

Thuis in Twee Huizen

Thuis in Twee Huizen

Auteur: Alexandra Wit
Coverdesign: Alexandra Wit
© Alexandra Wit
Uitgeverij: mijnbestseller.nl



Alle inhoud in dit boek is auteursrechtelijk beschermd en mag niet worden gedupliceerd, gekopieerd of op enige wijze gereproduceerd zonder uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgever. Het is niet toegestaan om de teksten te verspreiden, delen of gebruiken voor commerciële of niet-commerciële doeleinden zonder voorafgaande toestemming. Het overtreden van deze auteursrechten kan leiden tot juridische stappen. Dank u voor uw begrip.

Hallo daar!

Welkom bij jouw eigen, speciale journal. Dit boek is speciaal voor jou gemaakt om je te helpen omgaan met de veranderingen die komen kijken bij de scheiding van je ouders. Het kan een verwarrende, verdrietige en zelfs een beetje spannende tijd zijn, en het is helemaal oké om verschillende gevoelens te hebben.

Misschien voel je je soms boos, verdrietig of bang, en misschien ben je soms ook blij of opgelucht. Al deze gevoelens zijn normaal en horen erbij. Het is belangrijk om te weten dat het goed is om te voelen wat je voelt.

Dit journal is hier om je te helpen. Het is een veilige plek, helemaal van jou, waar je al je gedachten, gevoelens en ervaringen kunt opschrijven. Je kunt hier tekenen, schrijven, kleuren en ontdekken wat je allemaal voelt en denkt.

In dit journal kun je opschrijven wat je dwarszit, maar ook de leuke dingen die je meemaakt. Je kunt tekeningen maken van wat je voelt of waar je van droomt. Er zijn geen verkeerde antwoorden en niets is raar of fout. Dit boek is er om je te helpen begrijpen wat er in je hoofd en hart omgaat.

Soms kunnen woorden moeilijk te vinden zijn, vooral als het om gevoelens gaat. Dat is helemaal niet erg. Dit journal helpt je om die woorden te vinden. Misschien wil je een verhaal schrijven over iets wat je hebt meegemaakt, of een tekening maken van hoe je je voelt. Er zijn ook leuke opdrachten die je kunt doen om je gedachten en gevoelens beter te begrijpen.

Je ouders hebben besloten om niet meer samen te wonen, en dat kan moeilijk zijn. Het is een grote verandering, en veranderingen kunnen eng zijn. Maar onthoud dat je niet alleen bent. Er zijn mensen om je

heen die van je houden en er voor je willen zijn. Dit journal kan je helpen om met hen te praten over wat je denkt en voelt. Soms kan het schrijven van een brief of een verhaal helpen om dingen duidelijker te maken, zowel voor jezelf als voor anderen.

Misschien heb je vragen over waarom dingen zijn zoals ze zijn, of misschien begrijp je niet alles wat er gebeurt. Dat is helemaal normaal. In dit journal kun je die vragen opschrijven en erover nadenken. Misschien kun je er later met iemand over praten, zoals een ouder, een leraar, of een vriend. Het kan ook helpen om je gedachten op papier te zetten en zo te zien wat je allemaal denkt en voelt.

Het is ook belangrijk om te weten dat dit journal niet alleen over de moeilijke dingen gaat. Het gaat ook over de leuke dingen die je meemaakt, de mooie herinneringen die je hebt, en de dromen die je hebt voor de toekomst. Het helpt je om te zien dat, hoewel er dingen veranderen, er ook veel blijft om naar uit te kijken en van te genieten.

Gebruik dit journal op jouw manier. Er zijn geen regels over hoe je het moet gebruiken. Schrijf en teken wanneer je wilt en zoveel je wilt. Dit is jouw veilige plek om te zijn wie je bent en te voelen wat je voelt. Onthoud dat je sterk en moedig bent. Het is altijd oké om hulp te vragen en te praten over je gevoelens. Jij kunt dit!

Veel plezier en sterkte met je reis door dit journal.

Wat is echtscheiding?

