



Ik tel mee!

Kinderen in bemiddeling

Een werkboek
voor bemiddelaars
met DVD
over kindgerichte
ouderschapsbemiddeling

Mia Renders en Franky De Meyer

Dit werkboek is gemaakt door VCOK vzw met steun van de Vlaamse overheid. De visie en inhoud sporen samen met twee andere projectresultaten: de website tweehuizen en de verblijfskalender vis-a-vis. Mia Renders en Franky De Meyer, beiden bemiddelaar en systeemtherapeut stonden in voor de teksten van het werkboek en de inhoud van de film. Zij konden daarbij beroep doen op de visie van een wetenschappelijke stuurgroep UGent-KULeuven met Prof. Ann Buysse en Prof. Peter Rober, evenals op de ervaring en de expertise van de leden van de Fora Bemiddeling in Familiezaken.

www.scheidingsonderzoek.be

www.forumbemiddeling.be

www.tweehuizen.be

www.vis-a-vis.be

VCOK dankt Prof. Ann Buysse en Prof. Peter Rober, de leden van de Fora Bemiddeling, het Kinderrechtensecretariaat, het Steunpunt Algemeen Welzijnswerk, Lieve Cottyn (IAA) en Denise Everaert. Dank aan onze acteurs Jan Debrabandere, Els Heene, Ann De Becker en Vincent Lesseliers. Dank aan Prof. Marie De Bie die in 2003 aan de wieg stond van de denktank 'Kinderen en bemiddeling'.

De vormgeving is verzorgd door Magelaan (www.magelaan.be)

en de DVD is gemaakt door Matthias Storme (s.i.d.vzw@hotmail.com).

VCOK vzw

Vormingscentrum Opvoeding en Kinderopvang

Raas van Gaverestraat 67a

9000 Gent

Tel: 32 9 232 47 36

info@vcok.be

Inhoudstafel

PROJECT KINDEREN IN BEMIDDELING	11
<i>Chris De Bruyne algemeen coördinator VCOK vzw</i>	
Elke ouderschapsbemiddelaar doet veel voor kinderen	11
Vele bemiddelaars willen meer doen	11
VCOK project	12
Bemiddelaars ondersteunen kinderen via hun ouders	14
Instrumenten voor kinderen, voor ouders, voor bemiddelaars	15
WOORD VOORAF	18
<i>Ann Buysse professor UGent</i>	
Van scheiding als stoorzender naar scheiding als maatschappelijke realiteit	18
Ouders ondersteunen om recht te doen aan de visie van hun kinderen	19
Bemiddelaars kijken door de ogen van ouders die kijken door de ogen van hun kinderen	22
Goede afspraken maken goede ouders	23
OVERZICHT	26
Vier perspectieven	26
Vier richtlijnen	26
Perspectief wetenschap	31
Wat steunt kinderen?	
KINDEREN SPREKEN MET WOORDEN	33
Waarom met woorden spreken?	34
Als kinderen niet kunnen spreken...	35
KINDEREN WETEN WAAROM	35
Waarom scheiden mijn ouders?	36
Waarom moet ik zo heen en weer?	37
Waarom weten waarom?	37
Als kinderen niet weten waarom...	38
KINDEREN TELLEN MEE	39
Wat is meetellen?	41
Waarom meetellen?	42
Als kinderen niet ondervinden dat ze meetellen...	42

KINDEREN ZITTEN NIET KLEM	42
Waarom kinderen niet klem zetten?	43
Als kinderen blijven klem zitten...	43
Perspectief kinderen	45
Wat kunnen kinderen doen?	
KINDEREN	47
Fien	47
Wat verandert niet?	47
Wat verandert wel?	47
Murat	54
Ik spreek over wat ik voel en denk met	
• mijn mama en mijn papa	55
• mijn broer of zus	56
• mijn vriend of vriendin	57
• mijn oma of opa	57
• mijn juf of meester	57
Klara	58
Ik stel vragen	
• Waarom scheiden ouders?	59
• Waarom moeten kinderen heen en weer?	60
Robbe	62
Ik zeg wat ik belangrijk vind	
• mijn belangrijk-lijst	63
• mijn valies-lijst	63
• mijn dubbel-lijst	64
• mijn doe-lijst	64
• mijn hekel-lijst	64
tante Els	65
Als ouders ruzie maken...	
Laila	67
Wat regelen je ouders?	
• gezag, verblijf, kosten	67
Kasper	69
Hoe regelen je ouders?	
• De ouders beslissen met een bemiddelaar	71
• De ouders beslissen met een notaris	72

• <i>De ouders beslissen met twee advocaten</i>	72
• <i>De rechter beslist</i>	73
• <i>Jij telt mee!</i>	74
JONGEREN	77
Wat verandert?	77
Wat verandert niet?	78
Wat verandert wel?	78
Partners en ouders	79
Een nieuwe partner en nieuwe kinderen	79
Gezinnen en gezinnen	80
Wat voel je?	81
Hoe je beter voelen?	81
Get organized	83
Wat kan je doen?	84
Erover spreken met	84
• <i>je ouders</i>	85
• <i>je vriend of vriendin</i>	86
• <i>je zus of broer</i>	86
• <i>iemand van je familie</i>	86
• <i>iemand van je school</i>	87
Vragen stellen	87
• <i>Waarom scheiden ouders?</i>	88
• <i>Waarom scheiden jouw ouders?</i>	89
• <i>Waarom moet jij zo heen en weer?</i>	90
• <i>Een vragenlijst</i>	91
Meetellen	92
• <i>een belangrijk-lijst</i>	93
• <i>een valies-lijst</i>	94
• <i>een dubbel-lijst</i>	94
• <i>een doe-lijst</i>	95
• <i>een hekel-lijst</i>	95
• <i>Wil jij zelf beslissen over de verblijfsregeling?</i>	96
• <i>Meetellen als je ouders beslissen</i>	96
• <i>Meetellen als een rechter beslist</i>	96
Als ouders ruzie maken... een hoofdstuk apart	97
Wat doen?	98
Twee getuigenissen	99
Eva: Mijn ouders zijn vorig jaar gescheiden	99
Jasper: Die van mij 10 jaar geleden	102

Perspectief ouders

Wat kunnen ouders doen?

105

LUISTEREN EN BABBELN	107
Vragen beantwoorden	108
Luisteren	108
Woorden geven	109
Babbelen	110
Spreken met andere volwassenen	111
Spreken met andere kinderen	112
Spreken zonder woorden	113
Als uw kind niet veel zegt...	114
UITLEG GEVEN	115
Wanneer uitleg geven?	116
Welke uitleg helpt uw kind vooruit?	117
Uitleg aanpassen aan de leeftijd	118
Uitleg geven naargelang de leeftijd	119
Onze uitleg of mijn uitleg?	121
Geeft u beiden één zelfde uitleg?	121
• <i>Onze uitleg</i>	121
Of geeft u elk een verschillende uitleg?	124
• <i>Wie heeft gelijk?</i>	124
• <i>Mijn uitleg</i>	127
Samen of apart uitleg geven?	129
Van samen-ouders naar apart-ouder	129
Geeft u samen uitleg?	130
Of geeft u elk apart uitleg?	130
Een verklaring is nooit af	130
Uitleg geven over spanningen	131
Uitleg geven over de verblijfsregeling	132
Uitleg geven over een nieuwe partner	134
Als uitleg geven moeilijk is...	136
IETS DOEN MET WAT UW KIND ZEGT	136
Wat kan uw kind mee sturen?	137
Wil uw tiener meer dan meetellen?	138
Wat doen met moeilijke uitspraken?	139
Als u uw kind weinig ziet...	140

ELKAAR ONDERSTEUNEN	140
Uw ouderschap zakelijk regelen	141
Wees zakelijk en blijf bij de zaak	141
Waarom ouderschap zakelijk regelen?	142
Hoe ouderschap zakelijk regelen?	142
• <i>Zet emoties naast zaken</i>	142
• <i>Zet ex-partner naast ouder</i>	143
• <i>Zet verleden naast toekomst</i>	144
• <i>Zet meningen naast elkaar</i>	145
Bekijk uw ruzies door de ogen van uw kind	146
Uw kind ziet twee ouders	147
Richt u tot uw kind als ouder	148
Samen of apart ouder zijn?	148
Kritiek is een vraag naar verandering	149
Als elkaar ondersteunen moeilijk is...	150

DE PERFECTE OUDER BESTAAT NIET	152
---------------------------------------	-----

Perspectief bemiddelaars **155**

Wat kunnen bemiddelaars doen?

VIER RICHTLIJNEN EN VIER PERSPECTIEVEN	156
Een bemiddelaar blijft op de achtergrond	157
Een bemiddelaar werkt strategisch	160
De film kindgerichte ouderschapsbemiddeling	164

CONTEXT MAKEN WAARIN OUDERS ZAKELIJK REGELEN	167
Wat is mijn doel?	167
Wat is zakelijk regelen?	167
Niet te veel afgeleid door emoties	170
Bemiddelingsprincipes toepassen	170
Een bemiddelingsprocedure volgen	171
Geduldig zijn	172
Holding both realities	173
Kijken met mildheid	173
Inzet van ouders erkennen	174
Standpunten gelijkwaardig naast elkaar zetten	175
Verleden naast toekomst zetten	176

Ouders regelen als ouder niet als ex-partner	176
Ouder en ex-partner naast elkaar zetten	176
Inhoudelijke conflicten een plaats geven	179
• <i>Wie is schuldig?</i>	179
• <i>Wapengebruik</i>	181
Pseudo-inhoudelijke meningsverschillen herkennen.	182
Waarom door de ogen van ons kind kijken?	183
Bemiddelingsfilmpje voorstellen	184
Heb ik mijn doel bereikt?	185
'KINDEREN TELLEN MEE' BESPREEKBAAR MAKEN	188
Wat is mijn doel?	188
Meetellen in wat?	188
Wat is bemiddeling?	192
Ouders geven hun kind uitleg bij de start van de bemiddeling	192
• <i>Wat wil ons kind weten?</i>	192
• <i>Waarom uitleg geven over bemiddeling?.</i>	192
• <i>Scenario maken</i>	193
• <i>Clausule in het bemiddelingsprotocol voorstellen</i>	195
• <i>Folder over bemiddeling voorstellen</i>	195
• <i>Bemiddelingsfilmpje voorstellen</i>	196
Ouders geven hun kind uitleg bij de afronding van bemiddeling met overeenkomst	197
• <i>Waarom uitleg geven over verloop van de bemiddeling?</i>	197
• <i>Scenario maken</i>	197
Ouders geven hun kind uitleg bij de afronding van bemiddeling zonder overeenkomst	199
• <i>Waarom uitleg geven over overstap naar een ander traject?</i>	199
• <i>Scenario maken</i>	200
Mag/moet ik mee beslissen?	203
In welke mate willen de ouders dat hun kind meetelt in de regelingen?	203
• <i>Wat betekenen onze regelingen voor ons kind?</i>	203
• <i>Hoe geven wij leiding en hoe nemen wij leiding?</i>	204
• <i>Is er een verschil tussen meetellen en mee beslissen?</i>	206
• <i>Hoe spreken wij over onze bekommernissen?</i>	207
• <i>Scenario maken</i>	209
Ouders hebben een akkoord over de bekommernissen	212
• <i>Wat vindt ons kind belangrijk?</i>	212
• <i>Wat vinden wij beiden belangrijke bekommernissen?</i>	214

Ouders houden rekening met de bekommernissen	215
• <i>Bekommernissen in beeld brengen</i>	215
<i>tijdens de brainstorming</i>	215
<i>tijdens de beslissing</i>	216
• <i>De verblijfskalender voorstellen</i>	217
Heb ik mijn doel bereikt?	218
'KINDEREN WETEN WAAROM' BESPREEKBAAR MAKEN	220
Wat is mijn doel?	220
Waarover uitleg geven?	220
Waarom scheiden jullie?	221
Wat zeggen wij over de reden van onze scheiding?	221
Het professorenfilmpje voorstellen	223
De site Tweehuizen voorstellen	226
Waarom deze verblijfsregeling?	226
Waarom kiezen wij voor deze regeling?	226
Verblijfsregeling vertalen in kindertaal	228
Het professorenfilmpje voorstellen	229
De site Tweehuizen voorstellen	229
Heb ik mijn doel bereikt?	229
'KINDEREN SPREKEN MET WOORDEN' BESPREEKBAAR MAKEN	231
Wat is mijn doel?	231
Wie spreekt met kind?	231
De ouders spreken met hun kind	236
Hoe spreken wij met ons kind?	236
Scenario maken	237
Het professorenfilmpje voorstellen	237
De site Tweehuizen voorstellen	237
Als de bemiddelaar met het kind spreekt...	239
Voorwaarden	239
Waartoe?	242
• <i>Kind krijgt informatie over bemiddeling</i>	242
• <i>Kind merkt inzet van ouders</i>	243
• <i>Kind verwoordt vragen</i>	244
Nabespreking met de ouders	245
Als een therapeut met het kind spreekt...	246
Heb ik mijn doel bereikt?	248

Bijlage

DVD met De film kindgerichte ouderschapsbemiddeling



PROJECT KINDEREN IN BEMIDDELING



Kinderen van apart wonende ouders, iedereen wil voor hen het beste. Iedereen wil iets doen, ook bemiddelaars.

Elke ouderschapsbemiddelaar doet veel voor kinderen

Bemiddelaars beseffen vaak niet de impact die zij hebben op welzijn van kinderen, enkel door te bemiddelen volgens de gewone bemiddelingsprincipes. Elke bemiddelaar doet dus al heel wat voor de levenskwaliteit van de betrokken kinderen.

Elke bemiddelaar doet wat kinderen vooral willen dat gebeurt. Kinderen willen dat onenigheid tussen hun ouders stopt. Uit onderzoek blijkt dat kinderen last hebben van aanhoudende spanningen tussen hun ouders over hen. Een goed onderhandelde ouderschapsovereenkomst zorgt ervoor dat kinderen niet klem geraken in een conflict tussen hun ouders. Bemiddelen op zich, ondersteunt kinderen. Bemiddelen is een moeilijk vak. Goed bemiddelen is goed voor de kinderen zorgen. Een bemiddelaar helpt ouders hun ouderschap zakelijk regelen en is daardoor – op zich – kindvriendelijk.

