

INHOUD

Voorwoord	7
<i>Beste mama, beste papa</i>	10
Inleiding	15
HOOFDSTUK 1	
De storm die raast bij elke scheiding	19
1. Ouders in de storm	25
2. Kinderen in de storm	35
3. Uitdagingen om te blijven staan in de storm	55
4. Houvast in de storm	67
HOOFDSTUK 2	
Wanneer de storm niet overwaait	73
1. Waarom raken sommige mensen vast na een scheiding?	77
2. Wat vastloopt tussen ouders in een hoogconflict scheiding	97
3. Gevolgen van een hoogconflictscheiding	107

HOOFDSTUK 3

Blijven staan wanneer de storm niet overwaait	139
1. Je kwetsuur als mens erkennen	141
2. Steviger staan als ouder	144
3. Je kind meer in beeld	167
4. Steunpilaren onder je ouderschap	196
5. Concreet aan de slag	211

HOOFDSTUK 4

Wanneer de storm ondraaglijk wordt: contactbreuk tussen ouder en kind	235
1. Begrijpen wat er speelt	237
2. Werken naar herstel	242
3. Over de kinderen	259
Bijlagen	261
Integratie van de handvatten	261
Dankjewel	267
Meer lezen	269
Bronnen	272