

ScheidingsATLAS

Ondersteuning voor jou en je kind

Voor alle gescheiden ouders in Utrecht



Laat je informeren en doe mee

Ondiep: Thorbeckelaan 18c

Dinsdag 8 november & dinsdag 29 november

19:00 - 22:00 (inloop 18:45)

-

Leidsche Rijn: Laurierweg 104

Vrijdag 21 oktober & vrijdag 11 november

09:30 - 12:30 (inloop 09:15)

Wil je je aanmelden, heb je een vraag of benieuwd naar andere trainingstijden?

Neem dan contact met ons op via opgroeien@utrecht.nl, scan de QR code of gebruik [deze link](#)



Heeft je ex partner ook interesse in de ScheidingsATLAS?
Inschrijven voor dezelfde groep is niet mogelijk.

ScheidingsATLAS

Ondersteuning voor jou en je kind

Wat is ScheidingsATLAS en voor wie is het bedoeld?

ScheidingsATLAS is een wetenschappelijk onderbouwde preventieve groepstraining voor ouders die gescheiden zijn. Veel gescheiden ouders worstelen met vragen over het ouderschap na de scheiding. Hoe beleven de kinderen de scheiding? Hoe kun je ze als ouder helpen aan de nieuwe situatie? Hoe zorg je goed voor jezelf en je kinderen? Hoe werkt dat, ouderschap na scheiding? Hoe praat je hierover met de andere ouder? Na een scheiding zijn ouders niet langer partners, maar ze blijven wel samen de ouders van hun kinderen. De training ScheidingsATLAS gaat hierop in door gescheiden ouders informatie te geven en te ondersteunen



DOELEN

ScheidingsATLAS is samen met gescheiden ouders ontwikkeld ter ondersteuning van ouderschap na scheiding. De training is gebaseerd op onderzoek, bijdragen van experts en ervaringen van andere gescheiden ouders. ScheidingsATLAS gaat over wat een scheiding met betrokkenen kan doen; stress, spanning of vragen van ouders; conflict tussen ouders; en de ouderrol na scheiding.

De doelen van ScheidingATLAS zijn:

- Ouders na scheiding ondersteunen
- ouders informatie en tips geven overondersteuning van hun kinderen
- ouders informatie en tips geven over communicatie met de andere ouder.

WERKWIJZE

ScheidingsATLAS bestaat uit 2 bijeenkomsten van elk 3 uur. In een groep zitten 6 tot 12 deelnemers. Tussen de beide bijeenkomsten zit ongeveer 3 weken. Bijeenkomsten worden gegeven door 2 ervaren groepsleiders. De twee bijeenkomsten zijn interactief met het uitwisselen van tips of ervaringen, animaties, (video's van) rollenspellen en begeleide oefeningen.