

Mijn leven  Jouw leven

PROBLEMEN

THUIS



SOORTEN GEZINNEN

Een gezin bestaat vaak uit een vader, een moeder en een of meer kinderen. Maar ook allerlei andere gezinsvormen komen voor.

Allerlei gezinnen

Naast de traditionele gezinsvorm zijn er ook gezinnen met één ouder, met twee vaders of twee moeders of **samengestelde gezinnen**. Er zijn gezinnen met adoptiekinderen, **pleeggezinnen** en soms zijn grootouders of andere familieleden de opvoeders. Het komt ook voor dat kinderen vanwege het werk van hun ouders thuis door andere familieleden worden opgevangen. Sommige kinderen zorgen voor hun jongere broertjes of zusjes, of voor hun vader of moeder als die lichamelijk of geestelijk ziek is.



Veranderingen

Een gezin kan veranderen. Ouders gaan uit elkaar, een ouder kan overlijden of een van de ouders kan niet meer voor de kinderen zorgen. Soms gaat een vader of moeder samenwonen met een nieuwe partner, met of zonder eigen kinderen. Dat is vaak een enorme verandering. Het kan leuk zijn, maar ook helemaal niet. Heb jij te maken met een verandering in jouw gezin? Dan ben je zeker niet de enige.

Een gemengd huwelijk

In sommige gezinnen hebben de ouders een verschillende afkomst, er is dan sprake van een **gemengd huwelijk**. De ouders komen niet uit dezelfde **cultuur** en hebben soms ook verschillende geloven. Dat kan tot spanningen leiden. Kinderen van ouders met een **migrantenafkomst** hebben soms het gevoel dat de **normen en waarden** van hun ouders niet bij hen passen. Ze worden heen en weer geslingerd tussen de overtuigingen van hun ouders en de normen en waarden van de cultuur waarin zijzelf opgroeien. Dat kan heel lastig zijn.



In dit boek kom je hier en daar een kader 'Praat erover!' tegen. Je kunt dan met je vrienden, familie of klasgenoten discussiëren over twee meningen over een bepaald onderwerp. Er is geen goed of fout. Soms zul je verbaasd zijn over jullie conclusies!



EEN SCHEIDING

Stellen gaan om allerlei redenen uit elkaar. Als ouders uit elkaar gaan, betekent dat een grote verandering voor het hele gezin.

Uit elkaar

Soms besluiten twee mensen uit elkaar te gaan. Een van hen is verliefd geworden op een ander, ze zijn uit elkaar gegroeid of ze houden niet meer van elkaar. Het kan zijn dat ze voortdurend ruziemaken of samen niet meer gelukkig zijn. Voor alle betrokkenen is een scheiding heel naar, ook voor degene die het gezin verlaat. De meeste ouders houden nog steeds veel van hun kinderen, ook al wonen ze niet meer onder hetzelfde dak.



Nare gevoelens

Als je ouders uit elkaar gaan, krijg je te maken met allerlei gevoelens. Misschien voel je je schuldig en denk je dat het komt door iets wat jij hebt gedaan of gezegd. Je maakt je zorgen over de toekomst en je bent verdrietig en boos. Of je bent bang om een van je ouders kwijt te raken. Misschien haat je je ouders zelfs omdat ze uit elkaar gaan. Al die gevoelens zijn heel normaal.

BANG



BEZORGD

IN DE WAR

8

BOOS

SCHULDIG

GEKWETST

VERDRIETIG



Hoe ga je ermee om?

Ouders die gaan scheiden zijn soms zo met hun eigen problemen bezig, dat ze niet beseffen hoeveel invloed hun gedrag op anderen heeft. Hier vind je enkele tips om deze lastige tijd door te komen.

- Als je verdrietig bent, praat daar dan over met iemand, en huil als je daar behoefte aan hebt.
- Als je boos bent, probeer dat dan niet af te reageren op je broertjes, zusjes of vrienden. Het is heel gemakkelijk om nare dingen te

zeggen of te doen, maar eigenlijk wil je hen ook geen verdriet doen.

- Je hoeft geen partij te kiezen voor een van je ouders. Praat met beiden over je gevoelens.
- Als een van je ouders slechte dingen zegt over de andere ouder, zeg dan dat je dat vervelend vindt.
- Vind je het moeilijk om met je ouders te praten? Schrijf hen dan een brief of e-mail.

Toen mijn ouders gingen scheiden, had ik veel verdriet en pijn ... Acteren en vooral humor waren mijn manieren om daarmee om te gaan.

Jennifer Aniston, actrice



PRAAT EROVER!

Vind jij dat ouders bij elkaar moeten blijven voor de kinderen?

Een nare sfeer in huis of ouders die schreeuwen of nare dingen zeggen tegen elkaar ... Dat is erger dan een scheiding.

Het zijn volwassen mensen. Ze moeten gewoon proberen om samen te leven en bij elkaar te blijven voor de kinderen.

9

Mijn leven  Jouw leven

PROBLEMEN THUIS

In elk gezin wordt wel eens ruzie gemaakt. Dat is vervelend, maar als je het weer goedmaakt is het niet erg. Het is iets anders als er thuis echt problemen zijn die niet ophouden. Bijvoorbeeld geweld, zodat je je niet veilig voelt. Of armoede en schulden, zodat je vaak niet kunt meedoen met je vrienden. Of je ouders gaan scheiden en jij bent verdrietig en boos.

In dit boek lees je over problemen die je thuis kunt hebben. Waar kun je terecht als je er niet uitkomt?

De serie *Mijn leven, jouw leven* bespreekt op een inlevende en positieve manier onderwerpen als zelfvertrouwen, faalangst, homoseksualiteit en omgaan met problemen thuis, vooroordelen en discriminatie. De vragen in de rubriek *Praat erover!* nodigen uit tot een gesprek. Elk boek bevat praktische tips om met lastige situaties om te gaan.

Boeken in deze serie:



978-94-6341-447-0



978-94-6341-379-4



978-94-6341-445-6



978-94-6341-380-0



978-94-6341-378-7



978-94-6341-446-3

**corona**



9 789463 414463

www.schoolsupport.nl