

### Positief Opvoeden en Scheiding

Een scheiding brengt veranderingen en vaak onzekerheden en spanningen met zich mee. Zowel voor de ouders als voor de kinderen. Hoe ondersteun je je kind hier zo goed mogelijk in? Hoe geef je -samen met je ex-partner- de opvoeding vorm?

#### Voor wie?

De cursus Opvoeden en Scheiding is voor ouders die gescheiden of uit elkaar zijn en problemen ervaren als gevolg van deze scheiding. Dit maakt het gezamenlijk opvoeden lastig. Beide ouders kunnen de cursus volgen, maar zitten niet bij elkaar in de groep.

#### Doel

- de ouder heeft kennis van de gevolgen van ingrijpende gebeurtenissen zoals echtscheiding op kinderen
- de ouder is in staat zijn/haar handelen af te stemmen op het belang van het kind
- de ouder heeft handvatten om te kunnen omgaan met conflicten en stressvolle situaties
- de ouder heeft vaardigheden om het gedrag van het kind op positieve wijze te stimuleren
- de ouder heeft inzicht in de eigen balans in werk, gezin en ontspanning

#### Hoe doen we dat?

De cursus bestaat uit 5 groepsbijeenkomsten van 2 uur. Er zitten maximaal 12 ouders in een groep. De bijeenkomsten gaan over echtscheiding, omgaan met emoties en conflicten en het werken aan een nieuw gezinsleven. Je wisselt ervaringen met andere ouders uit en oefent met elkaar. Samen zoek je naar oplossingen voor lastige situaties.



De cursus Opvoeden en Scheiding wordt in heel Amsterdam gegeven door de Ouder- en Kindteams.

Aanmelden kan via [deze link](#).

Algemene informatie over Positief Opvoeden vind je op [positiefopvoeden.nl](http://positiefopvoeden.nl).