Echtscheiding is een groot woord dat je misschien hebt gehoord als je ouders hebben besloten om niet meer samen te wonen. Dit kan een verwarrende en moeilijke tijd zijn en het is normaal om veel vragen te hebben. In deze uitleg gaan we stap voor stap door wat een echtscheiding is, waarom het soms gebeurt, en wat het voor jou kan betekenen.

Wat betekent echtscheiding?

Echtscheiding is wanneer twee mensen die getrouwd zijn, besluiten om hun huwelijk te beëindigen en niet meer als man en vrouw samen te leven. Dit betekent dat ze niet langer samenwonen en vaak beslissingen moeten nemen over wie waar gaat wonen, hoe ze voor hun kinderen zullen zorgen en hoe ze hun spullen zullen verdelen. Het is een wettelijke procedure die ervoor zorgt dat ze officieel niet langer getrouwd zijn.

Waarom gebeurt echtscheiding?

Er zijn veel verschillende redenen waarom mensen besluiten om te scheiden. Hier zijn enkele veelvoorkomende redenen:

- **Anders denken over belangrijke dingen:** Soms ontdekken mensen na verloop van tijd dat ze heel verschillend denken over belangrijke zaken, zoals opvoeding, geld, of toekomstplannen. Deze verschillen kunnen zo groot zijn dat het moeilijk wordt om samen verder te gaan.
- **Communicatieproblemen:** Goed samen kunnen praten is belangrijk in elke relatie. Als mensen niet goed met elkaar kunnen praten of hun gevoelens kunnen delen, kunnen misverstanden en ruzies ontstaan die moeilijk op te lossen zijn.
- **Uit elkaar groeien:** Mensen veranderen door de jaren heen. Soms groeien mensen uit elkaar en hebben ze niet langer dezelfde interesses of doelen in het leven.

- **Conflicten en ruzies:** Als er constant ruzies en conflicten zijn, kan het erg stressvol en ongezond zijn voor de ouders en voor de kinderen. Sommige mensen besluiten dat het beter is om uit elkaar te gaan om een rustige en gezondere omgeving te creëren.
- **Vertrouwen:** Vertrouwen is een belangrijk onderdeel van een relatie. Als dat vertrouwen wordt gebroken, bijvoorbeeld door ontrouw, kan het heel moeilijk zijn om de relatie te herstellen.
- **Stress en druk:** Soms kunnen externe factoren zoals financiële problemen, werkstress of gezondheidsproblemen een relatie onder druk zetten. Dit kan ertoe leiden dat mensen besluiten dat ze gelukkiger apart zijn.

Wat gebeurt er tijdens een echtscheiding?

Het proces van echtscheiding kan ingewikkeld zijn en verschilt per land en situatie, maar hier zijn een paar stappen die vaak voorkomen:

- **Beslissing om te scheiden:** De eerste stap is dat een of beide ouders besluiten dat ze willen scheiden. Dit is vaak een moeilijke en emotionele beslissing.
- **Indienen van de scheiding:** Een van de ouders dient een verzoek tot echtscheiding in bij de rechtbank. Dit is een officieel document waarin staat dat ze willen scheiden en waarom.
- **Juridische procedures:** De rechtbank kijkt naar de details van de scheiding, zoals de verdeling van spullen, voogdij over kinderen, en financiële afspraken. Soms moeten beide ouders voor de rechtbank verschijnen om hun kant van het verhaal te vertellen.
- **Regelingen voor kinderen:** Een van de belangrijkste onderdelen van een scheiding is het maken van afspraken over de kinderen. Dit kan betekenen dat er beslissingen worden genomen over waar de kinderen zullen wonen, hoe vaak ze elke ouder zullen zien en hoe belangrijke beslissingen over hun opvoeding zullen worden genomen.
- **Financiële regelingen:** Er moeten ook afspraken worden gemaakt over geldzaken, zoals het verdelen van spullen en bezittingen, en afspraken over alimentatie (geld dat de ene ouder aan de andere

betaalt voor de zorg van de kinderen).

- Definitieve scheiding: Als alle afspraken zijn gemaakt en goedgekeurd door de rechtbank, wordt de scheiding officieel en zijn de partners niet langer wettelijk getrouwd.

Wat betekent een echtscheiding voor jou?

