De 7 valkuilen van co ouderschap

Elk jaar maken zo’n 70.000 Nederlandse kinderen een echtscheiding mee. Bij het regelen van de scheiding en het daarbij behorende ouderschapsplan, proberen ouders vaak tot een co- ouderschap te komen zodat zij samen kunnen werken in het opvoeden van hun kinderen, maar co- ouderschap heeft zo zijn uitdagingen. In deze blog zal ik schrijven over de 7 valkuilen van co ouderschap en hoe jullie, als ouders, hiermee om kunnen gaan en deze kunnen overwinnen.

Zelfs na jaren gescheiden te zijn, zijn er veelvoorkomende problemen waar veel co-ouderschapskoppels mee te maken hebben. Of deze nu groot of klein zijn, de sleutel tot succes is om een ​​redelijke manier te vinden om de problemen te verwerken en te blijven samenwerken. Hier volgt een overzicht van de meest voorkomende valkuilen en wat je eraan kunt doen:

# **1. Kinderen gebruiken voor verzoening**

Jullie kinderen staan centraal in je relatie met elkaar. Sommige ouders gebruiken hun kinderen daarom als excuus voor dingen.

Soms betekent dit dat een kind wordt gebruikt als hulpmiddel om de relatie nieuw leven in te blazen. Als je merkt dat je ex dit doet, maak dit dan bespreekbaar. Doe dit niet waar de kinderen bij zijn, maar neem je ex apart. Als je niet geïnteresseerd bent in verzoening, wees dan kort en duidelijk. Vertel de andere ouder dat je zijn of haar vriendschap waardeert en samen op een prettige manier ouders wilt blijven, maar dat je verder bent gegaan met je leven. Samen tijd doorbrengen als gezin is prima, maar het kan en zal geen verkering zijn.

# **2. Kinderen gebruiken als boodschappers**

Een van de meest voorkomende fouten die gescheiden ouders maken, is van hun kinderen te verwachten dat zij berichten naar de andere ouder brengen. Soms kunnen deze onschadelijk lijken: "Zeg maar tegen je moeder dat ik een half uur later ben om je op te pikken." Maar milde berichten kunnen makkelijk veranderen in emotionele steken, zoals: "Zeg maar tegen je vader dat hij gewoon op tijd moet komen, anders krijgt hij je gewoon het hele weekend niet te zien".

Het beste beleid is om er een regel van te maken om je kind nooit als tussenpersoon te gebruiken. Zelfs het vragen aan een kind om een ​​verzegelde envelop naar de andere ouder te dragen is gevaarlijk. Het kind is getuige van de reactie van de ontvangende ouder op wat de boodschap ook is. Vaak absorbeert het kind de woede of pijn die door de ouder wordt geuit en interpreteert het verkeerd als gericht op het kind. Wees verantwoordelijk voor je eigen communicatie met de andere ouder.

# **3. Wanneer een kind iets vergeet**

Elke ouder die een kind heen en weer brengt naar de andere ouder, weet hoe frustrerend het is als het kind iets belangrijks vergeet. Of het nu een geliefd knuffelbeest, huiswerk of een mobiele telefoon is, het bij elkaar houden van de spullen van je kind kan voelen als een fulltime baan.

Wanneer je een baby of peuter vervoert, maak je een checklist met belangrijke items die heen en weer moeten gaan. Kies een tas om alles in te stoppen. Moedig de mede- ouder aan om alledaagse voorwerpen zoals kleding, flessen, fopspenen enzovoort, zelf aan te schaffen. Kinderen in de schoolgaande leeftijd hebben hulp nodig bij wat ze mee moeten nemen. Check altijd vóór vertrek de checklist zodat je niets kunt vergeten. Tieners moeten worden aangemoedigd om dit zelf te doen.

Ondanks een zorgvuldige planning, komt het voor dat dingen toch achterblijven. Het lijkt misschien verstandig om hier een ​​regel in te stellen, zoals bijvoorbeeld “Degene waar de spullen zijn achtergebleven dient er voor te zorgen dat de spullen weer op de juiste plek terug komen”, maar dat werkt in de meeste gevallen niet zo in de praktijk.

De andere ouder is mogelijk op het werk en je kind is op school wanhopig om haar boeken en huiswerk te krijgen vóórdat de les begint. Probeer deze problemen zo coöperatief mogelijk uit te werken. Moedig je kind aan om er een gewoonte van te maken dubbel te controleren om er zeker van te zijn dat alles is ingepakt.

