI is een onafhankelijk instituut dat de kwaliteit van mediators bewaakt. In het NMI Register van Mediators zijn alleen gekwalificeerde mediators ingeschreven. Zij werken volgens de reglementen en beroepsregels van het instituut. Iedereen kan het register op de website raadplegen en een mediator uit een bepaalde beroepsgroep en met een speciaal aandachtsgebied zoeken. Klachten over een NMI-geregistreerd mediator kunnen bij het NMI worden ingediend.

[www.nmi-mediation.nl](http://www.nmi-mediation.nl)

## Nederlands Instituut van Psychologen (NIP), Sectie Mediation

Je kunt bij het NIP regionale lijsten van psycholoog-mediators opvragen. Bel 020 410 6222, afdeling voorlichting of stuur een email naar [info@psynip.nl](mailto:info@psynip.nl). [www.nip-mediator.nl](http://www.nip-mediator.nl)

## Vereniging Familierecht Advocaten Scheidingsbemiddelaars (vFAS)

De vFAS is een vereniging van advocaten die gespecialiseerd zijn in het personen- en familierecht. Een groot aantal van hen heeft zich bovendien gespecialiseerd tot scheidingsbemiddelaar. Je kunt op de website zoeken naar een advocaat/ scheidingsbemiddelaar in je omgeving. Er is aangegeven wie ook op basis van gesubsidieerde rechtshulp (ook wel 'een toevoeging' genoemd) werkt. [www.vFAS.nl](http://www.vFAS.nl)

## Vereniging van Mediators en Scheidingsbemiddelaars in het Notariaat (VMSN)

De website bevat een zoekfunctie naar een notaris-mediator in de eigen woonomgeving. [www.vmsn.nl](http://www.vmsn.nl)

## Vrij gevestigde psychologen, pedagogen, relatietherapeuten

Wie een vrij gevestigde psycholoog, pedagoog of relatietherapeut in de eigen omgeving zoekt, kan de hierna volgende beroepsverenigingen mailen of bellen. Deze beschikken soms ook over een zoekfunctie op de website.

- Nederlands Instituut voor Psychologen (NIP) [www.psynip.nl](http://www.psynip.nl)
- Nederlandse Vereniging voor Pedagogogen en Onderwijskundigen (NVO) [www.nvo.nl](http://www.nvo.nl)
- Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie (NVRG) [www.nvrg.nl](http://www.nvrg.nl)

## Het Juridisch Loket

Hier kun je gratis terecht voor informatie en juridisch advies. Als het nodig is, verwijst het Loket door naar andere instanties of naar een advocaat of mediator. Er zijn vestigingen in 30 steden waar je tijdens kantooruren kunt binnenlopen. Je kunt ook vooraf een afspraak maken voor het spreekuur. Telefonisch is het Loket bereikbaar op werkdagen van 9.00 uur tot 20.00 uur op 0900 - 8020 (10 cent/minuut). Je kunt ook via de website vragen per e-mail stellen. [www.juridischloket.nl](http://www.juridischloket.nl)

## Sociaal Raadsliedenwerk

Het Sociaal Raadsliedenwerk beantwoordt vragen op sociaal, maatschappelijk en financieel gebied. Ook juridische problemen kun je er voorleggen. De gratis dienstverlening bestaat uit informatie, advies en ondersteuning, bijvoorbeeld bij het schrijven van een brief. [www.sociaalraadslieden.nl](http://www.sociaalraadslieden.nl)

## Raad voor Rechtsbijstand

De website verschaft informatie over (gesubsidieerde) rechtsbijstand en mediation. Je vindt hier ook 'de Rechtwijzer', een hulpmiddel waarmee je kunt bepalen hoe je je conflict het best kunt aanpakken. [www.rvr.org](http://www.rvr.org)

## Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting (Nibud)

Wie meer wil weten over geldzaken na scheiding, vindt informatie op de website. Daar kun je ook de Geldwijzer Alimentatie en Co-ouderschap bestellen die uitvoerig op dit onderwerp ingaat. [www.nibud.nl](http://www.nibud.nl)

## Landelijk Bureau Inning Ouderbijdragen (LBIO)

Als de rechter kinderalimentatie heeft vastgesteld en de daarvoor aangewezen ex-partner deze niet betaalt, kan het Landelijk Bureau Inning Ouderbijdragen worden ingeschakeld om dit te doen. Er moet dan wel aan bepaalde voorwaarden worden voldaan. De website van het Landelijk Bureau Inning Ouderbijdragen geeft hierover meer informatie. [www.lbio.nl](http://www.lbio.nl)



## Speciaal voor jeugd

### **Kindertelefoon**

Kinderen kunnen bij de Kindertelefoon terecht voor hulp, advies en informatie. Dat kan iedere dag van 14 tot 20 uur via chat of telefoon. Het nummer 0800-0432 is gratis, ook voor mobiele bellers.

Zie voor meer informatie: [www.kindertelefoon.nl](http://www.kindertelefoon.nl)

### **Kinder- en jongerenrechtswinkel**

Bij vragen over wetten en regels kunnen kinderen en jongeren terecht bij een van de zeven kinder- en jongerenrechtswinkels in het land. Zij kunnen er ook hulp krijgen bij het schrijven van een brief, bijvoorbeeld aan de kinderrechter. Contact is mogelijk door bellen, langsgaan, schrijven of e-mailen.

[www.kinderrechtswinkel.nl](http://www.kinderrechtswinkel.nl)

### **Professionele online hulpverlening aan jongeren**

[www.question-zone.nl](http://www.question-zone.nl) (onderdeel van Korrelatie)

[www.internethulpverlening.nl](http://www.internethulpverlening.nl)





## **Uitgave**

Jeugd en Gezin

## **Bezoekadres**

Parnassusplein 5  
2511 vx Den Haag

## **Postadres**

Postbus 16166  
2500 BD Den Haag

## **Internetadres**

[www.jeugdengezin.nl](http://www.jeugdengezin.nl)

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Postbus 51 Informatiedienst

Bereikbaar op werkdagen van 8.00 tot 20.00 uur onder telefoonnummer  
0800-8051 (gratis).

Postbus 20006  
2500 EA Den Haag  
[www.postbus51.nl](http://www.postbus51.nl)

maart 2009