Elke ouderschapsbemiddelaar brengt de kinderen in beeld. Een ouderschapsbemiddelaar zet ouder-zijn naast ex-partner-zijn. En doet ouders als ouders stilstaan bij de bekommernissen van hun kind en bij de effecten van regelingen op hun kind. Zo krijgen kinderen ruimte in elke ouderschapsbemiddeling.

Vele bemiddelaars willen meer doen

Een ouderschapsbemiddelaar heeft een positie 'met opportuniteiten'. Hij of zij heeft een intense vertrouwensrelatie met ouders in beweging. Een bemiddelaar heeft invloed op de constructie van het apart wonen. Bemiddeling is niet alleen een belangrijk middel om conflicten te beheren en zo de levenskwaliteit van

kinderen te bevorderen. Naast 'gewoon' bemiddelen kan een bemiddelaar zijn bijzondere positie benutten om kinderen in bemiddeling extra ruimte te geven, uiteraard zonder hen relationeel te belasten.

VCOK is een vormingscentrum gespecialiseerd in adoptie, kinderopvang, opvoeding en bemiddeling in familiezaken. VCOK traint al jaren bemiddelaars in familiezaken en in elke opleiding duikt telkens hetzelfde debat op. Hoe kinderen méér betrekken bij de bemiddeling? VCOK bleef hierbij steeds wat bedachtzaam en voorzichtig. Ook buitenlandse praktijk en onderzoek – o.a. in Australië – wijst op risico's en fundeert aarzeling. De jarenlange band van VCOK met universitair onderzoek is een stap naar doordachte interventies gericht op welbevinden van kinderen. In november 2007 startte een grootschalig onderzoek – The IPOS van UGent en KULeuven www.scheidingsonderzoek.be – naar de bepalende factoren van de levenskwaliteit bij scheiding. Dit was de ideale uitgangsbasis om er echt werk van te maken.

De Vlaamse gemeenschap, afdeling welzijn, heeft het project Kinderen in Bemiddeling gesteund. Het project wil het welzijnseffect van bemiddeling optimaliseren. Geen wetenschappelijk onderzoek, wel een wetenschappelijk gestuurde zoektocht naar praktische tools voor bemiddelaars die zich extra willen inzetten voor kinderen van apart wonende ouders. De Vlaamse gemeenschap heeft tegelijkertijd een tweede project van VCOK gesteund: het ontwerpen van een website voor apart wonende kinderen en hun ouders. Door de samenloop van deze twee projecten vormen de website www.tweehuizen.be en dit boek een coherent geheel.

Voor de realisatie van beide projecten kon VCOK beroep doen op de expertise van Mia Renders en Franky De Meyer, beiden bemiddelaar in familiezaken, systeemtherapeut en auteur van publicaties over bemiddeling.

VCOK project

VCOK wilde eerst weten *wat de kinderen zelf zeggen* dat zij belangrijk vinden als hun ouders apart gaan wonen. Uit een onderzoek van Neale (2002) in Engeland onthielden we dat de meeste kinderen willen participeren aan de overgang van apart wonen naar apart wonen. Zij willen deelnemen door samen met hun ouders te denken en praten over de veranderingen in het gezin. Zij vinden privacy belangrijk, en spreken daarom bij voorkeur met hun ouders of andere bekenden. Uit een onderzoek van Buysse en Ackerman (2005) in Vlaanderen

onthielden we dat kinderen willen zien dat ze het verschil maken, en behoefte hebben aan een echte verklaring van de scheiding.

Een *wetenschappelijke stuurgroep* (UGent faculteit Psychologie en KULeuven faculteit Geneeskunde) onderschreef bij de start krijtlijnen van het project. Het project wil de bemiddelaar handvatten geven om naast zijn rol als bemiddelaar, drie extra welzijnsdoelstellingen te realiseren:

1. kinderen spreken passend over het apart wonen, over het scheidingstraject en over de verblijfsregeling,
2. kinderen hebben goede verklaringen voor het apart wonen, voor het traject, en voor de verblijfsregeling,
3. kinderen zien dat ze voor hun ouders het verschil maken.

Hoe kan een bemiddelaar gericht en weloverwogen

1. spreekmogelijkheden van kinderen uitbreiden,
2. samen met ouders en kinderen positieve betekenisverleningen mee construeren,
3. inzet van ouders en kind zien, zichtbaar maken en (helpen) erkennen?

Interventies dienen aan te sluiten bij de draagkracht van ouders en kind. Welke bijdrage kunnen bemiddelaars hiertoe leveren? Wat zijn weloverwogen strategieën? Wat zijn standards of good practice? Wat zijn de mogelijkheden, voorwaarden en beperkingen van de bemiddelaar? Welke interventies zijn voor elke bemiddelaar haalbaar?

VCOK is niet enkel bij de wetenschappers maar ook bij de *praktijkbemiddelaars* te rade gegaan. We wilden immers bestaande expertise benutten. Zo hebben we een grote groep bemiddelaars geconsulteerd, zowel advocaat-, notaris- als derdegroep-bemiddelaars, uit het Forum bemiddeling (www.forumbemiddeling.be). Er was overleg met het Kinderrechtencommissariaat, met het Steunpunt Algemeen Welzijnswerk en met enkele ervaren therapeuten. Dit leverde enthousiaste reacties, kritische opmerkingen, interessante sporen en concrete voorstellen op. Uit deze ronde van Vlaanderen bleek ook een sterke vraag naar gebundelde informatie over basisinterventies van elke ouderschapsbemiddelaar: naast elkaar zetten van partnerschap en ouderschap, verkennen van bekommernissen van het kind, en verkennen van de gevolgen van de regelingen op het kind.

Bemiddelaars ondersteunen kinderen via hun ouders

De ouders zijn veruit de beste experts om de veerkracht van hun kinderen aan te zwengelen, om hun kinderen doorheen de scheiding te helpen. Verstevig de veerkracht van ouders en je verstevig de veerkracht van hun kind. De kinderen zelf willen spreken met hun ouders, niet zozeer met professionelen. ‘Spreken met kinderen’ vereist bovendien bijzondere vaardigheden die men niet van elke bemiddelaar kan verwachten. Het project heeft zich daarom toegespitst op interventies via de ouders.

Onze inspiratiebronnen waren onder meer prof. Robert Emery psycholoog-bemiddelaar en docent aan de universiteit van Virginia in de VS, dr. Bren Neale onderzoekster aan de universiteit van Leeds in Engeland, prof. Jennifer McIntosh psycholoog-bemiddelaar en docent aan de La Trobe universiteit in Melbourne-Australië, en dr. Donald Saposnek psycholoog-bemiddelaar en docent aan de universiteit Santa Cruz in Californië. We hebben het geluk gehad prof. Robert Emery te kunnen ontmoeten, evenals prof. Lawrie Moloney een medewerker van prof. Jennifer McIntosh.

Bren Neale (2002):

‘Of course, resolving the issue of what is ‘good’ or ‘right’ for children-in-general is inherently difficult when the needs and interests of individual children are so varied. Once children’s perspectives are brought into the picture, however, it becomes possible to move beyond these impasses.

As we have seen, the children in our study who had experienced neglect or disrespect from a parent were forceful in insisting that children should be able to choose residence and contact arrangements. In these contexts, specialist support, an independent voice and legal representation were seen as crucial to a child’s well-being. Children will clearly assert their rights to self-determination where their family relationships are oppressive or abusive.

On the other hand, most young people in our study did not espouse a politicized, rights-based model of citizenship for themselves in a family context. They did not need to because they had already secured parental trust and respect, and thereby achieved citizenship in their families. Rather than asserting their rights to individual choice or autonomy, they aspired to good communications and inclusion in decision-making.

At times of family change they were more likely to value their privacy and make use of informal networks of support than to seek public involvement in and scrutiny of their circumstances. If someone should be listening to children, then children prefer their parents to undertake this task and it seems that where parents are doing this, state intervention is neither needed nor wanted. These differing points of view from children about participation are inevitable, for they reflect children's varied experiences of family life.'

Jennifer McIntosh (2006):

'A regrettable outcome of this very complex study would be an over-zealous or simplistic response to the findings of this study, with a naïve notion that "seeing kids" is the best thing to do in all cases. Careful guidelines and policy around training and practice competency will be necessary to safeguard against this.'... 'It serves to illustrate for any other organisation adopting this approach, the extent to which ongoing specialised training and support are needed to establish even basic skills.'

Donald Saposnek (2004):

'Mediators who interview children must be adequately qualified. Education in normal child development and family dynamics and current knowledge of children's typical early reactions to divorce and the longer-term effects of divorce on them are essential. Moreover, training and supervised experience in developing skills for interviewing children are equally important. Mediators who are inexperienced, lack knowledge of child development issues, or are insensitive to the needs and ways of children can cause them damage by including them in mediation. If the mediator is not duly qualified, it is best for him or her to exclude children from the process.'

Instrumenten

Kinderen ondersteunen door hun ouders te ondersteunen: hoe? We hebben instrumenten voor kinderen, ouders en bemiddelaars uitgewerkt.

voor kinderen: Een folder over bemiddeling

Er zijn twee aparte folders voor jonge kinderen en voor jongeren. In de folder 'Wat is bemiddeling' krijgen kinderen of jongeren wat uitleg over: Wat moet geregeld worden? Hoe wordt alles geregeld? Wat doet een bemiddelaar? Wie is bemiddelaar?

Bemiddelaars kunnen ouders de folders geven of verwijzen naar de site Tweehuizen. *Vindt u het zinnig dat uw kinderen weten wat bemiddeling is?* Meer over het gebruik van de folders vindt u onder ‘Perspectief bemiddelaars’.

voor ouders:

Het professorenfilmpje en het bemiddelingsfilmpje

De filmpjes van ongeveer 8 minuten, richten zich tot ouders. Bemiddelaars kunnen met de ouders kijken naar de filmpjes of de ouders verwijzen naar de site Tweehuizen. *Interesseert het u te weten wat de wetenschap zegt over welzijn van kinderen? Wilt u een bemiddelaar aan het werk zien? Wilt uw kind een bemiddelaar aan het werk zien?* Meer over het gebruik van de filmpjes vindt u in onder ‘Perspectief bemiddelaars’.

In *het professorenfilmpje* vertellen de professoren Ann Buysse van UGent en Peter Rober van KULeuven wat het welbevinden van kinderen van apart wonende ouders beïnvloedt. In het eerste deel ‘De beslissing om te scheiden’ beklemtonen ze het belang van een echt verhaal en van de duidelijke mededeling dat het kind geen schuld heeft aan de scheiding. In het tweede deel ‘De regelingen’ vertellen ze hoe kinderen kunnen meetellen in de praktische overgang van samenwonen naar apart wonen.

Ouders leren de stand van zaken van de wetenschap kennen door uitleg van de wetenschappers, niet door uitleg van hun bemiddelaar. Uitleg van hun bemiddelaar over ‘wat goed is voor het kind’ wordt snel door de ene of de andere ouder gezien als partijdig gedrag van de bemiddelaar. Als de relatie gespannen is, kunnen ouders wat ‘goed’ is voor een kind immers lezen als eigen gelijk of ongelijk. Vooral uitspraken over verblijfsco-ouderschap liggen heel gevoelig in een ouderschapsbemiddeling.

Het bemiddelingsfilmpje toont fragmenten uit een ouderschapsbemiddeling. Ouders leren bemiddeling kennen als een mogelijk, interessant traject om hun ouderschap te regelen. Wat weerhoudt ouders om naar een bemiddelaar te gaan? Het filmpje wil ouders gerust stellen. Het eerste deel toont dat onderhandelingen worden gevoerd als ouders en niet als ex-partners, en het tweede deel toont dat een bemiddelaar geen partij trekt.

voor bemiddelaars: Werkboek en film Kindgerichte ouderschapsbemiddeling

Het boek Kindgerichte ouderschapsbemiddeling neemt bemiddelaars mee naar vier perspectieven:

1. Wat steunt kinderen volgens de **wetenschap**?
2. Wat kunnen **kinderen** zelf doen om de scheiding goed te doorstaan?
3. Hoe kunnen **ouders** hun kinderen ondersteunen?
4. Hoe kunnen **bemiddelaars** ouders steunen hun kinderen te steunen?

De film Kindgerichte ouderschapsbemiddeling toont interventies van een bemiddelaar met het oog op welzijn van het kind. Ook deze film bestaat uit twee delen. Het eerste deel toont hoe een bemiddelaar ouderschap naast ex-partnerschap zet. Het tweede deel toont hoe een bemiddelaar ouders uitnodigt om hun kinderen te laten meetellen in de regelingen, en hoe de ouders rekening houden met wat hun kinderen belangrijk vinden.

De rollenspelen worden afgewisseld met commentaar waardoor de film ook een handig hulpmiddel is voor opleiding. De bemiddelaar in het rollenspel is een derdegroep-bemiddelaar. De commentatoren zijn een advocaat-bemiddelaar en een notaris-bemiddelaar. Zo toont de film ook interprofessionele samenwerking (zie www.forumbemiddeling.be over waarom samenwerken).

Er is hard en met veel toewijding gewerkt aan dit project door Mia Renders en Franky De Meyer. Moge de levenskwaliteit van kinderen en van hun apart wonende ouders er beter van worden.

Chris De Bruyne
algemeen coördinator VCOK vzw
www.vcok.be



WOORD VOORAF

Naar een goede kwaliteit van leven voor kinderen en hun apart wonende ouders: de visie van kinderen en de mogelijkheden van ouders en professionelen in scheidingstrajecten

Het is een grote eer om een woord vooraf te schrijven voor dit werkboek. Al lang ben ik bevoorrechte getuige van de ideeën en het engagement van de mensen achter dit boek. Ik heb met hen frustratie en toorn gedeeld als – in ons ogen – weer eens een wetgevend initiatief of een goedbedoelde maatregel het belang van het kind niet diende. Maar vooral heb ik me als onderzoeker zo vaak aangesproken en uitgedaagd gevoeld door de visie en de ideeën van het VCOK. Het is niet alleen een voorrecht om met bevlogen ‘praktijkmensen’ samen te werken, het is voor mij als onderzoeker een noodzaak. Want al is er in theorie geen verschil tussen theorie en praktijk, in de praktijk is dat wel anders! Het scheidingsonderzoek dat ik de laatste jaren heb mogen uitvoeren, is in grote mate beïnvloed door de vele gesprekken met de auteurs, hun kritische bedenkingen, vragen en praktijkknoden. Het is dan ook met veel plezier dat ik in dit boek lees hoe vele van de beschreven ideeën ook beïnvloed zijn door wetenschappelijk onderzoek.

