

DE 6 ASPECTEN VAN EEN ECHTSCHIEDING

Titel: De 6 aspecten van een echtscheiding

Schrijver: Normand Jones

Coverontwerp: Normand Jones

ISBN: 9789465312798

© 2025 Normand Jones

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

"De meest waardevolle relaties ontstaan uit samenwerking, uit diep respect, oprechte bewondering en een bron van liefde en zachtheid die nooit opdroogt.

Zelfs in een scheiding kunnen juist deze waarden een pad van waardigheid en heling verlichten."

DE 6 ASPECTEN VAN EEN ECHTSCHIEDING

Rust, richting en ruimte.
Een gids in zes heldere stappen

Door Normand Jones
Stichting Oprecht Scheiden (SOS)

VOORWOORD

Je had het je anders voorgesteld. Jullie waren ooit met liefde begonnen, met hoop, met plannen voor de toekomst. En nu zit je hier, in de schemerzone tussen samen en alleen.

Misschien voelt het als falen. Of als bevrijding.

Misschien ben je moe van de strijd,
of verdoofd door alles wat er op je afkomt.

Hoe dan ook: je bent op een kruispunt beland.

En dat is precies waarom dit boek er is.

Het is geen opsomming van regels of een pleidooi voor de 'juiste manier van scheiden'.

Het is een gids. Een medereiziger. Het wil licht werpen op wat duister voelt. Structuur brengen in wat als chaos aanvoelt.

En vooral: jou helpen de regie weer terug te nemen — op een manier die past bij wie jij ten diepste bent.

Want een scheiding is niet alleen het einde van iets. Het is óók een kans. Een kans om terug te keren naar jezelf. Welkom.

Neem wat je nodig hebt. Laat liggen wat nu nog niet past. En begin — in jouw eigen tempo.

PROLOOG — DE STILTE VOOR DE KEUZE

Er is een moment vóór het besluit. Een moment waarin je nog niet weet wat je gaat doen, maar al wel voelt dat het zo niet verder kan.

Een moment van stilte. Van duizend vragen. Van slapeloze nachten en ingehouden gesprekken. Een leegte die begint te spreken.

Misschien ben je daar nu. Misschien ben je daar al doorheen. Hoe dan ook: het is een heilige plek. Want daar, in dat stille midden, ontstaat beweging. Niet altijd groots. Soms nauwelijks zichtbaar. Maar voelbaar.

De keuze om een relatie los te laten, komt vaak voort uit een diep verlangen naar waarheid. Naar rust.

Naar ruimte om weer jezelf te zijn.

Dit boek is geschreven voor dat moment. En voor alles wat er daarna komt. Zodat je onderweg niet verdwaalt, maar steeds opnieuw de weg naar jezelf terugvindt.

“Elk einde begint in stilte — luister naar wat vanbinnen spreekt.”

INLEIDING — SCHEIDEN ALS PROCES, NIET ALS PUNT

Volgens het CBS eindigt één op de drie huwelijken in een scheiding. Dat zijn cijfers. Maar achter elk getal schuilt een verhaal.

En wanneer dat verhaal het jouwe wordt —

Wanneer jij degene bent die in de storm staat, voelen statistieken ineens koud en betekenisloos.

Scheiden is geen enkelvoudige gebeurtenis. Het is een intens proces. Een transitie. Een complete omwenteling in je leven. Het raakt je hart, je hoofd, je dagelijks bestaan en je toekomst tegelijk. En het raakt vaak niet alleen jou — maar ook je (ex-)partner, je kinderen, je familie, je omgeving.

We zijn geneigd om ons te richten op de buitenkant: de papieren, de afspraken, de praktische zaken. Maar onder de oppervlakte spelen minstens even sterke krachten mee: emoties, overtuigingen, oude patronen.

De scheiding is niet alleen juridisch. Ze is ook psychisch. Emotioneel. Sociaal. En als je niet oppast, word je heen en weer geslingerd tussen al deze lagen. Verdwaald in je eigen verhaal.

Daarom schreven we dit boek. Niet om alles te vertellen, maar om je richting te geven. Zodat jij stap voor stap de puzzelstukjes kunt leggen van jouw scheiding — én van je nieuwe leven.

Hoofdstuk 1 – Rust in de chaos

De zes aspecten van een scheiding

"Ik weet niet waar ik moet beginnen."

"Alles komt tegelijk."

"Ik wil gewoon even rust."

Deze uitspraken horen we dagelijks in onze praktijk bij Stichting Oprecht Scheiden. Ze raken precies de kern. Want wie in een scheiding zit, ervaart vaak geen helder pad, maar een doolhof. Een verwarde kluwen van gevoelens, verplichtingen, afspraken, zorgen en vragen. Je hoofd wil orde. Je hart is gebroken. En ondertussen moet je van alles regelen.

Wat mensen dan het meeste nodig hebben, is rust. Rust om weer overzicht te krijgen. Rust om te voelen wat er werkelijk speelt. Rust om keuzes te maken die niet zijn ingegeven door paniek of boosheid, maar door inzicht en toekomstgerichtheid.

Waarom dit hoofdstuk belangrijk is

Scheiden is geen enkelvoudige gebeurtenis. Het is geen handtekening, geen datum, geen formulier.

Het is een proces dat zich op meerdere vlakken tegelijk afspeelt. Als je dat niet weet — of niet herkent — is het logisch dat je je uitgeput voelt.

Daarom geven we je hier het eerste houvast: de zes aspecten van een echtscheiding. Door ze te benoemen en van elkaar te onderscheiden, breng je structuur aan in de chaos. En structuur... brengt rust.

En rust is precies waar je in deze situatie naar verlangt.

De zes aspecten in één oogopslag

1. Juridisch – Wat moet er formeel geregeld worden?
2. Ouderschap – Hoe blijf je samen ouders?
3. Economisch & fiscaal – Hoe verdeel je geld, bezit en verplichtingen?
4. Emotioneel – Wat voel je, wat laat je los?
5. Psychisch – Wie ben jij los van de ander?
6. Sociaal – Wat verandert er in je omgeving?

We lichten ze hieronder kort toe — met herkenbare valkuilen die je onderweg kunt tegenkomen.

1. Juridisch aspect

De formele kant van de scheiding. Denk aan het echtscheidingsverzoek, het convenant, het ouderschapsplan en alle officiële procedures.

Valkuil: denken dat dit het enige is wat geregeld moet worden.

2. Ouderschapsaspect

Wat als je samen kinderen hebt? Dan verandert jullie relatie van partner naar co-ouder. Je maakt afspraken over zorg, opvoeding, communicatie en financiële verantwoordelijkheid.

Valkuil: onuitgesproken frustraties vertalen naar strijd over de kinderen.

3. Economisch en fiscaal aspect

Wat gebeurt er met het huis? Hoe verdeel je de bezittingen en schulden? Wie betaalt wat? En hoe zit het met alimentatie, pensioen en belastingzaken?

Valkuil: emoties die zich vermommen als 'financiële principes'.