



Scheiden & Mediation

Hoe u kunt scheiden
zonder onnodig lijden

Wilt u zelf scheiden? Zegt uw partner te willen scheiden? Of is het een gezamenlijk besluit? Hoe bereidt u uw kinderen erop voor? Hoe regelt u het goed voor de kinderen? Wie blijft er in het huis wonen? Wat zijn de alternatieven? Hoe gaat u om met de acceptatie van de scheiding en de rouw? Wat houdt scheiden concreet voor u in? Hoe lang duurt de scheidingsprocedure? Om een echtscheiding goed af te wikkelen is goede communicatie nodig. Maar hoe dan?

Deze brochure geeft u inzicht in hoe mediation voor u kan bemiddelen. En hoe een mediator door goede communicatie tot oplossingen komt. Daarnaast vindt u een aantal tips. Kortom: alle informatie om ervoor te zorgen dat u kunt scheiden zonder onnodig lijden.

Wat is mediation?

Mediation is het voeren van overleg om een gezamenlijke oplossing te vinden voor een conflict of probleem. Een mediator is neutraal, onafhankelijk en onpartijdig. Hij of zij zorgt voor goede communicatie bij het vinden van oplossingen. Zoals bij bovenstaande vragen als hoe u het samen regelt voor de kinderen. Mediation heeft als voordeel dat de kosten voor het proces van scheiding beperkt worden. Een oplossing is eerder bereikt.

Waarom eerst naar een mediator en niet eerst naar een advocaat?

Een advocaat is voor één partij. Een mediator is neutraal, onafhankelijk en onpartijdig. Het doel van mediation is om er samen goed uit te komen. En de scheidingsprocedure niet onnodig lang te maken. De kosten voor het proces worden hierdoor aanzienlijk verminderd.

Welke stappen doorloopt u met een scheidingsmediator?

Eerst wordt onderzocht of een echtscheiding de oplossing is voor jullie probleem. Hierop volgt het inventariseren van de gevolgen van de scheiding en welke besluiten hiervoor nodig zijn, met name met betrekking tot de kinderen. Een goede onderlinge communicatie wordt hierbij in het oog gehouden. Er wordt gezocht naar de mogelijke afspraken voor wat betreft de financiële gevolgen en zo mogelijk wordt dit in een document op papier gezet. De afspraken rondom de kinderen worden in een ouderschapsplan beschreven, de overige afspraken worden in een echtscheidingsovereenkomst (ook wel genoemd een echtscheidingsconvenant) geformuleerd.

In welke situaties kunt u een beroep doen op mediation?

- 1 Bij de beslissing om uit elkaar te gaan.
- 2 Bij het afronden van een relatie.
- 3 Bij het invullen van het ouderschap na de scheiding.
- 4 Bij de communicatie onderling.
- 5 Bij de praktische gevolgen van de scheiding.
- 6 Bij de zakelijke gevolgen van de scheiding.
- 7 Bij de emotionele gevolgen van de scheiding.
- 8 Bij het opstellen van een echtscheidingsconvenant.
- 9 Bij het evalueren en indien nodig bijstellen van eerder gemaakte afspraken.

1. Uit elkaar of niet?

Deze keuze is voor de meeste mensen niet eenvoudig. Het is de tijd van wikken en wegen. De voor- en nadelen op een rijtje zetten. Vaak zit u in een vicieuze cirkel. De kunst van de mediator is dat hij of zij op zo een manier vragen stelt dat de antwoorden vanzelf komen. De cruciale vraag is of u nog genoeg van uw partner houdt. Wij geven u 2 tips om inzicht te krijgen.

Tip 1

Beantwoord voor uzelf de volgende vragen in een zogenaamde brief.

- Waarom ben ik verliefd geworden op mijn partner?
- Hoe heb ik de relatie ervaren?
- Wat vond ik lastig in de relatie?
- Wat zou er moeten veranderen?
- Als dat zou veranderen, zie ik dan nog een toekomst met hem of haar?
- Waarom zou ik nu willen stoppen?
- Welke gevolgen zou dat hebben voor de kinderen?
- Hoe is de financiële situatie?
- Hoe zie ik mijn nieuwe leven voor mij?
- Is dat nieuwe leven het waard?

Tip 2

Maak een plus- en minlijst van de voordelen van bij elkaar blijven en de nadelen daarvan. En een zelfde lijst voor de voordelen en nadelen van weg gaan. Wat kost het u en wat levert u op?

2.

Het afronden van een relatie

Het is van belang om de relatie goed af te ronden. Dit wordt de scheidingsmelding genoemd. Naar elkaar spreekt u uit dat en waarom u niet meer verder wilt. U stelt vragen aan elkaar. Hierdoor worden misverstanden voorkomen. En krijgen de emoties een plek. Een scheiding is rouwverwerking. We kennen hierin 8 fasen:

8 fasen van rouwverwerking

- 1 Ontkenning, ongeloof.
- 2 Boosheid, agressie, schuld.
- 3 Verdriet, pijn.
- 4 Depressie, in de put.