Dit boek bundelt ervaring, visie, theorie, inzicht en praktijk. Gesponsord door de Vlaamse Minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin, hebben de auteurs zich maandenlang vastgebeten in de ontwikkeling van inzicht en materiaal dat recht doet aan de visie van kinderen met apart wonende ouders. Het uitgangspunt van de auteurs is de maatschappelijke realiteit dat vele kinderen in twee gezinnen leven en de logisch daaruit voortvloeiende vraag wat ouders en professionelen kunnen doen om recht te doen aan de visie van kinderen hierop. Scheiding is een transitie en de overgang van één gezinsvorm naar een andere gezinsvorm dient op een zo goed mogelijke manier te verlopen. Het hoeft geen betoog dat het proces van ‘uit elkaar gaan’ voor de betrokkenen een stressvolle omwenteling in hun leven is. Scheidende ouders moeten vele, complexe beslissingen nemen die het verdere leven van henzelf en hun kinderen beïnvloeden.

Hoewel de meeste ouders en hun kinderen uiteindelijk stabiliteit vinden en dus op termijn succesvol omgaan met de scheiding, gaat het scheiden op zich, het proces, vaak gepaard met een verlies van levenskwaliteit voor alle betrokkenen. Het impliceert verlies op verschillende domeinen, onder meer een verlies aan emotioneel welzijn, relationeel, fysiek en materieel welzijn, persoonlijke ontwikkeling, intimiteit, veiligheid, maatschappelijke integratie, autonomie, recht, ... Vraag is wat de kwaliteit van leven na de scheiding bepaalt en hoe we op het proces kunnen inwerken zodat het verlies aan levenskwaliteit zo klein mogelijk wordt en kinderen en ouders zo goed mogelijk door de scheiding komen. Een focus op het proces – eerder dan op de gevolgen van scheiding – is een bijzonder bruikbaar perspectief. Het vertrekt vanuit een ontwikkelingsvisie en benadrukt de transformatie en de verandering in scheidende ouders, hun kinderen en de ouder – kind relatie.

Van scheiding als stoorzender naar scheiding als maatschappelijke realiteit

Deze procesbenadering staat in schril contrast tot een klassieke oorzaak – gevolg redenering. Veel te vaak hebben mensen zich immers toegespitst op de vraag ‘wat is de impact van scheiding op kinderen’, of meer specifieke varianten van deze vraag, zoals ‘wat is de impact van verblijfsco-ouderschap op kinderen’. Sta mij toe om de gevaren van een dergelijke oorzaak – gevolg redenering te onderstrepen. Het antwoord op de vraag wat de gevolgen zijn van scheiding op kinderen, bekomt men door een vergelijking van kinderen met apart wonende ouders met kinderen met samenwonende ouders. Dergelijk onderzoek heeft geleid tot gemengde resultaten. Nu eens komen kinderen met apart wonende ouders minder goed uit het onderzoek; dan weer is er geen verschil. Op lange termijn past de meerderheid van de kinderen die een scheiding tussen hun ouders meemaken zich zonder problemen aan en blijven aanvankelijke aanpassingsproblemen en het aanvankelijk verdriet niet voortduren. Maar, de redenering achter de vraag is een ‘deficit’ redenering. Scheiding is een ‘stoorzender’ die het kind en het gezin noopt ‘anders te zijn’ dan gewone kinderen en gewone gezinnen. In die zin hangt de redenering sterk samen met hoe wij denken over een ‘gewoon’, ‘gelukkig’ kind en een ‘gewoon’, ‘gelukkig’ gezin. Wat zijn ‘gewone’ kinderen en wat zijn ‘gewone’ gezinnen, met wie moeten we kinderen van apart wonende ouders vergelijken om te weten wat de impact van de scheiding op hen is? Zijn adoptiekinderen gewone kinderen? Of kinderen die via kunstmatige inseminatie geboren zijn, via donorsperma of via een draagmoeder, zijn dat ‘gewone’ kinderen? En wat met kinderen die leven

in een pleeggezin, die een ouder verloren hebben of van wie een ouder lijdt aan een ernstige aandoening? Kinderen uit multiculturele gezinnen, kinderen met twee ouders van hetzelfde geslacht, kinderen in het buitengewoon onderwijs? Zijn dat ‘gewone’ kinderen? In deze tijd waarin we evolueren naar een veelheid en diversiteit aan gezinsvormen is dit geen irrelevante vraag. Waarom niet? Omdat het ons doet nadenken over ‘met wie vergelijk je kinderen van apart wonende ouders’ maar ook – en vooral – omdat gezinnen ingebed zijn in een breder maatschappelijk en cultureel denken en ‘invloed’ niet stopt aan de grenzen van een gezin. De manier waarop in onze cultuur over gezinnen gedacht wordt, heeft een belangrijke impact op het leven van kinderen in gezinnen, ook van kinderen die in twee gezinnen leven. En dit is – denk ik – de kern van de zaak. Veel te vaak gaan goedbedoelde initiatieven voor kinderen en hun apart wonende ouders uit van de stoorzender redenering en bevestigen ze op die manier het idee dat apart wonende ouders ‘minder gewoon, minder normaal of zelfs slechter voor het kind’ zijn dan samen wonende ouders. Goed bedoelde boodschappen hebben zo op ouders het onbedoelde effect schuld te induceren of gevoelens van onmacht en falen op te wekken.

De deficit of stoorzender redenering blijkt nogal hardnekkig ingang te hebben gevonden in ons denken, en niet enkel als het over scheiding gaat. In een onderzoek naar stress en steun in de opvoeding dat ik onlangs voor De Gezinsbond deed, vertelden ouders herhaaldelijk dat ze pas ondersteuning krijgen als er problemen zijn. Nochtans horen ouders zo graag dat het goed gaat met hun kinderen, dat ze het goed doen. Ouders in het algemeen en apart wonende ouders in het bijzonder horen veel te weinig dat ze het goed doen. Dat geeft nochtans vertrouwen. In dit werkboek wordt dan ook terecht én consequent komaf gemaakt met de stoorzender redenering. Apart wonende ouders is een maatschappelijke realiteit en hen ondersteunen mag geenszins gevoelens van schuld, falen of onmacht genereren, niet rechtstreeks, niet onrechtstreeks, niet expliciet, niet subtiel. Ouders ondersteunen is des te belangrijker omdat zij degene zijn die in de turbulente transitie die een scheiding is, beslissingen moeten nemen. Sterker nog, ouders zijn dé personen bij uitstek die het niet alleen goed willen doen voor hun kind, maar die ook weten wat goed is voor hun kind, voor henzelf en voor de ouder – kind relatie. Ouders ondersteunen in hun scheidingsproces is dan ook kinderen ondersteunen. Ouders ondersteunen in hun ouderschap beschouw ik als één van de kerntaken van een bemiddelaar.

Ouders ondersteunen om recht te doen aan de visie van hun kinderen

Het verwerpen van een simpele oorzaak – gevolg redenering impliceert dat kinderen van apart wonende ouders niet gezien worden als passieve ontvangers van de scheiding van hun ouders, maar in tegendeel als actief participierend aan hun eigen ontwikkeling en aan de relatie die ze met hun beide ouders hebben. Kinderen zijn denkende wezens, die betekenis verlenen en in interactie staan met hun ouders. Uit Amerikaans onderzoek naar de beleving van scheiding bij kinderen bleek dat kinderen vaak verward waren tijdens de scheiding omdat de veranderingen in hun gezin niet voldoende werden uitgelegd. Ze weten vaak niet wat er gebeurt met hun gezin en interpreteren dan dat ze niet meer graag gezien worden door de ouder die vertrokken is. Kinderen hebben positievere gevoelens wanneer ze actief betekenis kunnen verlenen en communiceren met hun ouders over de problemen die ontstaan door het leven in twee gezinnen. Deze resultaten zijn vergelijkbaar met de bevindingen van het belevingsonderzoek dat ik gezamenlijk met het Kinderrechtencommissariaat deed. Gebeurtenissen krijgen betekenis in de interacties die mensen met elkaar hebben, in de verhalen die ze elkaar vertellen. Zo ook krijgt scheiding betekenis in de interactie tussen ouders en kinderen. Alle kinderen vinden het fundamenteel onrechtvaardig dat hun ouders uit elkaar gaan. Ze zijn triest en voelen zich benadeeld. Maar een bruikbaar, coherent en ‘waar’ verhaal dat ouders in interactie met hun kinderen samen construeren, helpt kinderen wel de situatie te aanvaarden.

Apart wonende ouders zijn dus de bevoorrechte personen voor de constructie van bruikbare betekenissen bij kinderen én de ouder – kind relatie is de bevoorrechte relatie waarbinnen de verhalen worden verteld en de scheiding betekenis krijgt. Daarom is in mijn ogen niet enkel de ondersteuning van ouders in hun ouderschap, maar ook en vooral de ondersteuning van de ouder – kind relatie een kerntaak voor bemiddelaars. Ouders aanspreken op hun bevoorrechte positie en op het belang van de ouder – kind relatie kan door hen te ondersteunen in wat ze goed doen, want dat geeft vertrouwen. Je hoort mij niet zeggen dat praten met kinderen over de scheiding makkelijk zou kunnen zijn voor ouders. Met alle emoties en onzekerheden die een transitie met zich meebrengt voor ouders en kinderen, kunnen ouders maar best ondersteund worden in elke (sachmele) poging die ze doen. Het kan ook door het belang van ‘samen spreken’ bespreekbaar te maken. Kinderen hebben vragen – ook al houden ze hun vragen voor zich – en een bemiddelaar kan het belang aanbrengen van openheid in de ouder – kind relatie om moeilijke vragen te stellen en te weten waarom.

Bemiddelaars kijken door de ogen van ouders die kijken door de ogen van hun kinderen

En toch, er zijn geen twee dezelfde ouders, geen twee dezelfde kinderen, en geen twee dezelfde ouder – kind relaties. Wat ‘werkt’ bij de ene ouder met het ene kind, kan helemaal niet werken bij een andere ouder met hetzelfde kind of bij een ander kind met dezelfde ouder. Sterker nog: wat de ene ouder als ondersteunend ervaart, genereert bij een andere ouder stress en negatieve gevoelens. Bemiddelaars moeten dan ook voortdurend waakzaam zijn voor mogelijke onbedoelde, negatieve effecten bij sommige ouders en diversiteit promoten in plaats van standaardoplossingen.

Eén mogelijke interventie die in mijn ogen een duidelijk onbedoeld, negatief effect kan hebben, is wanneer de bemiddelaar de positie van de ouders overneemt. Een bemiddelaar kan niet genoeg voorzichtigheid aan de dag leggen als het gaat om zelf praten met kinderen. Bemiddeling is geen therapie, praten met kinderen vraagt heel wat vaardigheden en het impliceert dat de bemiddelaar het van de ouders overneemt. Vooral dat laatste kan bij ouders en kinderen een hoop negatieve gedachten en gevoelens genereren, inclusief schuld, falen, onzekerheid, stress. Uit het belevingsonderzoek bij kinderen van apart wonende ouders bleek duidelijk dat kinderen de existentiële behoefte hebben om het verschil te maken in het leven van hun ouders. Kinderen spraken over een soort invloed die ze hebben, niet intentioneel, maar gewoon omdat ze er zijn. Door het feit dat ze er zijn, hebben ze impact op hun ouders. Kinderen die het idee hebben dat ze ‘bestaan’ voor hun ouders en het verschil maken in hun leven, konden om met de scheiding. Ze vertellen dan bijvoorbeeld dat hun vader hen op zondagavond wat vroeger terugbrengt omdat hij weet dat ze graag een TV programma zien. Of dat hun ouders een regeling hebben getroffen zodat ze kunnen blijven voetballen. Het idee daarachter is ‘mijn ouders weten wat ik graag heb’, ‘ik maak het verschil voor hen’. Bemiddelaars komen dan ook beter niet tussen in deze bevoorrechte ouder – kind relatie, maar ondersteunen beter ouders en zo ook de ouder – kind relatie. Dat vraagt dat bemiddelaars kijken door de ogen van de ouders en hen aanmoedigen om te kijken door de ogen van hun kinderen.

Natuurlijk zijn er situaties waarin het goed is als iemand anders dan de ouders met het kind praat. Het is waar dat betekenissen in ouder – kind relaties soms dominant worden zodat er geen andere verhalen meer verteld kunnen worden. Dat gebeurt bijvoorbeeld wanneer alles wat er in het leven van het kind gebeurt, wordt toegeschreven aan de scheiding. Dan is het verhaal dat in de ouder – kind

relatie wordt geconstrueerd niet meer bruikbaar, dan is het kind geen ‘gewoon kind’ meer. Niets erger dan een kind dat het gevoel heeft te verdwijnen in de scheiding. Zo’n kind wordt radeloos, wil een stem, gehoord worden, gezien worden, ertoe doen, het verschil maken. Ik hoop met u dat dit uitzonderlijke situaties zijn. En uitzonderlijke situaties vragen uitzonderlijke interventies, bijvoorbeeld de doorverwijzing naar een therapeut.

