

# Tips voor gescheiden ouders met baby's, peuters of kleuters

---

Voor kinderen is een scheiding zeer ingrijpend. Lees hier de belangrijkste tips en aandachtspunten voor het begeleiden van een baby, peuter of kleuter tijdens en na een scheiding:



Houd zoveel mogelijk vast aan vaste routines en patronen.



Reageer op behoeftes en signalen van je baby.



Ben zo veel mogelijk emotioneel beschikbaar. Geef veel positieve aandacht.



Vertel in kindertaal dat de scheiding niet de schuld is van je kleuter, maar dat het een beslissing is van papa en mama, waar het niks aan kan veranderen.



Bij lichamelijke klachten, zoals buikpijn, hoofdpijn of misselijkheid, reageer begripvol en zie het als uiting van emoties.



Bereid peuters en kleuters voor op veranderingen, maar niet te lang van te voren.



Breng de kinderopvang, oppas en/of peuterspeelzaal op de hoogte van de situatie thuis.



Heb begrip voor een terugval in de ontwikkeling, reageer rustig en begripvol.



Probeer zo duidelijk mogelijk antwoord te geven op vragen in korte, simpele taal.



Laat je kind merken dat jij voor hem zorgt en dat er andere mensen zijn die voor jou zorgen.



Zorg voor voldoende ontspannende en leuke momenten.



Probeer zoveel mogelijk duidelijkheid te verschaffen, zonder details te vertellen, die er niet toe doen of niet geschikt zijn voor jonge kinderen.