

Wat te doen met Ik & Co!?

Ik & Co! is bedoeld voor ouders die uit elkaar zijn en de zorg voor hun kind(-eren) toch samen vorm willen geven. Je hebt afspraken over een bezoeksregeling voor de kinderen of jullie hebben gekozen voor co-ouderschap. In het ouderschapsplan heb je afspraken gemaakt over onder meer de opvoeding, huisregels en informatie-uitwisseling aan elkaar.

Dit boekje kun je gebruiken om de gemaakte afspraken te noteren en elkaar te informeren over hoe het met je kind gaat. Er zijn schema's en plannings die je kunt invullen om het overzicht te krijgen en te houden. (downloads + uitleg. Ik & Co! kan een handig hulpmiddel zijn om het ouderschapsplan in de praktijk te brengen.

Het boekje is bedoeld voor ouders van kinderen in de leeftijd van 0 tot 7 jaar (of ouder, al naar gelang je eigen behoefte en ervaringen met dit boekje) en geef je iedere keer met je kind mee naar de andere ouder, als een soort heen-en-weerboekje. Voor kinderen in de leeftijd van 8 tot ongeveer 13 jaar is er overigens ook het boekje *Ik & Zo!*, voor het kind zelf.

In het gedeelte 'Dit ben ik' kun je aangeven van welk kind dit boekje is.

Om voor jezelf en je kind overzicht te houden, kun je er de belangrijkste gegevens en informatie er invullen. Zo zijn belangrijke telefoonnummers altijd direct voorhanden.

Daarnaast zijn er plannings en schema's in dit boekje opgenomen, over waar je kind verblijft en hoe zijn of haar (en dus ook jouw) week eruitziet. (downloads + uitleg)

Bij 'Opvoeding & afspraken' kun je de belangrijkste afspraken die jullie hebben gemaakt, noteren. Dit zouden afspraken kunnen zijn over bepaalde te hanteren regels met betrekking tot bijvoorbeeld opvoedzaken als slapen, eten, en dergelijke. Ook andere aandachtspunten kun je hier kwijt.

In het gedeelte 'Hoe gaat het?' is veel ruimte om op te schrijven hoe het in een week, weekend of vakantie is gegaan met je kind. Hij of zij leeft door de situatie soms zo in twee werelden, dat het lastig is om goed te kunnen vertellen hoe het is gegaan. Op deze manier kun je het zelf even teruglezen. In sommige gevallen is het erg lastig om bij je ex-partner navraag te doen over hoe het is gegaan, of om belangrijke zaken te melden. Nu kun je het via dit boekje vragen of doorgeven, wat voorkomt dat dergelijke zaken via je kind gecommuniceerd moeten worden. Daarnaast is het voor de minder aanwezige ouder fijn om op deze manier op de hoogte te blijven van het leven van jullie kind(-eren).

Aan het eind van Ik & Co! vind je tenslotte informatie over aanvullende sites, boeken en hulpverlening.