Een echtscheiding kan veel verschillende veranderingen met zich meebrengen en het is normaal om hier veel gevoelens over te hebben. Hier zijn een paar dingen die je kunt verwachten en hoe je ermee om kunt gaan:

- Veranderingen in woonplaats: Een van de grootste veranderingen is vaak dat een van je ouders uit het huis verhuist. Dit kan betekenen dat je moet wennen aan een nieuw huis, nieuwe buurt en misschien zelfs een nieuwe school. Dit kan spannend zijn, maar ook eng. Het is belangrijk om je nieuwe ruimte eigen te maken door je favoriete spullen mee te brengen, zoals posters, speelgoed en boeken. Verken het huis en zoek een plek waar je je prettig voelt. Een nieuwe buurt betekent nieuwe plekken en mensen. Ga samen met je ouder op ontdekkingsstocht in de buurt en zoek naar leuke plekken zoals parken en winkels. Het kan ook helpen om je aan te sluiten bij clubs of sportteams om nieuwe vrienden te maken. Een verhuizing kan ook betekenen dat je naar een nieuwe school moet gaan. Dit kan een grote verandering zijn en het is normaal om zenuwachtig te zijn. Vraag je ouders of leraren om hulp als je je overweldigd voelt. Het aanpassen aan een nieuw huis, een nieuwe buurt en een nieuwe school kan tijd kosten, maar onthoud dat het oké is om hulp te vragen en je gevoelens te delen.
- Twee huizen: Veel kinderen van gescheiden ouders hebben twee huizen – één bij elke ouder. Dit betekent dat je tijd doorbrengt in twee verschillende omgevingen, wat voordelen maar ook uitdagingen kan hebben. Wanneer je twee huizen hebt, moet je je spullen verdelen tussen beide plekken. Dit kan betekenen dat je een paar van je favoriete dingen, zoals speelgoed, boeken of

kleren, in allebei de huizen hebt. Het kan makkelijk zijn om een lijst te maken van wat je waar hebt, zodat je altijd weet waar je spullen zijn. Probeer ook afspraken te maken met je ouders over het meenemen van belangrijke spullen die je in allebei de huizen nodig hebt, zoals schoolspullen, sportkleding of hobby spulletjes. Elk huis kan zijn eigen regels hebben. Dit kan in het begin verwarrend zijn, maar het helpt om hier over te praten met je ouders. Vraag bijvoorbeeld naar de bedtijden, huiswerktijden, en huishoudelijke taken. Door deze regels te begrijpen, kun je je beter aanpassen en weet je wat er van je verwacht wordt. In beide huizen kun je een eigen ruimte creëren die echt van jou is. Neem je favoriete spullen mee en richt je kamer zo in dat je je er thuis voelt. Dit kan helpen om je goed te voelen in allebei de huizen ondanks de veranderingen. Hoewel het soms lastig kan zijn om tussen twee huizen op en neer te gaan, zijn er ook voordelen. Je hebt de kans om verschillende ervaringen op te doen en misschien zelfs nieuwe vrienden te maken in beide omgevingen. Bovendien krijg je de kans om unieke, individuele tijd door te brengen met elke ouder. Het aanpassen aan twee huizen kost tijd, maar je kunt ervoor zorgen dat beide plekken als thuis voelen.

- Nieuwe mensen: Na een scheiding kunnen ouders soms een nieuwe partner krijgen. Dit betekent dat er nieuwe mensen in je leven kunnen komen, zoals stiefouders, stiefbroers en -zussen. Het kan tijd kosten om aan deze veranderingen te wennen. Een nieuwe stiefouder betekent dat je een nieuwe volwassene in je leven hebt. Het kan even duren om een band op te bouwen en elkaar goed te leren kennen. Probeer open te staan voor deze nieuwe relatie en geef jezelf de tijd om eraan te wennen. Het is normaal om gemengde gevoelens te hebben, zoals nieuwsgierigheid, onzekerheid of zelfs weerstand. Als je nieuwe stiefbroers of -zussen krijgt, kan dat betekenen dat je je huis en je ouders met hen moet delen. Dit kan spannend zijn, maar ook moeilijk. Probeer tijd door te brengen met je nieuwe broers en