Goede afspraken maken goede ouders

Bij het begin van dit woord vooraf stelde ik de vraag ‘wat bepaalt de levenskwaliteit na scheiding?’ De stelling die ik samen met mijn collega’s in het Interdisciplinair Project voor de Optimalisatie van Scheidingstrajecten (IPOS) verdedig is dat procesvariabelen een belangrijke impact hebben op de levenskwaliteit van ouders en kinderen. We spreken hier over de kwaliteit van de afspraken en regelingen die ouders maken en over het traject dat ze doorlopen. De levenskwaliteit van alle betrokkenen zal bijvoorbeeld baat hebben bij een goed uitgebalanceerde, weldoordachte verblijfsregeling voor de kinderen, een – in de beleving van alle betrokkenen – faire verdeling van eigendom en schuld, of duurzame regelingen die armoede tegengaan. Op dit moment is er geen wetenschappelijke evidentie om één of andere regeling te verkiezen, bijvoorbeeld inzake verblijf. Er zijn evenveel argumenten pro als contra aan te halen voor verblijfsco-ouderschap en hetzelfde geldt voor de klassieke weekend/week regeling. Hierboven heb ik reeds aangegeven dat het onderzoek naar wat beter is voor kinderen inzake verblijf gebaseerd is op een vergelijking van kinderen met verschillende verblijfsregelingen én heb ik dergelijk onderzoek fundamenteel bekritiseerd. Daarenboven vertelt onderzoek ons niet welke regeling het meest geschikt is voor het individuele kind in een individueel gezin. Het gaat niet om welke regeling de beste is, maar om de mate waarin alle partijen achter de regeling staan. Uit Amerikaans onderzoek naar de ervaringen van kinderen met een bilocatieregeling, bleek dat of kinderen tevreden waren of niet afhing van het feit of de regeling gebaseerd was op de noden van de kinderen (dus niet positief voor iedereen), flexibel werd toegepast (wat bijvoorbeeld bij intens conflict onwaarschijnlijk is) en of kinderen zich ‘thuis’ voelden in beide huizen. Ik heb me dikwijls zorgen gemaakt – en vaak samen de auteurs van dit boek – over de impact van de wet die verblijfsco-ouderschap preferereert boven andere regelingen wanneer ouders er samen niet uit geraken en bij gebrek aan concrete contra-indicaties. Welke impact zal het idee dat achterliggend is aan deze wet – verblijfsco-ouderschap is beter – hebben op het maatschappelijk debat, op de individuele ouder die het beste voor zijn kind wil, maar om allerlei redenen verblijfsco-ouderschap niet ziet zitten? Waarop steunt

het idee dat verblijfsco-ouderschap beter is? Dat samenwonen betekent dat ouders en kinderen meer tijd samen doorbrengen? Dat blijkt niet zo te zijn. Onderzoek waarin kinderen gevraagd werd in een dagboek exact aan te geven wanneer ze thuis waren (dus niet naar school, muziekschool, dans of tekenles, sport, ...) en wanneer ook hun ouders thuis waren (dus niet naar werk, winkel, sport, vergadering, ...) maakt duidelijk dat de verschillen tussen kinderen die in één gezin leven en deze die in twee gezinnen leven miniem waren en dat de kwaliteit van de ouder – kind relatie geen verband hield met de tijd dat ze samen thuis waren. Verblijfsco-ouderschap is goed voor hen die het willen en aankunnen, maar verblijfsco-ouderschap is niet het beste voor iedereen. Verblijfsco-ouderschap kan bijvoorbeeld het ouderlijk conflict doen stijgen en het type van verblijfsregeling is voor kinderen minder belangrijk dan de kwaliteit van de gezinsrelaties na scheiding. Om nog maar eens te schrijven dat de ouder – kind relatie heel belangrijk is.

Anderzijds, en wellicht belangrijker, heeft de volledigheid, de concreetheid en de creativiteit waardoor afspraken en regelingen gekenmerkt worden, een impact op de levenskwaliteit van de betrokkenen. Volledigheid refereert naar de mate waarin alles geregeld is, inclusief het verblijf van de kinderen, ouderschapsplan, steun, onderhoudsgeld, schuldbeheer, belastingsimplicaties, ... Concreetheid is de mate waarin alle details van de afspraken en regelingen duidelijk zijn, bijvoorbeeld het exacte uur waarop de kinderen van de ene ouder naar de andere gaan, wie de kinderen ophaalt en brengt enzovoort. Creativiteit, tenslotte, is de mate waarin de afspraken en regelingen op maat gemaakt zijn voor het gezin in kwestie en men niet terugvalt op standaardregelingen. Ook hier is er reden tot bezorgdheid met betrekking tot de nieuwe echtscheidingswet waarbij met deelakkoorden kan worden gewerkt. Het is zeer belangrijk dat ouders een geheel akkoord hebben – volledig, concreet en op maat gemaakt – vooraleer de scheiding kan worden uitgesproken. De voorwaarde om over alles een akkoord te hebben – zoals bij de Echtscheiding Onderlinge Toestemming (EOT) – is een werkbare component. De doelmatigheid van de bestaande EOT bestaat uit de druk om een totaalakkoord te bereiken. Er is geen akkoord zolang niet over alles een akkoord is. En daar is niets mis mee, want het impliceert de onmogelijkheid om snel te scheiden zonder rekening te houden met de noodzakelijke regelingen op lange termijn. Door van dit principe af te stappen en deelakkoorden mogelijk te maken, dreigt het gevaar dat de resterende conflicten zich over een langere tijd afspelen, met niet enkel negatieve gevolgen voor de kinderen, maar ook voor de ouders en voor de ouder – kind relatie. Goede afspraken maken goede ouders.

En zo kunnen bemiddelaars ten goede tussenkomen in de trajecten die gezinnen doormoeten bij een scheiding. Ook hier is het belangrijk dat we de blik richten op de krachten en mogelijkheden van ouders en kinderen en niet zozeer op wat moeilijk loopt en op hun beperkingen. Ondersteuning van de ouder – kind relatie, de ouders en de kinderen kan door ouders aan te moedigen volledige, concrete en op maat gemaakte afspraken te onderhandelen. Praten vraagt meer moed dan vechten, maar het is niet in ieders belang dat het snel gaat. Niet op lange termijn. De wet op de bemiddeling is een erkenning van het belang van een scheidingstraject dat constructief onderhandelen stimuleert en conflicten kanaliseert zodat kinderen er minder mee te maken krijgen. Meer dan 50 internationale studies rond scheidingsbemiddeling tonen een globaal positief beeld, met positieve effecten van bemiddeling op het oplossen van conflicten, samenwerking, bekomen van overeenkomsten, kosteffectiviteit en cliënttevredenheid. Deze effecten staan daarenboven los van de geschiedenis van (intens) conflict dat sommige scheidende partners delen. Bemiddeling is ook goed voor kinderen, zo blijkt, vooral via de positieve effecten op de ouder – kind relatie. Bemiddeling ondersteunt immers samenwerking tussen de ouders, wat voor kinderen zeer positief is.

Dit brengt ons bij de kern van dit werkboek: zoveel bemiddelaars doen zoveel ten goede voor de levenskwaliteit van kinderen in twee gezinnen, omdat bemiddeling de ouder – kind relatie ondersteunt. Dit boek geeft inzicht en handvaten voor bemiddelaars om door de ogen van ouders en kinderen te kijken en om ouders aan te moedigen recht te doen aan de visie van hun kinderen opdat zoveel kinderen in twee gezinnen ‘gewone’, ‘gelukkige’ kinderen zouden kunnen zijn.

Prof. Ann Buysse UGent



OVERZICHT

Vier perspectieven

U bent ouderschapsbemiddelaar? U wilt zich weloverwogen inzetten voor de kinderen? Wij maken met u een omweg. We nemen u eerst mee naar wetenschappelijk onderzoek: wat steunt kinderen eigenlijk? Dan laten we u mee kijken door de ogen van kinderen en van ouders. Als vierde stap gaan we terug naar het eigen perspectief.

Wat vinden kinderen lastig? Wat stelt kinderen gerust?

Wat zegt de **wetenschap** hierover?

U kijkt door de ogen van kinderen. Wat kunnen **kinderen** zelf doen om de last van een scheiding draaglijk te houden?

U kijkt door de ogen van ouders.

Hoe kunnen **ouders** de draagkracht van hun kinderen ondersteunen?

U kijkt als bemiddelaar.

Hoe kunnen **bemiddelaars** via de ouders hun kinderen steunen?

De site www.tweehuizen.be bekijkt een scheiding door de ogen van kinderen, jongeren en ouders. Deze drie perspectieven – beschreven door Mia Renders – passen in dit boek. De tekst van de Kinderensite is in haar geheel overgenomen in het boek. De teksten van de Jongerensite en de Ouderssite zijn gedeeltelijk overgenomen. Het perspectief van bemiddelaars – beschreven door Franky De Meyer – vindt u voorlopig niet op de site.

Vier richtlijnen

We hebben uit de stand van het wetenschappelijk onderzoek vier factoren geselecteerd die in de meeste onderzoeken naar voor komen. De invloed van *'the child caught in the middle'* blijkt al tientallen jaren uit internationaal onderzoek. Dat *'spreken over'* moeilijkheden, welbevinden bevordert wordt ook al-

gemeen aanvaard. De andere twee factoren ‘meetellen’ en ‘een goede verklaring hebben’ nemen we over uit recent onderzoek van professor Ann Buysse in Vlaanderen. Deze vier factoren nemen we telkens als richtlijnen – ‘guidelines’ – mee naar de perspectieven van kind, ouders en bemiddelaar.

Wetenschappelijke bevindingen leveren guidelines. Richtlijnen zijn wegwijzers, geen dogma’s. We stellen de richtlijnen met de nodige bedachtzaamheid voor. Het gaat niet over *Doe het zus* of *Doe het zo* dan wel over *De ene doet het zus, de andere doet het zo*.

Het boek vereenvoudigt het echte leven

We hebben de vier perspectieven telkens onderverdeeld in dezelfde vier richtlijnen. Zo vormen ze een kaart om met ‘kinderen in bemiddeling’ om te gaan. Wat doen kinderen en ouders en bemiddelaars met het gegeven dat ‘spreken, weten waarom, meetellen en niet klem zitten’ het welbevinden van kinderen ten goede komt?

Een kaart is uiteraard maar één manier om naar de werkelijkheid te kijken. En elke kaart heeft zijn beperkingen en mankementen. Een kaart vereenvoudigt het echte leven. In dit boek komen kinderen en ouders naast elkaar naar voor. Alsof kinderen en ouders los staan van elkaar. Dat is natuurlijk niet zo. In het echte leven zijn ouders en kinderen onlosmakelijk met elkaar verbonden. Wat een kind doet en niet doet bepaalt mee wat een ouder doet en niet doet, en omgekeerd. In het ware leven spelen de verschillende perspectieven tegelijkertijd en speelt veel meer dan de vier eenvoudige richtlijnen.

Perspectief van de bemiddelaars

Dit is een boek voor bemiddelaars. Kijken door de ogen van wetenschap, kinderen en ouders is een omweg om uiteindelijk door eigen ogen te kijken. Wat kunnen bemiddelaars doen met de vier richtlijnen?

Caring

De eerste stap is uiteraard ouders bevestigen in wat ze goed doen: ‘caring’. Positieve strategieën werken goed. Vertrekken van de sterke kanten van ouders is veel effectiever dan vertrekken van hun zwakke kanten. Wat doen ouders goed? En wat kan een bemiddelaar hierover zeggen? Een duwtje in de rug lijkt een banale tussenkomst. In onderzoek geven ouders echter aan dat ze net dat

duwtje in de rug erg missen. Uit het verslag van het onderzoek van Buysse Opvoedingsondersteuning in opdracht van de Gezinsbond (2007):

‘Verschillende ouders gaven aan dat steun vaak enkel komt als het moeilijk is, terwijl het heel erg ondersteunend kan zijn als iemand eens zegt dat het goed gaat, dat ze het als ouders goed doen, dat hun kinderen het goed doen... Bevestiging krijgen dat je het goed doet als ouder wordt als zeer ondersteunend ervaren. Het hoeft niet altijd om problemen te gaan... Zoals reeds vermeld, geven ouders aan dat ze in het algemeen – en niet enkel op school – weinig positieve feedback krijgen en dat ze dat wel missen... Doorheen het onderzoek kwam herhaaldelijk naar voor dat ouders bevestiging dat ze ‘goed bezig zijn’ als ondersteunend ervaren... De meeste initiatieven voor opvoedingsondersteuning zijn inderdaad gericht op het remediëren van problemen: ‘wat te doen als er problemen zijn’. Een duwtje in de rug als het goed gaat, is echter minstens even belangrijk. Vandaar een pleidooi voor een complementaire, positieve benadering. Het geeft ouders vertrouwen en steunt hen om hun opvoedingsproject verder te zetten.’

Een bemiddelaar zit in een goede positie om ouders aan te spreken op wat ze goed doen.

Ouders wijzen op hun fouten werkt schuldinducerend. Ouders onder druk zetten om vanuit een schuldgevoel ‘een goede ouder’ te worden maakt ouders nog onzekerder. Veel goed bedoelde adviezen of vermaningen hebben een averechts effect. Kinderen vinden het prettig als andere volwassenen, ‘de maatschappij’, hun ouders waarderen. *‘Mijn ouders doen hun best en worden gerespecteerd’*. Het is de bedoeling ouders aan te moedigen om te kijken naar hun eigen kind. Dat lukt als ouders bevestigd worden als beste expert van hun eigen kind. Als ouders bekritiseerd worden, kijken ze naar ‘de deskundige’ en wat die zegt dat goed is voor hun kind. Ouders de les leren, infantiliseert hen; zet hen op het niveau van de kinderen. *‘De specialist weet het beter dan ik zelf’* ondermijnt de gezagsverhouding ouder-kind.

Provocing

Pas als ouders merken dat de bemiddelaar hen waardeert, heeft ‘provocing’ – aanzetten tot verandering – zin. Wat kunnen ouders beter doen? Waar kunnen ze extra op letten? Een bemiddelaar kan ‘luisteren en babbelen’, ‘uitleg geven’ en ‘iets doen met wat uw kind zegt’ bespreekbaar maken. Wij kiezen ervoor om ‘kinderen niet klem zetten’ niet rechtstreeks op te pakken. Het gevaar van

het vingertje en de schuldinductie is dan immers veel te groot. Het professoren-filmpje kan al confronterend genoeg zijn. In actie iets doen waardoor de kans vermindert dat kinderen klem geraken, is effectiever. Door goed te bemiddelen op zich, draagt de bemiddelaar bij tot ‘kinderen zitten niet klem’.

Vanuit het perspectief van de bemiddelaars is de volgorde van de richtlijnen omgekeerd. Alle bemiddelaars zetten zich immers door het bemiddelen op zich, in voor ‘conflicthantering’ en voor ‘rekening houden met bekommernissen van kinderen’. Bemiddelaars kunnen extra investeren in het bespreekbaar maken van het belang van ‘een goede uitleg geven aan de scheiding’ en ‘spreken over de scheiding’.