Omslagpunt

- 5 Berusting. Het is zoals het is.
- 6 Nieuwe mogelijkheden onderzoeken.
- 7 Zingeving. Wat kan ik eruit leren. Persoonlijke groei.
- 8 Integratie van de nieuwe situatie in je leven.



3.

Het ouderschap invullen na de scheiding

Hoe vertelt u de kinderen dat u gaat scheiden?

- 1 Kies een moment en een plek waar de kinderen zich veilig voelen.
- 2 Vertel het samen. Dan zien kinderen dat er nog gezamenlijk beslissingen worden genomen.
- 3 Vertel dat jullie besloten hebben uit elkaar te gaan.
- 4 Vertel dat het niet de schuld van de kinderen is.
- 5 Vertel dat u veel van hen houdt en dat dat altijd zo zal blijven.
- 6 Vertel hen dat zij niet hoeven te kiezen tussen de ene en de andere ouder.
- 7 Vertel de kinderen bondig wat de gevolgen voor hen op korte termijn zijn (blijven ze op dezelfde school, waar wonen zij?).
- 8 Praat positief over de andere ouder.
- 9 Vraag wat de kinderen ervan vinden en geef aan dat u erover wilt praten.

Wat moet er voor de kinderen geregeld worden?

- 1 Bij wie/waar gaan de kinderen wonen na echtscheiding?
- 2 Wie heeft/krijgt het gezag over de kinderen?
- 3 Als de kinderen bij de ene partner gaan wonen, hoe vaak zien zij dan de ander?
- 4 Wie betaalt wat voor de kinderen?
- 5 Wat spreekt u verder af met betrekking tot de kinderen?

Ouderschapsplan maken/wijzigen?

U heeft mogelijk na het uit elkaar nooit een ouderschapsplan gemaakt. Of u heeft het wel gemaakt maar de andere ouder houdt zich er niet aan. Soms is er een nieuwe partner waardoor de relatie verstoord is geraakt. Of de kinderen willen niet meer. Ze zitten in een andere leeftijdsfase.

Vragen:

- Hoe zorg ik dat de kinderen weer bij mij komen of bij de andere ouder
- Wat als het onveilig is bij de andere ouder?
- Wat kan ik doen aan een verstoorde communicatie?
- Wat als er voortdurend onenigheid is over kleine dingen?
- Als de andere ouder geen kinderalimentatie betaalt?
- Wat als de andere ouder een vakantie weigert?
- Wat als de kinderen er steeds tussen zitten?
- Verandering van woonplek, werk, relatie, gezinssamenstelling: hoe ga je daar mee om?

Vanaf 2009 is bij echtscheiding een **ouderschapsplan** verplicht.

Een ouderschapsplan is een regeling tussen de ouders over hoe zij de verzorging en opvoeding van de kinderen na de scheiding vorm willen geven.

Gezamenlijk ouderschap

Maak een plus- en minlijst van de voordelen van bij elkaar blijven en de nadelen daarvan. En een zelfde lijst voor de voordelen en nadelen van weg gaan. Wat kost het u en wat levert u op?

- 1** Zijn jullie bereid om in de buurt van elkaar en de school te blijven wonen?
- 2** Is er genoeg financiële ruimte om extra zaken aan te schaffen?
- 3** Is het ouderschap een voortzetting van de praktijk van jullie ouderschap tijdens het huwelijk?
- 4** Is het werk van beiden te combineren met het nieuwe ouderschap?
- 5** Kunnen jullie goed met elkaar communiceren?
- 6** Kunnen jullie goed problemen oplossen?
- 7** Zijn er oneigenlijke of verborgen motieven voor het gezamenlijk nieuwe ouderschap?
- 8** Is er sprake van alcoholisme, drugs of andere verslavingsproblemen?
- 9** Wil een van jullie echt geen gezamenlijk ouderschap? Als een het echt niet wil, zal het niet lukken.
- 10** Wat is het verschil in gezamenlijk nieuw ouderschap en co-ouderschap.

4.

De communicatie onderling

Bij al dit soort zaken is het van groot belang dat de communicatie onderling goed verloopt. Een mediator gebruikt communicatie technieken om tot duidelijke afstemming te komen tussen beide partijen.

Hij of zij zegt bijvoorbeeld dingen als: "Als u nu een toverstokje had, wat zou u dan wensen? En wat kunt u eraan doen om dichterbij jullie doel te komen?" De mediator is onafhankelijk, neutraal en onpartijdig en brengt beide partijen op een lijn.

5.

