



Goede afspraken maken en houden met mijn Ex-partner over de kinderen

Vragen om over na te denken:

- Kun je een voorbeeld geven van een afspraak over de kinderen die gemakkelijk tot stand kwam? Wat hielp hierbij?
- Is er een voorbeeld van een afspraak die moeilijk was om te maken? Wat maakte dit lastig?
- Wat heb je al geprobeerd om de gesprekken over afspraken met je ex soepeler te laten verlopen?
- Heb je al eens nagedacht over professionele hulp zoals bemiddeling of coaching? Weet je waar je terecht kunt voor deze ondersteuning?
- Vertrouw je erop dat de gemaakte afspraken worden nageleefd door beide partijen?
- Wat vind jij moeilijk aan het nakomen van de afspraken? En wat denk je dat het voor jouw ex-partner lastig maakt?
- Hebben jullie sinds de scheiding afspraken aangepast? Zo ja, waarom en hoe ging dat?

Nuttige informatie:

- Tips voor het verbeteren van communicatie met je ex-partner.
- Hoe ga je om met boosheid in relatie tot je ex-partner?
- Wat houdt bemiddeling in en wanneer is het een goede optie?
- Het opstellen van een effectief ouderschapsplan: stappen en tips.

Deze vragen en fiches zijn bedoeld om je te helpen effectief te communiceren en samen te werken met je ex-partner voor het welzijn van jullie kinderen. Door open en constructief te communiceren kunnen jullie beiden goede ouders blijven, zelfs na de scheiding.