Wat werkt bij de een, werkt niet bij de ander. Sommige ouders doen het zus, anderen zo. *Wat zou voor u goed kunnen werken?* Ouders en kinderen voelen wat wel en wat niet bij hen past. Wat het ene kind geruststelt kan een ander kind verontrusten. Er bestaat geen aanpak die goed is voor iedereen. Ouders voelen zelf aan hoe ze best met elkaar en met hun kinderen omgaan.

Wat steunt kinderen volgens de wetenschap	Wat kunnen kinderen doen	Wat kunnen ouders doen	Wat kunnen bemiddelaars doen
Kinderen spreken met woorden	Ik spreek over wat ik voel en denk	Luisteren en babbelen	Luisteren en babbelen bespreekbaar maken
Kinderen weten waarom	Ik stel vragen	Uitleg geven	Uitleg geven bespreekbaar maken
Kinderen tellen mee	Ik zeg wat ik belangrijk vind	Iets doen met wat uw kind zegt	Bekommernissen kind bespreekbaar maken
Kinderen zitten niet klem	Als ouders ruzie maken...	Elkaar ondersteunen	Context maken waarin ouders zakelijk regelen
Het professorenfilmpje	De Kinderensite en de Jongersite	De perfecte ouder bestaat niet	Film ouderschapsbemiddeling

Wat steunt kinderen?

- Wat zegt de wetenschap over kinderen van wie de ouders apart wonen?
- Wat maakt kinderen bestand tegen de last van een scheiding?
- Onderzoekers hebben kinderen zelf bevroegd. Wat ondervinden zij als last?
- Wat vinden zij dat hen geholpen heeft bij de scheiding van hun ouders?
- Wat vinden kinderen zelf belangrijk? Wat ervaren zij als steun?
- Welke goede raad geven deze kinderen aan andere kinderen, aan ouders, aan hulp- en dienstverleners, aan bemiddelaars?

De manier waarop de scheiding verloopt is belangrijk. Kinderen voelen zich beter als zij niet betrokken zijn in ruzies tussen hun ouders, als ze met hun ouders spreken over de scheiding, als ze weten waarom hun ouders scheiden, als ze meetellen en als iedereen zijn best doet om regelingen goed uit te voeren. Op www.tweehuizen.be staat in de Ouderssite informatie over de resultaten van onderzoek. Dezelfde informatie, gericht naar ouders, staat hier in het boek.

Een bemiddelaar kan ouders iets vertellen over de stand van het wetenschappelijk onderzoek. Dat is soms een delicate onderneming. Uitleg van hun bemiddelaar over ‘wat goed is voor het kind’ wordt snel door de ene of de andere ouder gezien als partijdig gedrag van de bemiddelaar.

Wat zegt de wetenschap?

Wat zegt de wetenschap over kinderen van apart wonende ouders? Een scheiding is altijd moeilijk. Wat maakt kinderen bestand tegen de last van een scheiding? Onderzoekers hebben kinderen zelf bevroegd. Wat ondervinden zij als last? Wat vinden zij dat hen geholpen heeft bij het uiteengaan van hun ouders? Wat vinden kinderen zelf belangrijk? Wat ervaren zij als steun? Welke goede raad geven deze kinderen aan andere kinderen, aan ouders, aan hulpverleners?

Als onderzoekers aan kinderen vragen *Wat betekent de scheiding voor jou?*, dan zeggen kinderen twee dingen: de scheiding en de regelingen. De manier waarop de scheiding verloopt is belangrijk. En de manier waarop alles geregeld wordt is belangrijk. Natuurlijk vindt elk kind het onrechtvaardig dat zijn ouders uit elkaar gaan, maar begrijpen waarom en graag gezien worden maakt hen weerbaar. Kinderen willen zich veilig en bemind voelen. Zij willen erbij horen.

Kinderen zijn geen passieve wezens die de gebeurtenissen rondom hen ondergaan. Kinderen voelen zich beter als ze met hun ouders spreken over de scheiding, als ze weten waarom hun ouders scheiden, als ze meetellen in de regelingen, en als hun ouders geen ruzie maken over hen. Dan kunnen ze veel beter omgaan met de scheiding. Spreken over de scheiding, zichzelf niet zien als de schuld van de scheiding, en meetellen, stimuleert hun veerkracht. Kinderen kunnen de last van de scheiding zonder grote problemen aan als:

- ze met hun ouders denken, praten, zoeken en verwoorden wat de scheiding betekent,
- ze zeggen hoe zij de scheiding ervaren,
- ze een goede uitleg hebben voor de scheiding,
- ze weten dat ze geen schuld hebben aan de scheiding,
- ze zeggen wat hun bekommernissen zijn over praktische regelingen,
- ze ondervinden dat hun ouders rekening houden met hun voorstellen over de regelingen,
- ze niet vastzitten in slepende ruzies tussen hun ouders.



KINDEREN SPREKEN MET WOORDEN



In onderzoek vertellen kinderen dat praten met hun ouders over de scheiding voor hen een grote steun betekent. Kinderen vinden het prettig als zij samen met hun ouders al babbelend betekenis geven aan de gebeurtenissen in hun gezin. Dan zijn ze met hetzelfde bezig. Dan horen ze erbij.

Mogen en kunnen spreken over de scheiding vinden kinderen belangrijk. Kunnen zeggen waar ze last van hebben of waarvoor ze bang zijn, helpt hen doorheen de scheiding. Zo merken ze dat hun ouders betrokken zijn met hoe ze zich van “binnen” voelen. Dat is soms heel anders dan ze “buiten” tonen. Kinderen waarderen dat hun ouders aanvaarden wat ze voelen, begrijpen wat ze denken, weten wat ze wensen en vrezen.

Kinderen willen zich veilig en bemind voelen. Iemand die goed luistert en probeert te begrijpen wat zij ondervinden, ervaren zij als grote steun. Kinderen spreken graag met iemand die hen niet als onmondig kind ziet. Iemand die begrijpt wat ze zeggen en hoe ze het zeggen.

Uit onderzoek blijkt dat kinderen in een periode van familieverandering hun privacy op prijs stellen. Ze willen hun familieperikelen zoveel mogelijk binnen de familiekring houden. Ze zoeken steun in hun gekend netwerk: hun ouders, hun boer of zus, dichtbij staande familie, vrienden of kennissen. De meeste kinderen hebben liever steun van hun ouders en familie dan van hulpverleners of andere buitenstaanders.

Kinderen verkiezen veruit hun ouders als gesprekspartner. Zij willen hun gevoelens van verwarring, angst, verdriet en kwaadheid delen met hun ouders. Dagelijkse conversaties in hun gezinsleven ‘tussen de soep en de patatten’ betekent voor de kinderen veel. Veel meer dan georganiseerde tussenkomsten van professionele hulpverleners.

Als kinderen niet kunnen spreken...

De intieme band tussen ouder en kind verstevigt als ze elkaar vertellen wat ze moeilijk vinden. Sommige kinderen ervaren dat het moeilijk is om met hun ouders te praten over de moeilijkheden die ontstaan zijn nu ze in twee huishoudens leven. Uit onderzoek blijkt dat deze kinderen meer negatieve gevoelens hebben over hun leven in twee huizen.

Als kinderen niet met woorden spreken dan hebben ze daar redenen voor. In sommige gezinnen is het niet de gewoonte om te praten over gevoelens. Soms mogen kinderen geen last ondervinden waardoor ze niet kunnen spreken over de last die ze ondervinden. Kinderen die aarzelen in spreken kunnen goede redenen hebben om niet te spreken. Niet spreken kan een manier zijn om te overleven. Of onmacht of verlegenheid.

Ouders kunnen zelf zoveel last hebben van de benadeling van hun kind dat ze verlammen en geen woorden vinden voor het leed van hun kind. Zwijgen lijkt dan de enige manier te zijn om het voor elkaar op te nemen en niemand te belasten. Last ondervinden wordt zo een taboe. Men houdt de moeite binnen. De stil gedragen last uit liefde voor elkaar, kan ondraaglijk worden. Het niet verwoorden van last kan lastig worden.

Kinderen kunnen gebukt gaan onder lasten die ze gewaarworden maar niet kunnen uitspreken. Het niet benoemen kan maken dat kinderen de gevoelde spanning aan zichzelf gaan wijten. Als kinderen niet met woorden kunnen spreken, zeggen ze het op een andere manier. Door 'onbegrijpelijk' of 'lastig' gedrag. Of ze worden ziek.

KINDEREN WETEN WAAROM



In onderzoek vertellen kinderen dat ze zich gesteund voelen als ze informatie krijgen die hen helpt hun situatie en die van hun ouders te begrijpen. Ze kennen ook graag de toekomstplannen waarin ze betrokken zijn. Een goede uitleg krijgen over de reden van de scheiding en over de praktische overgang van één huis naar twee huizen, stelt hen gerust.

Kinderen betreuren dat de veranderingen in hun gezin niet of onvoldoende aan hen werden uitgelegd. Dat brengt hen in de war, zeker als ze de kans niet

krijgen om vragen te stellen. Ze willen weten waarom hun ouders scheiden en waarom ze een bepaalde verblijfsregeling moeten volgen.

Kinderen van apart wonende ouders blijken gebaat met 'leefbare' verhalen over de beslissingen van hun ouders. Ze hebben er nood aan om te begrijpen, een 'echt' verhaal te krijgen, betekenis te kunnen geven aan de scheiding op zich, en alle regelingen die daar mee samenhangen. Kinderen kunnen beter omgaan met veranderingen als ze de reden van de veranderingen kennen en begrijpen.

Wat kunt u doen zodat uw kind begrijpt wat er rondom hem gebeurt? Uw kind ondersteunen door uitleg te geven.

..... Waarom scheiden mijn ouders?

In onderzoek valt op dat kinderen zich eerder weinig gedachten herinneren van de scheiding op zich. Ze zoeken wel naar de reden van de scheiding maar ze geven geen uitgebreid verslag van hun gevoelens over de scheiding. Ze hebben immers niet de ervaring dat ze er toe deden in die beslissing. Kinderen zeggen dat ouders hen iets aandoen door te scheiden. Ze vinden scheiden fundamenteel geen rekening houden met hen.

Als onderzoekers kinderen vragen waarom hun ouders scheiden en wat zij daar van vinden dan vertellen sommige kinderen vooral over hoe ze de scheiding overleven, hoe ze met emoties omgaan of zelfs over persoonlijke groei. In de verhalen van andere kinderen zitten elementen van hoop verweven met verwijten, benadeling, eenzaamheid, onbeschrijfelijke pijn, verwarring, terugtrekking. Natuurlijk is het verhaal dat een kind vertelt aan een onderzoeker anders dan het verhaal dat een kind aan een vriend of aan oma vertelt.

Hoe maken kinderen een verhaal over scheiding? Al babbelend maken oma en het kind, de vriend en het kind een verklaring. Zo ontstaat ook tussen ouders en kind een uitleg over de scheiding. Ze brengen een aantal elementen van hun leven samen. Hun verhaal over de scheiding bestaat uit gedachten en gevoelens vroeger en nu, actuele gebeurtenissen, herinneringen, onzekerheden en hoop en verwachtingen over de toekomst en... gaten in kennis en begrip. Verhalen van kinderen veranderen als de omstandigheden veranderen, als ze opgroeien, als de ouders nieuwe partners krijgen, als ze een halfzus of -broer krijgen.

Weten of aanvoelen dat je ouders gaan scheiden, is iets anders dan ‘weten waarom’. Er bestaan vele redenen waarom mensen scheiden. Vader en moeder hebben dikwijls een verschillende reden. Het kind proberen overtuigen van de waarheid van een van beiden, kan het kind in verwarring brengen en onder druk zetten om partij te kiezen. Als een kind ‘weet waarom’ ontdekt het dat wat echt en onecht, waar en onwaar is, niet vast ligt. ‘De waarheid’ verandert naargelang het kind door de ogen van moeder of vader kijkt, of door de ogen van oma langs moeders kant of langs vaders kant kijkt...

‘*Weten waarom*’ gaat over het samen zoeken en maken van een uitleg die een ‘leefbare’, ‘echte’ werkelijkheid op de voorgrond plaatst. Welke uitleg geeft aan het kind een betekenis die zijn wereld leefbaar maakt? Welke verklaring helpt het kind met toekomstige gebeurtenissen om te gaan, en toekomstige hinderenissen te overwinnen? Welke uitleg helpt het kind vooruit?

Waarom moet ik zo heen en weer?

.....

Uit onderzoek blijkt dat kinderen willen weten waarom ze een bepaalde regeling moeten volgen. Kinderen zijn heel erg bezig met de verblijfsregeling: wanneer verblijft wie, hoelang, bij wie? Ze willen weten waarom hun ouders een bepaalde regeling hebben beslist, of waarom de rechter een bepaalde regeling heeft beslist. Waarom is mijn familie zo georganiseerd? Waarom moet ik op een bepaalde manier heen en weer verhuizen?

Kinderen willen meetellen in de verblijfsregeling. Ze willen dat hun ouders rekening houden met hun bekommernissen, of de rechter als de rechter beslist. Tieners en jongeren willen niet enkel meetellen. Zij willen ook bepaalde zaken mee bepalen. Vanaf een bepaalde leeftijd is de instemming van een jongere nodig om de verblijfsregeling te kunnen uitvoeren. Jongeren laten zich immers niet zomaar dwingen in een bepaalde regeling. Jongeren kunnen een regeling wel aanvaarden. Goed uitleggen waarom een bepaalde regeling gekozen is, en hoe deze regeling er gekomen is, helpt om de regeling te doen lopen.

Waarom weten waarom?

.....

Welke betekenis geven kinderen aan de scheiding? Welke uitleg krijgen ze over de reden van het uiteengaan van hun ouders? Krijgen ze een ‘echt’ verhaal, een verhaal dat ze herkennen en begrijpen? Volgens onderzoekers zijn dit cruciale vragen. Begrijpen waarom de ouders uit elkaar gaan, helpt kinderen om de

scheiding als een feit op zich te verwerken. Kinderen kunnen veranderingen beter hanteren als ze zicht hebben op wat er rondom hen gebeurt.