De praktische gevolgen van de scheiding

Er moeten afspraken gemaakt worden over de praktische gevolgen van de scheiding.

Die afspraken gaan over:

- Wie blijft er in het huis wonen? Wat zijn de mogelijkheden? Moet de woning worden verkocht, verdelen we voorlopig niet of wordt een partner uitgekocht.
- Hoe zorgen we voor een goede regeling voor de kinderen na het uit elkaar gaan. Omgang, gezamenlijk nieuw ouderschap, co-ouderschap? Kinderalimentatie.
- Hoe verdelen we de spullen, de schulden en overige financiële besognes?

6.

De zakelijke gevolgen van de scheiding

Financieel moet er veel geregeld worden. Zaken zoals:

Zaken zoals:

- Kinderalimentatie
- Partneralimentatie
- Het huis en de hypotheek
- Verzekeringen
- Belastingen
- Pensioen
- Het recht op eventuele toeslagen

7.

De emotionele gevolgen van de scheiding

Wanneer u goede afspraken met elkaar hebt kunnen maken zullen de emotionele gevolgen van de scheiding een stuk kleiner zijn. Doordat u samen naar de mediator gaat en het proces doorloopt. Mediation zorgt er niet alleen voor dat de kosten lager zijn. Maar ook dat de negatieve emotionele gevolgen kleiner zijn.

In mediation bij echtscheiding worden technieken gecombineerd met specialistische kennis van het familierecht. Hierdoor worden partners geholpen blijvend gelijkwaardig te communiceren.

8.

Het opstellen van het echtscheidingsconvenant

De mediator stelt het echtscheidingsconvenant voor u op.

Wat is een echtscheidingsconvenant?

Een echtscheidingsconvenant is een officiële overeenkomst waarin afspraken tussen uw partner en u met betrekking tot de scheiding worden vastgelegd. Hierin staan alle (juridische) afspraken en beslissingen die u moet nemen bij de scheiding. Een echtscheidingsconvenant zorgt ervoor dat de scheiding snel geregeld is.

Als er sprake is van een huwelijk of geregistreerd partnerschap dan wordt het echtscheidingsconvenant samen met het ouderschapsplan ingediend bij de rechtbank. Voor samenwoners gelden de documenten als een bewijs van onderling gemaakte afspraken.

Wat staat er in het echtscheidingsconvenant?

- Wat er gebeurt met de woning.
- De boedelverdeling.
- De alimentatie na de scheiding.
- Het pensioen na scheiding.

9.

Het evalueren en indien nodig bijstellen van eerder gemaakte afspraken

Na de scheiding breekt een nieuwe fase aan voor alle partijen. Hoe gaat het nu met de omgangsregeling of het co-ouderschap? Hoe bouwt u uw leven weer op? Worden de gemaakte afspraken nagekomen? Zijn de financiële omstandigheden inmiddels gewijzigd? Is er een nieuwe partner? Met behulp van mediation zorgt u ervoor dat u op een goede manier met elkaar in gesprek gaat als er een conflict optreedt.

Wat zijn de voorwaarden om mediation toe te gaan passen?

De voorwaarden voor mediation zijn:

- Mediation is vrijwillig maar niet vrijblijvend
- Het overleg in mediation is vertrouwelijk en bindt pas als er een getekende overeenkomst bestaat
- Er wordt duidelijk afgestemd wat een mogelijke rol is van advocaten en procedures
- Er wordt stap voor stap gewerkt aan de daadwerkelijke wil om er onderling uit te komen

Wat is de werkwijze van een mediator?

- 1** U meldt zich aan bij een mediator, bijvoorbeeld via de website en u wordt daarna gebeld.
- 2** U krijgt samen een uitnodiging voor een eerste gesprek.
- 3** U komt allebei apart aan het woord in dat gesprek.
- 4** Er wordt een agenda opgesteld over welke zaken besproken moeten worden.
- 5** De individuele belangen worden geïnventariseerd.
- 6** De gemeenschappelijke belangen worden in kaart gebracht.
- 7** Met de belangen in het vizier komt naar aanleiding van de agenda een dialoog op gang.
- 8** De afspraken worden vastgelegd in een vaststellingsovereenkomst.

Het Mediationhuis

Het Mediationhuis wijst de weg naar uw oplossing. Mediators met verschillende expertise hebben zich bij het Mediationhuis verenigd. Zij doen er alles aan om met u te werken aan het oplossen van uw conflict. Door de bundeling van kwaliteiten en de onderlinge samenwerking tussen mediators kan voor elk conflict de mediator met de juiste kennis worden ingezet. Het Mediationhuis gelooft in de kracht van samenwerking. Indien nodig pakt de andere specialist de zaak over.