# **4. Maak Compromissen**

Geen ouderschema staat in steen geschreven. Soms maken jij en je ex uiteindelijk aanpassingen aan elkaar. Hoewel het belangrijk is om flexibel te zijn, kan soms één van beiden het overzicht verliezen over waar je het eigenlijk mee eens bent. Sommige ouders stellen een regel in dat ze wijzigingen in het schema schriftelijk (of per e-mail) moeten doorvoeren en dat aanvragen een week of drie dagen van tevoren moeten worden ingediend (behalve in noodsituaties). Druk een kalender af met de wijzigingen waar je akkoord mee bent gegaan, zodat jullie duidelijk hebben over wat er gebeurt en wanneer. Zorg ervoor dat je je kind op de hoogte brengt van eventuele veranderingen - hij verdient het om van tevoren te weten hoe zijn leven eruit zal zien.

Natuurlijk kunnen er momenten zijn dat jullie het niet eens kunnen worden over een verandering. Stel in dit geval precies vast waarom de ene ouder om de wijziging vraagt ​​en waarom de andere er niet mee instemt.

Probeer in het algemeen de voorkeur te geven aan de ouder met de belangrijkste gebeurtenis. Zo zou bijvoorbeeld de verjaardag van de broer van vader, oom van de kinderen, voorrang verdienen op het kopen van een nieuwe broek voor de kinderen. Dat kan immers ook wel op een andere dag.

Als jullie eenvoudigweg geen overeenstemming kunnen bereiken over een wijziging, dan ga je met het oorspronkelijke schema akkoord. Dat is je terugval, maar overleg zo vaak mogelijk. Je zou bijvoorbeeld het erover eens kunnen zijn dat moeder de dochter naar de verjaardag van Ome Henk zal brengen nadat jullie de broek hebben gekocht. Dan kan ze deze ook gelijk aantrekken en showen aan de visite op deze verjaardag.

# **5. De grote W ... Wasserij!**

Vreemd genoeg is de was één van de grootste conflicten tussen ouders. In veel gevallen is het logisch dat de ouders ermee instemmen dat ze elk verantwoordelijk zijn voor de was die het kind maakt terwijl ze bij hun thuis zijn.

Een andere oplossing kan zijn dat de niet verzorgende ouder gewoon kleding bij zijn of haar huis bewaart en wast wat elke week is gedragen.

# **6. Te laat voor een zeer belangrijke afspraak**

Een belangrijk stokpaardje bij sommige ouders is dat de andere ouder altijd te laat is - voor pick-ups en voor drop-offs. Als dit een probleem is, bespreek dit dan met de andere ouder en leg uit hoe dit niet alleen jou hindert, maar het is ook moeilijk voor jullie kind, dat angstig elke keer wacht. Stel een regel dat als één van jullie meer dan 15 minuten later is, jullie elkaar bellen om elkaar hiervan op de hoogte te stellen.

Wordt niet boos als één van jullie te laat komt, als jullie hierover in discussie gaan dan kost dat alleen maar meer tijd en deze kostbare tijd is gereserveerd voor jullie kind. Daarnaast is het kind degene die zich op zo’n moment erg ongemakkelijk voelt en gaat hij op deze manier niet ontspannen van de ene ouder naar de andere ouder.

# **7. Oppas**

Het kan verontrustend zijn als je kind een weekend naar haar vader is en je er vervolgens achter komt dat ze een groot deel van die tijd met de oppas heeft doorgebracht. Hoewel er dingen zijn die onverwachts optreden, moet het schema in het algemeen zo worden ontworpen dat de tijd bij elke ouder wordt gemaximaliseerd.

Spreek af om elkaar het eerste recht op “oppassen” te geven. Het kan ook zinvol zijn om ervoor te zorgen dat het kind door een grootouder wordt opgevangen als geen van beide ouders beschikbaar is. Het punt is dat de ouderschapstijd bedoeld is om door ouders te worden gebruikt en alles wat je kunt doen om dit te maximaliseren, zal jullie kind ten goede komen.

*Wil je meer tips over hoe je dergelijke zaken als hierboven genoemd aan kunt pakken? Of heb je tips nodig over hoe je het de kinderen kunt vertellen dat jullie gaan scheiden? Download dan mijn e book* [*“Wat doet een scheiding met kinderen”*](https://fideliz.nl/gratis-downloads/)