Kinderen zijn geen passieve wezens die ondergaan wat er rondom hen gebeurt. Ze doen iets met wat er gebeurt. Zij geven een betekenis aan wat zij zien en meemaken. Kinderen daarop aanspreken maakt hen weerbaar. Een kind dat actief meebouwt aan een zinnige betekenis, een 'echte' verklaring, krijgt greep op de scheiding en de regelingen die eruit voortvloeien. Natuurlijk vindt elk kind het onrechtvaardig dat zijn ouders uit elkaar gaan maar begrijpen waarom en graag gezien worden maakt hen weerbaar. Kinderen geven aan dat begrijpen dat het voor hun ouders beter is, dat hun ouders gelukkiger zijn, minder ruzie maken, hen helpt om over hun eigen verdriet heen te raken.

Als kinderen niet weten waarom...

Kinderen zijn ontredderd als ze vaststellen dat hun ouders gaan scheiden en hun eerste vraag is dikwijls: *Waarom?* Als deze vraag onbeantwoord blijft kan ze veel zorgen en angst teweegbrengen. Het kind ervaart de scheiding als bedreigend. Kinderen die de redenen van de overgang van één huis naar twee huizen niet 'kennen' en/of niet begrijpen, hebben het gevoel geen vat te hebben op hun situatie, alsof alles hen overkomt en ze er niets kunnen mee doen.

Kinderen zijn dikwijls verward tijdens de scheiding omdat de veranderingen in hun gezin niet voldoende worden uitgelegd. Ze weten vaak niet wat er gebeurt met hun gezin en denken dan dat ze niet meer graag gezien worden bijvoorbeeld door de ouder die verhuisd is. Wanneer kinderen geen goed verhaal krijgen raken ze in de knoop en gaan ze zichzelf de schuld geven. Het kind denkt dat het verantwoordelijk is voor de scheiding. Als men kinderen niet uitlegt waarom hun ouders scheiden, dan beschuldigen kinderen vaak zichzelf: *Wat heb ik verkeerd gedaan?* Dan herinneren ze zich bijvoorbeeld allerlei situaties waarin hun ouders zegden dat zij stout of 'niet te doen' waren.

Daarom is het goed dat ouders heel uitdrukkelijk aan hun kinderen zeggen dat de scheiding niet hun schuld is. Uit onderzoek blijkt dat kinderen die denken dat ze mee verantwoordelijk zijn voor de scheiding van hun ouders, daar op termijn serieus last mee hebben.



Als onderzoekers kinderen vragen waarom hun ouders scheiden en wat zij daar van vinden dan herinneren kinderen zich eerder weinig gedachten van de scheiding op zich. Ze zoeken wel naar de reden van de scheiding maar ze geven geen uitgebreid verslag van hun gevoelens over de scheiding. Ze hebben immers niet de ervaring dat ze er toe deden in de beslissing om te scheiden. Kinderen tellen niet mee in de scheiding.

Helemaal anders liggen de beslissingen over de praktische regelingen. Kinderen vertellen uitgebreid over wat ze denken en voelen rond hun verblijfsregeling. Ze herinneren zich wanneer het was, en vaak ook dat ze in het begin boos en verdrietig waren en dat ze wilden begrijpen waarom ze zo heen en weer moeten. Ze wilden dat hun ouders rekening hielden met wat zij belangrijk vinden. De meeste kinderen hebben het idee dat ze er toe deden in de praktische beslissingen. Kinderen tellen mee in de regelingen.

Kinderen maken het onderscheid tussen beslissen en meetellen in de regelingen. Dat blijkt uit onderzoek. De meeste kinderen willen niet beslissen over de regelingen. Zij vertrouwen erop dat hun ouders goede beslissingen nemen. Maar, zij willen wel gehoord worden. Zij willen wel hun mening kunnen geven. Ze willen deelnemen aan het debat over de nieuwe regelingen bij de overgang van één huis naar twee huizen. Hoewel de kinderen de uiteindelijke beslissing over hun verblijf niet mee nemen, waarderen ze toch heel erg dat hun ouders de moeite doen om te verkennen wat zij – de kinderen – denken over de verblijfsregeling. Kinderen worden graag door hun ouders uitgenodigd om te zeggen wat zij belangrijk vinden.

Kinderen zeggen in onderzoek dat ze voldoende soepelheid willen. Zij waarderen regelingen die kunnen veranderen als de omstandigheden veranderen. Als hun ouders hen niet betrekken bij het eerste ouderschapsplan op het moment van de overgang van samenwonen naar apart wonen, dan vinden kinderen het toch heel belangrijk te weten dat zij de kans krijgen om later veranderingen te vragen. Zij voelen zich gerustgesteld als ze weten dat hun ouders goed naar hun gedachten en gevoelens zullen luisteren. En wat zij zeggen ernstig zullen nemen.

Wat kunt u doen zodat uw kind meetelt? Uw kind ondersteunen door iets te doen met wat uw kind zegt. En uw ouderschap goed regelen door rekening te houden met ieders bekommernissen, ook die van uw kind.

Wat is meetellen?

Partners maken de overgang naar ex-partners. Dat is een scheiding. Partners zijn verantwoordelijk voor hun beslissing om te scheiden. De meeste ouders zorgen ervoor dat hun kinderen niet belast worden met een (mede)beslissing om te scheiden. En dat is goed. Al dan niet scheiden is niet de verantwoordelijkheid van de kinderen. Kinderen tellen niet mee in de beslissing om te scheiden.

Ouders maken de overgang van samenwonen naar apart wonen. Ze gaan uiteen. Kinderen maken de overgang van één huis naar twee huizen. In deze overgang tellen kinderen wel mee. Kinderen geven actief betekenis aan de gebeurtenissen rondom hen. Ze sturen mee hoe de overgang naar twee huizen verloopt. Het kind telt mee als ouders rekening houden met wat hun kind bezig houdt. Het kind mag zeggen wat het belangrijk vindt, waarvoor het bang is, wat het niet wil dat gebeurt. Het kind ondervindt dat de manier waarop het zich uitdrukt aandacht krijgt en gerespecteerd wordt. *Ik kan rekenen op mama en op papa. Wat er ook gebeurt, mijn ouders houden rekening met mij. Als ik iets te zeggen heb luisteren ze goed en doen ze er iets mee.*

Kinderen willen meetellen in de regelingen en in het bijzonder hun verblijfsregeling. En dat is goed. Als kinderen meetellen dan hebben ze minder last van de veranderingen. Meetellen is niet hetzelfde als beslissen. Kinderen dienen gerust gesteld te zijn dat zij niet verantwoordelijk zijn voor de beslissingen over de verblijfsregeling. Hun beide ouders samen nemen beslissingen, of een rechter neemt beslissingen.

Meetellen in de regelingen kan op allerlei manieren. Ouders geven hun kind uitleg over de beslissing die ze genomen hebben. Ze leggen uit hoe ze met de bekommernissen van hun kind rekening hebben gehouden. Of het kind heeft een inbreng in enkele van de regelingen die het kind zelf belangrijk vindt. Of het kind krijgt ruimte om opmerkingen en aanvullingen bij hun beslissing te geven. Ouders geven hun kind de kans om te zeggen welke last de gekozen verblijfsregeling hem berokkent. Ouders en kind zoeken samen naar praktische oplossingen die de last kunnen verminderen.

In de loop van hun ontwikkeling willen kinderen niet enkel meetellen maar ook mee bepalen. Dat brengt heel wat onderhandelingen mee tussen ouders en jongere. Wie bepaalt wat en hoe? Wat bepalen de ouders en wat mag de jongere zelf bepalen? Welke beslissingen nemen de ouders? Welke beslissingen neemt

de jongere? Welke beslissingen nemen ouders en jongere in overleg? Hoe kan de jongere wat mee bepalen?

Waarom meetellen?

Wanneer kinderen ervaren dat ze het verschil maken in het leven van hun ouders, ertoe doen, graag gezien worden, dan hebben ze minder problemen met de scheiding. Een scheiding berokkent minder last als ouders en kind samen de overgang maken door meer bezig te zijn met elkaar dan met de scheiding zelf. Rekening houden met elkaar maakt de scheiding leefbaar.

Als kinderen meetellen dat horen ze bij hun gezin. *Ik besta. Ik ben betrokken. Mijn ouders zien mij graag. Ik ben belangrijk voor hen. Zij houden met mij rekening. We zoeken samen een weg.* Dat geeft een kind een goed gevoel. Het kind voelt zich veilig en bemind.

Wie kinderen aanspreekt op hun verlangen en op hun vermogen om rekening te houden met hun beide ouders, wie hen steunt om de bedoelingen van hun ouders en van anderen te begrijpen en hen wijst op hun eigen invloed op de gang van zaken, maakt kinderen weerbaar. In plaats van het kind te ontzien, wordt het opgeroepen om zicht te krijgen op wat rond hem gebeurt. Het kind met deze zaken 'belasten' werkt ondersteunend. Hun denken over oplossingswegen wordt geprikkeld.

Uit onderzoek blijkt dat kinderen zich beter voelen als ze een actieve rol hebben in de organisatie van de verblijfsregeling. Ze voelen zich gesterkt als ze betrokken worden bij de opstelling van het ouderschapsplan.

Als kinderen niet ervaren dat ze meetellen...

Onderzoekers stellen vast dat de meeste kinderen ondervinden dat hun ouders of andere volwassenen rekening houden met wat zij belangrijk vinden. Een kleine groep kinderen heeft die ervaring niet. Alle beslissingen worden boven hun hoofd genomen. Voor hen is een scheiding een stuk moeilijker. Sommigen voelen zich geïsoleerd, eenzaam en uitgesloten. Ze voelen zich de speelbal van de omstandigheden. Ze zien geen invloed op de gang van zaken en voelen zich machteloos. Zij hebben niet het gevoel dat er naar hen geluisterd wordt. Zij rekenen niet op ouders of andere volwassenen die voor hen goede beslissingen nemen.

Deze kinderen staan onder druk om zelf beslissingen te nemen die goed zijn voor hen. Als kinderen niet ervaren dat ze meetellen dan zeggen ze dat ze *willen beslissen*. Zij doen beroep op hun recht op zelfbeschikking. Ze gaan dwingend en eisend gedrag stellen. Ze kunnen moeilijk gaan doen door bijvoorbeeld te stelen, niet meer te eten, te krassen. Omstanders zien dan niet het verband met niet-gehoord-te-zijn-geweest. Onderzoekers nemen aan dat deze kinderen eigenlijk zeggen dat ze liefst *willen meetellen*. Dat ze verlangen naar iemand die hun gedachten en gevoelens respecteert.

KINDEREN ZITTEN NIET KLEM



Vele onderzoeken overal in de wereld bevestigen al tientallen jaren dat moeilijkheden van kinderen van apart wonende ouders samenhangen met ‘The child caught in the middle’. Kinderen die klem zitten tussen hun ouders ondervinden daar veel last van. Wanneer kinderen in scheidingsituaties problemen krijgen, heeft dit eerder te maken met conflict tussen hun ouders dan met de scheiding op zich.

Kinderen hebben last van ruzies tussen hun ouders. Dit is zo als ouders samenwonen en als ouders apart wonen. Ook kinderen met samenwonende ouders kunnen gebukt gaan onder ouderconflict. Niet elk ouderconflict leidt tot problemen bij kinderen, gelukkig maar. Een ruzie die de lucht opklaart kan gezond zijn. Kinderen kunnen echter ontredderd raken bij veelvuldig conflict. Of bij conflict met veel vijandigheid, waarin het kind betrokken raakt of dat rond het kind draait. Ook conflicten die niet opgelost raken, blijven aanslepen en die open gebeuren, kunnen kinderen leed berokkenen.

Ouderconflicten zijn dikwijls eigenlijk geen conflicten ‘tussen ouders over hun kinderen’ maar conflicten ‘tussen ex-partners over elkaar’. Kinderen geraken zo verstrikt in volwassenproblemen waar zij eigenlijk geen zaken mee hebben. Natuurlijk hebben ouders ook als ouders meningsverschillen en onderlinge spanningen over hun kinderen. En gaan conflicten ook echt over de kinderen.

Wat doen ex-partners en/of ouders met hun meningsverschillen en met de misverstanden en spanningen die er uit voortkomen? Wat kunt u doen zodat uw kind niet klem geraakt? Hoe vermijdt u slepende conflicten waarin uw kind kan verstrikt geraken? Uw kind ondersteunen door elkaar te ondersteunen of

– als dat moeilijk is – elkaar niet tegen te werken. En uw ouderschap goed zakelijk regelen, rekening houdend met ieders bekommernissen.

Waarom kinderen niet klem zetten?

.....

Kinderen geven in onderzoek aan dat een constructieve relatie tussen hun ouders hen helpt om de scheiding te aanvaarden en om zich goed te voelen. Blijvend conflict tussen hun ouders, ook na de scheiding, vinden kinderen zeer negatief. Kinderen vinden het erg als de ene ouder de andere ouder zwart maakt. Kinderen willen geen partij trekken voor de ene ouder tegen de andere ouder. Kinderen hebben hun beide ouders nodig. Zij willen een goede relatie met hun beide ouders.

Ouders kunnen proberen hun conflict tussen hen te houden zodat hun kind niet in hun onderlinge spanningen klem geraakt. Kinderen waarderen de inspanning van hun ouders om begaan te blijven bij de last die hun ruzies hen geeft, en om hun ruzies niet te laten escaleren. Het is voor kinderen bijzonder weldoend als ouders elkaar niet zwart maken, en elkaar niet tegenwerken en hun ouderschap zakelijk regelen.

Als kinderen blijven klem zitten...

.....

Als ouders apart gaan wonen is de kans op conflict tijdelijk groot. Er moet immers van alles geregeld worden. De inzet om een gezamenlijke toekomst uit te bouwen valt weg. Elke ouder denkt aan een eigen toekomst. Er is niet altijd soepelheid om ook met de toekomst van de ander rekening te houden. Verschillen kunnen scherp zijn. Ouders gaan tijdens een scheiding soms erg bits met elkaar om. Ouders hebben dan minder emotionele energie voor hun kinderen waardoor zij tijdelijk minder gevoelig reageren op de noden van hun kinderen.