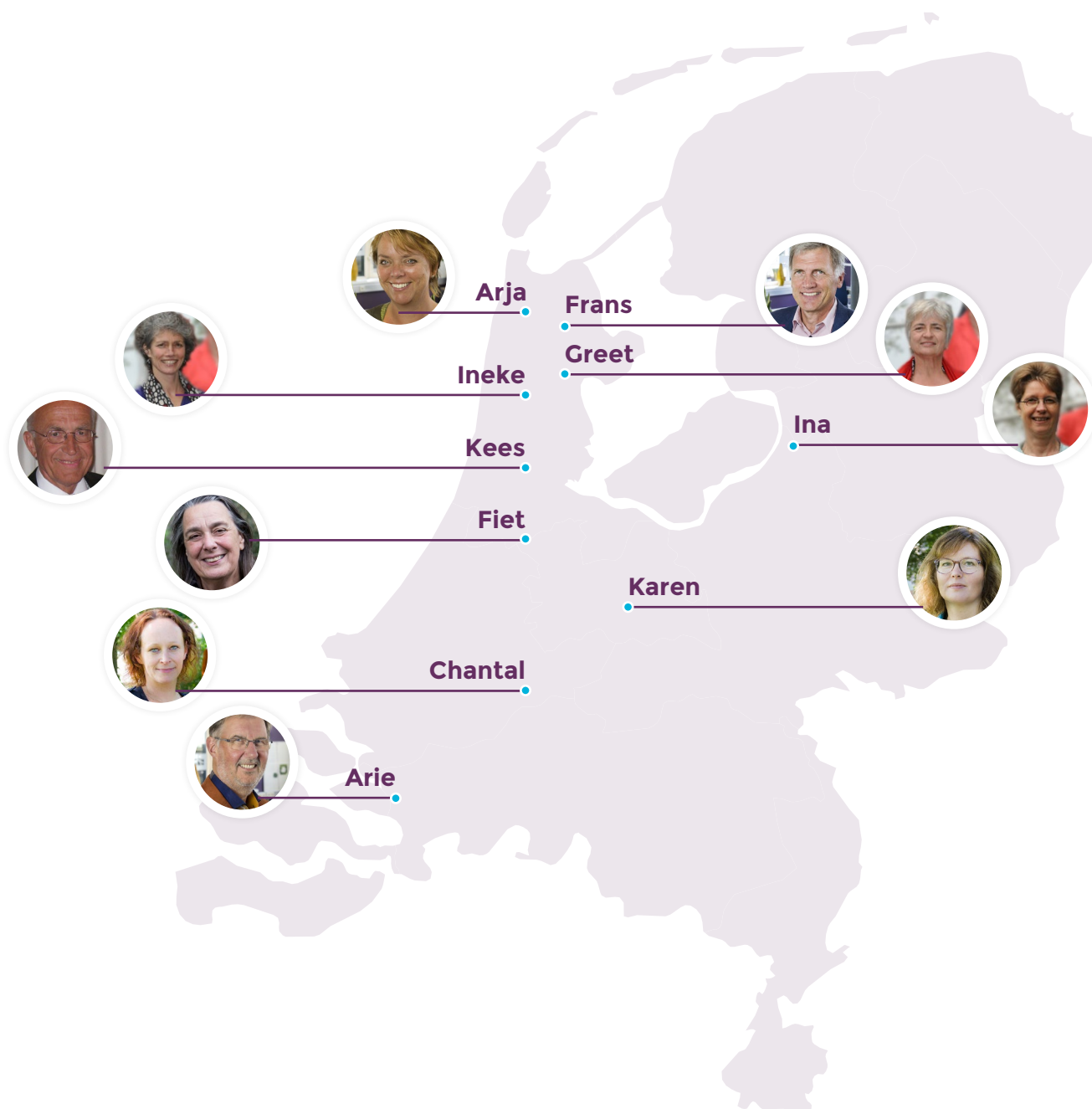
Voor verzoek tot echtscheiding heeft Mediationhuis advocaten in huis. Zo heeft u bij scheiding alles onder een dak. Wel zo praktisch en vertrouwd. Wij stellen alles in het werk om onnodig lijden bij een scheiding te voorkomen.



Onze Mediators

Bij het Mediationhuis hebben mediators met verschillende expertise zich verenigd. Mediators met passie voor hun vak die er alles aan doen om samen met u te werken aan het oplossen van uw conflict. Door de bundeling van kwaliteiten en de onderlinge samenwerking tussen de mediators kan voor elk conflict de mediator met de juiste kennis worden ingezet.

Het Mediationhuis biedt u goed opgeleide, ervaren en betrokken mediators die met elkaar kennis hebben van het hele veld van mediation: de kracht van samenwerking.





Contact met Mediationhuis

**Meer weten wat Mediationhuis
voor u kan betekenen?**

Neem dan telefonisch contact met ons op **0800 020 1684**
<http://scheidingen.mediationhuis.nl>