Zo ontstaan spanningen waarin een kind verstrikt kan raken. Kinderen kunnen schuldgevoelens krijgen als ze hun ouders zien ruzie maken alsof zij (mee) verantwoordelijk zijn voor het conflict. *Wat heb ik verkeerd gedaan? Wat doe ik verkeerd? Hoe kan ik het goedmaken?* Ze begrijpen soms niet dat de ruzie iets is tussen hun ouders, waar zij eigenlijk niets mee te maken hebben. Kinderen ervaren aanslepend conflict als een bedreiging. Onderzoekers veronderstellen dat ouderconflict voor kinderen vooral ontredderend is als het conflict ingaat tegen de praktische en emotionele veiligheid die ouders hen bieden.

De praktische veiligheid kan bedreigd worden wanneer er bijvoorbeeld geen eten is omdat ouders zo bezig zijn ruzie te maken.

De emotionele veiligheid van kinderen kan bedreigd worden door gedachten als *Mijn mama of papa ziet mij niet meer graag. Of Mijn ouders zijn niet lief, zien me niet meer graag, zullen me niet altijd graag zien...*

PERSPECTIEF KINDEREN

**Kinderen zien andere dingen dan jongeren.
En ze spreken een andere taal.**



Ik spreek over wat ik voel en denk

Ik stel vragen

Ik zeg wat ik belangrijk vind

Als ouders ruzie maken...



Erover spreken

Vragen stellen

Meetellen

Als ouders ruzie maken...

Wat kunnen kinderen doen?

Wat zien, denken en voelen kinderen en jongeren tijdens een scheiding?

Wat kunnen ze zelf doen om een scheiding goed te doorstaan?

Op www.tweehuizen.be staat een Kinderensite en een Jongerensite.

U vindt hieronder een onderdeel van de tekst van deze sites.

Een bemiddelaar kan deze sites voorstellen aan ouders.

Ouders kijken naar hun scheiding door de ogen van hun kind.

U kunt meekijken. Dan ziet u wat kinderen bezig houdt.

Wat zeggen kinderen?

Kinderen denken na over, en geven een betekenis aan wat er rondom hen gebeurt. Kinderen zijn geen passieve wezens die een scheiding ondergaan. Zij doen zelf van alles om de scheiding draaglijk te houden of te maken. Fien, Klara, Murat, Robbe, Laila en Kasper vertellen in de Kinderensite wat kinderen kunnen doen. Jasper en Eva vertellen in de Jongerensite wat jongeren kunnen doen.

Als u de Kinderensite of de Jongerensite doorloopt, zult u merken dat kinderen en jongeren een scheiding heel anders ervaren dan ouders. Waar zijn zij mee bezig? Hoe verandert een scheiding het leven van een kind?

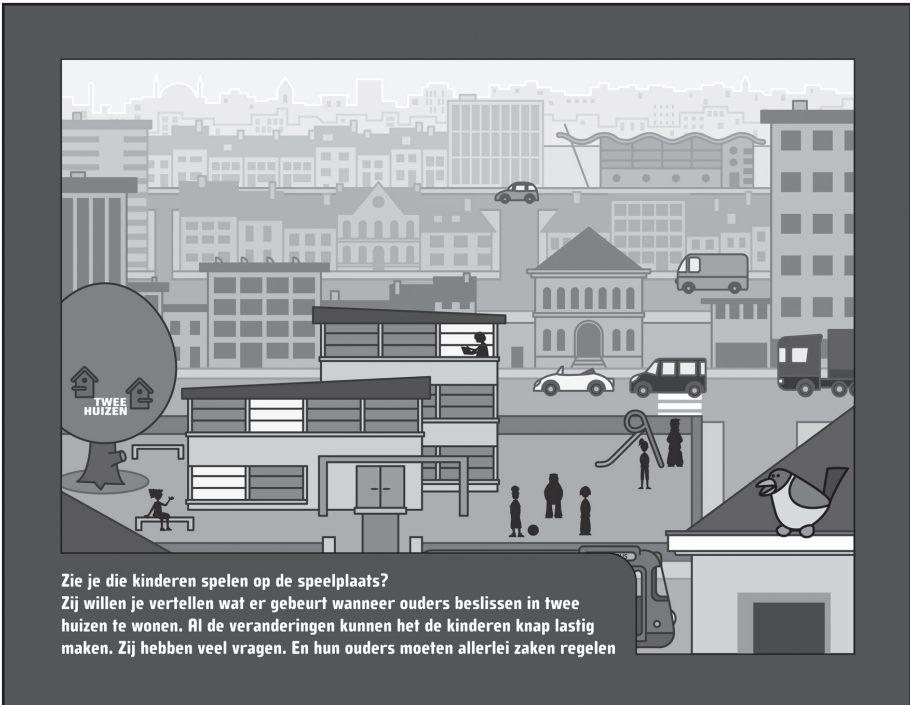
Kinderen gaan niet onbezwaard en harmonieus door het leven. Stilstaan bij leed dat kinderen ervaren, is moeilijk door ons verlangen een kind gelukkig te zien en te maken. Pogingen om kwetsuren te vermijden of weg te werken kunnen het leed nog groter maken. Daarom vertelt de site aan kinderen en jongeren dat ze mogen denken en voelen wat zij denken en voelen. En dat het goed is om daarover te spreken. Wat vindt u daarvan? Toont uw kind dat het kwaad is of teleurgesteld en verdrietig? En wat doet u daarmee?

Wat zeggen kinderen in het algemeen? Komt dat overeen met wat uw kind zegt dat het belangrijk vindt? Wat herkent u wel? Wat herkent u niet? Ervaringen evolueren. Misschien herkent u vandaag op de site iets van wat een kind denkt en voelt en zegt, dat ook uw kind vandaag denkt en voelt en zegt. Een gedachtegang van Klara? Of van Jasper? Bij een volgend bezoek gaat uw aandacht misschien naar de belevingen van een ander kind. Wat raakt Fien? Of waar is Robbe mee bezig? Betekenissen en gevoelens liggen niet vast. Als de omgeving verandert, als de relaties veranderen, dan veranderen de gedachten en de gevoelens mee.

Misschien stelt u vast hoe anders dan andere kinderen uw kind uw scheiding beleeft. Elk kind is anders, en elk gezin is anders. Laat uw kind zijn eigen gedachten en gevoelens tonen en doe er iets mee.



KINDEREN



Zie je die kinderen spelen op de speelplaats? Zij willen je vertellen wat er gebeurt wanneer ouders beslissen in twee huizen te wonen. Al de veranderingen kunnen het de kinderen knap lastig maken. Zij hebben veel vragen. En hun ouders moeten allerlei zaken regelen.

Fien wil vertellen wat er niet en wat er wel verandert als je ouders apart gaan wonen. Klara en Robbe en Murat willen vertellen wat jij allemaal kan voelen en wat je dan kan doen. Laila en Kasper willen vertellen wat je ouders moeten doen als ze apart gaan wonen.



Je ouders leven niet meer samen maar je gezin blijft bestaan. Je gezin verandert. Kinderen hebben verschillende gezinnen. Er zijn kinderen wiens ouders samenwonen en er zijn kinderen wiens ouders apart wonen. Mijn ouders zijn mijn mama en mijn papa. Misschien heb jij twee mamas of twee papas. Dat kan ook.

Als ouders apart gaan wonen, blijft iets heel belangrijks hetzelfde. Je mama en papa blijven je ouders, wat er ook gebeurt. Mama en papa is voor het leven.

Mijn ouders zorgen voor mij en voor mijn zus. Wij zijn hun kinderen. Mijn ouders hebben niet alleen ons. Ze hebben ook elkaar. Ze hebben elkaar heel graag gezien. Zo zijn mijn zus en ik er gekomen. Ze wilden samen gelukkig worden. Daarom woonden ze samen.

Iemand die iets niet meer is, is een ex. Ex-juf, ex-baas, ex-wereldkampioen. En zo zijn er ook ex-partners. Mijn ouders waren een koppel. Ze waren partners. Nu zijn ze ex-partners. Ze zijn geen partners meer van elkaar. Dat is voorbij. Ze zijn geen koppel meer. Ze zijn met elkaar niet meer gelukkig. Daarom wonen ze niet meer samen.

Maar ze blijven wel mijn mama en papa! Ex-ouder bestaat niet. Soms denken kinderen dat ze hun mama of papa kwijt zijn door de scheiding. Dat kan niet. Ouder-zijn gaat nooit voorbij. Wat verandert er niet? Ouders blijven ouders.

Als ouders apart gaan wonen, veranderen veel dingen wel. Mijn ouders wonen niet meer samen in één huis. Mijn papa is verhuisd naar een ander huis. Ik heb nu te maken met twee huizen: het huis van mijn mama en het huis van mijn papa.

Ik ben bij mama of bij papa, niet meer bij mama en papa samen. Ik woon nu eens bij de ene ouder en dan weer bij de andere. Dat vond ik in het begin verwarrend maar het was ook nieuw en een beetje spannend. Er zijn verschillende regelingen. Je blijft evenveel tijd bij mama als bij papa. Of je blijft meer tijd bij de een als bij de ander.

Je kan vinden dat sommige veranderingen je leven verbeteren.

Soms maken kinderen ruzie. Soms maken kinderen geen ruzie. Soms raken ruzies opgelost, soms niet. Sommige ouders maken geen ruzie. Sommige ouders maken ruzie. Grote ruzie kan met luid roepen zijn. Maar ook zonder iets te zeggen voel je het wel. Als de ouders samenwonen en ruzie maken dan hebben kinderen daar last van. Ook als de ouders apart wonen en ruzie maken, hebben kinderen daar last van.

Ouders kunnen veranderen als ze niet meer samenwonen. Als je ouders veel ruzie maakten toen ze nog samenwoonden en nu niet meer, ben je misschien blij dat de ruzies voorbij zijn.

Mijn mama en papa zijn nu gelukkiger, nu ze gescheiden zijn. Er kan terug gelachen worden thuis, ... euh in de twee huizen. Ja, ik moet nog altijd wennen.

Misschien krijg je meer cadeautjes.

Plots kun je een ouder krijgen die meer tijd met je doorbrengt nu hij of zij apart woont. En dat kan prettig zijn.

Sommige veranderingen zijn niet zo prettig. Nu ik twee huizen heb moet ik met een valies heen en weer, en vergeet ik wel eens iets. Misschien moet jij verhuizen naar twee nieuwe kleinere huizen. Of naar een nieuwe straat of zelfs

een nieuwe stad. De meeste kinderen vinden het erg als ze van school moeten veranderen. Dan missen ze hun vrienden en vriendinnen.

Ik heb een tijdje mijn papa niet gezien. Dat vond ik heel erg.

Mijn ouders hebben minder geld dan voordien. Ik krijg wat minder nieuwe dingen. En ik krijg al maanden geen zakgeld. Mijn mama spaart voor een auto. Nu moet ik altijd met de fiets naar school. Dat is beter voor het milieu, zeg je. Ja maar ik vind dat niet zo prettig hoor, zeker niet als het regent.

Ik moet wat meer helpen in het huishouden omdat mama en papa er nu alleen voor staan. De feestdagen zijn minder gezellig dan vroeger omdat niet iedereen van mijn familie samen is.

Veranderingen zijn moeilijk. Je ouders zullen je helpen om aan de veranderingen te wennen. Soms is het moeilijk om gewoon te worden aan de veranderingen. Dat heeft tijd nodig. Na een tijdje wordt dat wel makkelijker. Alles komt goed. Je bent niet alleen. Elk jaar zijn er vele kinderen die de scheiding van hun ouders meemaken. Ze worden de veranderingen na een tijdje gewoon. Het zal jou ook lukken.



Klara: Wat is er Robbe? Is er iets mis?

Robbe: Ja, mijn ouders gaan apart wonen en ik vind dat erg.

Klara: Die van mij zijn vorig jaar gescheiden. Ik vond dat ook erg. Ik vond het zo moeilijk dat ik niet wist wat ik moest doen. Ik kon droevig zijn en dan op eens kwaad. Het was allemaal verwarrend. En ik moest aan van alles denken.

Robbe: Soms heb ik verdriet en ben ik ook kwaad. Tegelijkertijd!

Klara: Wonen jouw ouders samen Murat?

Murat: Ja, mijn ouders wel maar die van mijn nichtje zijn uiteen.

Robbe: Vertel eens.

Murat: Mijn nichtje woonde naast ons. En ze zat de hele dag te wenen. Niemand begreep het. Ik werd er ook verdrietig van. Ik wist niet wat ik moest doen. En toen heeft mijn lievelingstante fantastische dingen gedaan.

Klara: Wat dan?

Murat: Ze begon te vertellen.

tante Els: Mijn ouders zijn ook apart gaan wonen. Na veel ruzies. Het was heel moeilijk. Ik voelde mij triestig, kwaad, verward, bezorgd, beschaamd, schuldig. Je kan voelen dat je heel boos bent op de ouder die verhuist. Als je mama of papa heel verdrietig is dan word jij ook verdrietig of kwaad.

tante Els: En er zijn nog andere dingen dan kwaadheid en verdriet, die je ook kan voelen. Je kan erg overstuur zijn als je een ouder hoort wenen. Je kan de ouder missen die niet bij jou is ook al zie je hem of haar elke week. Je kan voelen dat je een ouder verdriet doet als je het leuk vindt bij de andere ouder. Je kan je anders voelen dan je vrienden. Je kan hopen dat je mama en papa terug gaan samenwonen.

tante Els: Je kan voelen alsof je moet kiezen voor de ene tegen de andere. Dat is moeilijk want je moet goed doen voor mama én voor papa.

tante Els: Je voelt van alles door elkaar. Je kan dan van alles doen om je beter te voelen. Sommige kinderen wenen veel. Dat lucht hen op. Andere kinderen wenen weinig. Zij doen andere dingen: buiten spelen, babbelen en plezier maken met hun vrienden. Het is niet erg om verdrietig te zijn. Als je een ouder mist kan je dingen doen waardoor je je samen voelt. Je kan een foto in je boekentas steken en af en toe kijken. Je kan een smsje of een mailtje sturen.

tante Els: Onthoud vooral dat er geen goede of slechte gevoelens zijn. Jij bent niet lastig. De scheiding is lastig.

Robbe: Wat vertelde je tante nog?

Murat: Ze vertelde mij...

tante Els: Sommige ouders maken veel ruzie, ook ouders die samenwonen en blijven samenwonen. Maar het is niet omdat ouders veel kibbelen dat ze daarom zullen scheiden. Als ouders fel discussiëren denken de kinderen soms dat ze ruzie maken. Het is ook niet zo dat alle ouders die gaan scheiden ruzie maken. De meeste kinderen weten goed wat ze moeten doen als hun mama en papa ruzie maken. Ik ging altijd naar mijn kamer om stilletjes een boek te lezen. Mijn grote broer ging ook naar zijn kamer en speelde dan luide muziek met zijn deur open.

tante Els: Maar kinderen hebben ook last van ouders die ruzie maken. Je kan echt in de war zijn als je je mama en papa hoort ruzie maken. Ik had dan zin om weg te lopen. En als je er heel veel last van hebt, dan moet je altijd aan hetzelfde denken en dan kan je niet slapen en dan heb je nachtmerries. Je wordt kwaad om de kleinste dingen. Je kan niet meer opletten in de klas en je krijgt slechte punten.

Klara: Ja dat herken ik. Weet je wat ik toen deed?

Robbe: Vertel eens!

Klara: Ik speelde heel veel piano. En ik ging wandelen met mijn hond. En als ik terug thuis kwam was ik veel rustiger.

Murat: Ja, dat zei mijn tante ook dat goed is! Veel bewegen. En samen dingen doen met je vrienden, je uitleven. Schommelen en in de bomen klimmen. Gaan fietsen, gaan zwemmen, voetballen, naar de jeugdbeweging of de judo gaan.

Klara: Blijf de dingen doen die je graag doet Robbe. Lees boeken of ga naar de speeltuin.

Robbe: Ik mag dus nog gewoon plezier hebben?

Murat: Ja. Natuurlijk.

Robbe: Wat als ik al die dingen doe en ik mij nog niet beter voel?

Klara: Speel met je playmobil of lego, dat heb je toch. Of neem een knuffel om je zelf te troosten. Heb jij geen Beer?

Robbe: Dat is een goed idee. Ik zal mijn Hondje terug zoeken.

Murat: Het kan deugd doen even alleen te zijn, op een geheim plekje. En praten met een volwassene die je vertrouwt kan ook helpen.

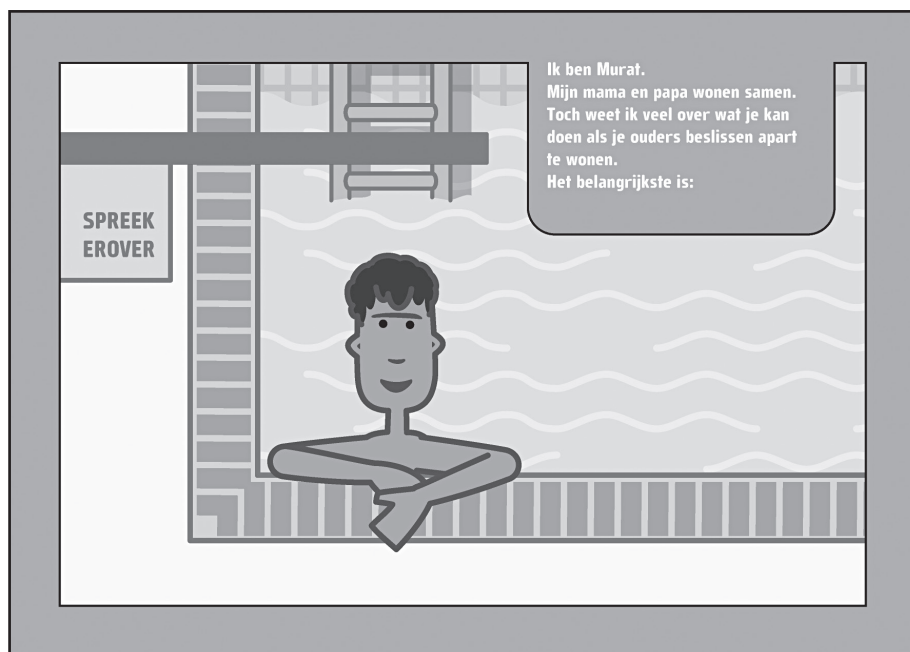
Klara: Weten jullie wat? Mijn papa heeft pas een nieuwe vriendin die ook gescheiden is en twee kinderen heeft, en dat vind ik...

Robbe: He, we komen aan het zwembad, joepie!



Je ouders hebben beslist dat ze apart gaan wonen of ze wonen al apart. Je piekert erover. Je wil iets doen. Murat, Klara en Robbe hebben veel nagedacht over wat kinderen kunnen doen als hun ouders apart gaan wonen. Wil je weten wat zij belangrijk vinden?

Murat weet dat je hoofd vol zit. Hij vindt dat je erover moet spreken, over wat je bezig houdt. Hij wil met jou zoeken wie je kan vertrouwen en hoe je een gesprek begint. Klara heeft haar ouders veel vragen gesteld. Zo weet ze waarom haar ouders gescheiden zijn. Dat maakt haar rustig. Ze wil je wat vertellen over de vele redenen waarom ouders beslissen uit elkaar te gaan. En Robbe heeft een mening over wat er gebeurt. Hij wil dat zijn ouders zijn mening kennen. Hij telt immers mee. Robbe vindt dat ook jij meetelt. Ga eens kijken waar hij mee bezig is.



Ik ben Murat. Mijn mama en papa wonen samen. Toch weet ik veel over wat je kan doen als je ouders beslissen apart te wonen. Het belangrijkste is: spreek over wat je voelt en denkt.

Het doet deugd te spreken over wat je bezig houdt. Je voelt je minder alleen. Je piekert minder. Als je beste vriend ook twee huizen heeft is het cool elkaar te vertellen over de leuke en minder leuke kanten.

Soms zijn ouders zo overstuurd dat ze niet kunnen luisteren. Dan merk je dat erover spreken het nog erger maakt. Spreek dan met de mama of de papa van een vriend. Of met iemand anders die begrijpt dat je last hebt van de scheiding. Is er iemand bij wie je je verdriet kwijt kunt?

Soms vind je niemand. Als er niemand in je buurt is om te spreken, kan je telefoneren naar iemand van je familie die je graag ziet. Of naar de 102 van de kindertelefoon. Dan kan je spreken zonder dat iemand verder zegt wat je vertelt.

Soms kan je met een rechter spreken. Als een rechter beslist over de dingen die voor jou veranderen. De meeste ouders beslissen zelf over de dingen die voor hun kind veranderen. Kasper kan je hierover meer vertellen. Je vindt hem in de leeshoek.

Het doet ook deugd te schrijven over wat je bezig houdt. Op losse blaadjes of in een dagboek. Achteraf pieker je minder. Gedichten of tekeningen maken kan ook helpen. Laat soms zien wat je geschreven of gemaakt hebt.

Op sommige momenten wil je niet dat iemand er met jou over spreekt, geen volwassene en geen kind. Dan wil je ongestoord huilen zonder dat iemand je vraagt waarom. Je kan er nadien over spreken. Met wie zou je willen spreken over de scheiding?

• *mijn mama en mijn papa*

Vertel je mama en je papa wat je bezig houdt. Als je spreekt dan tel je mee. Als je vragen stelt dan weet je waarom dingen veranderen. Zeg dat je verdrietig bent of kwaad. En waar dat mee te maken heeft. Je kan zeggen: *Het doet mij verdriet dat jullie tegen elkaar roepen. Ik kan er niet van slapen.*

Als je dingen wil weten, vraag het. *Hoelang blijft papa hier nog wonen? Wanneer zie ik hem terug? Moet ik verhuizen? Gaat mijn broer mee? Wat gebeurt er met poes? Heb ik nog een eigen kamer? Waarom moet ik van school veranderen? Maak een eigen vragenlijst. Wanneer zal ik opa nog zien? Krijg ik zakgeld? Wie woont nog bij ons? Moet ik mijn kamer delen met vreemde kinderen? Zal ik met mijn zus samenblijven? Kan ik nog gaan voetballen? Waarom kan mijn vriendje niet meer komen logeren?*

Als ouders apart gaan wonen zijn ze meestal heel druk bezig. Ze moeten een hoop dingen regelen. Het lijkt soms alsof ze voor jou geen tijd hebben. Kijk naar je ouders. Wanneer zijn ze rustig? Wanneer hebben ze wat tijd? In de auto is dikwijls een goede plek om een gesprek te beginnen. Niet als je gehaast onderweg bent naar school.

Je mama of papa zal soms goed luisteren en goed door hebben wat je zegt. Soms niet. Als je merkt dat ze niet luisteren zeg: *Mama, je luistert niet. Ik wil iets zeggen.* Als je mama of papa aarzelt of geen tijd heeft, probeer de volgende dag nog eens.

Soms durf je niet zeggen dat je droevig bent omdat je mama en papa opgelucht zijn omdat zij niet meer samenwonen. Zeg het toch maar. En kijk wat ze er mee doen.

Het kan lastig zijn om in twee huizen te wonen. Het gaat over twee aparte huizen. Zouden je ouders dat snappen? Zeg: *Ik kan niet altijd wat ik in het ene huis meemaak, meenemen naar het andere huis. Dat vind ik spijtig.*

Ook grote mensen maken ruzie. Soms maken ouders elkaar zwart en zet de ene ouder jou op tegen de andere ouder. Wat kun je dan doen, als kind?

Je wil niet kiezen voor je mama of je papa. Zeg: *Het is niet omdat jij boos bent op papa dat ik ook moet boos zijn op papa. Ik heb mama én papa nodig. Ik wil geen van de twee kwijt.*

Misschien vind je het niet gemakkelijk om je ouders te zeggen dat ze hun problemen zelf moeten oplossen. Je kan zeggen: *Ik kan daar toch niets aan doen, aan jullie problemen. Ik wil dat jullie stoppen met ruzie maken. Ik wil niet dat papa aan mij vraagt een boodschap over te brengen naar mama. Ik wil niet dat mama veel vragen stelt over papa. Ik wil niet dat papa lelijke dingen zegt over mama.*

Je kan ook zeggen dat je niet wil dat mama je vraagt iets geheim te houden voor je papa. Zeg: *Mama, dat mag je niet doen. Ik kan niet zwijgen.*

• **mijn broer of zus**

Heb je een broer of zus? Vraag: *Vind jij die scheiding ook zo erg? Heeft iemand er meer of minder last van? Wat doet je broer of zus om zich te troosten?*

• *mijn vriend of vriendin*

Wonen de ouders van je beste vriend samen? Je moet niet verlegen zijn. Vertel hem wat er met jou en je gezin gebeurt. Er verandert veel, ook voor jou en je vriend. Je kan zeggen:

Ik krijg twee huizen. Kom je ook naar mijn nieuw huis? Of zeg: Mijn mama en papa gaan apart wonen. Daarom kan ik niet meer naar de dansles komen. En ik loop daar veel over te piekeren.

Als je spreekt over de scheiding dan zal je vriend of vriendin begrijpen waarom je soms moeilijk doet of vies gezind bent.

• *mijn oma of opa*

Ik heb een lievelingstante met wie ik over alles kan spreken. Zelfs als ik heel boos ben blijft ze luisteren. Ze heeft mij nog nooit uitgelachen. Is er iemand van jouw familie die je vertrouwt? Je oma of je opa of een nonkel? Of de mama of papa van een vriend?

Je kan proberen met: *Oma, ik vind het niet leuk dat er ruzie in de familie is.*

• *mijn juf of meester*

Vraag aan je mama en papa of zij aan je juf kunnen zeggen dat ze gaan scheiden.

Je kan zelf zeggen: *Meester, er zijn problemen thuis en daarom let ik niet goed op. Zeg dat je ouders apart gaan wonen. Dat je niet goed slaapt, dat je moe bent.*

Vraag je juf aan de andere kinderen te zeggen dat je mama en papa gaan scheiden. Als je dat liever niet hebt, zeg dan aan je juf: *Ik wil liever niet dat je het aan de andere kinderen vertelt.*

Je juf kan je brengen naar een begeleider van het CLB. Dat is het Centrum voor Leerlingen Begeleiding. Het werk van de begeleider is om goed te luisteren naar kinderen. Je kan een briefje schrijven dat je aan je juf geeft: *Juf, mijn ouders gaan uiteen. Ik wil eens spreken met de begeleider van het CLB. Wil u mijn ouders vragen of ze dat goed vinden?* Je kan het ook zelf aan je ouders vragen.



Ik ben Klara. Mijn mama is vorig jaar verhuisd en dan heb ik haar een tijdje niet gezien. Ik heb mijn mama in een brief geschreven dat ik haar erg miste. Ze schreef mij een brief terug. Waarom ze zo snel was verhuisd? Ze wou de ruzie niet nog erger maken. Ze wou rust. En ze schreef ook dat ze wel tien keer per dag een zontje gaf op een foto van mij. Dat heeft veel goedgeemaakt want ik dacht dat ze niet meer om mij gaf. Ik was mijn mama niet kwijt!

Eerst was ik boos op mama omdat ze vertrok. En dan was ik boos op papa omdat hij haar niet kon tegenhouden. Ik raakte helemaal in de war. Ik wou weten waarom mijn ouders scheiden. En ik wou weten waarom ik na een tijdje heen en weer moest verhuizen.

Ik heb het aan mijn papa gevraagd. Dat kun jij ook doen. Mijn papa vond het moeilijk om mij te vertellen waarom zij uit elkaar gaan. Toch heb ik doorgevraagd. Daar ben ik nu blij om.

Mijn mama was ongelukkig met papa. Daarom wou ze scheiden. Mijn papa vond dat eerst helemaal niet goed. Maar dan heeft hij gezien dat mama echt beslist had. En toen ging het beter. Ze hebben dan samen alles goed geregeld.

Als je weet wat er in je gezin gebeurt en waarom, dan hoor je bij je gezin. Dat is een goed gevoel. Als je twee huizen hebt dan is het ingewikkelder. Dan moet je meer vragen stellen.

• *Waarom scheiden ouders?*

Mijn ouders zijn mama en papa. Mama en papa blijven altijd mijn ouders. Ze zijn ook een man en een vrouw. Een man en een vrouw kunnen een koppel zijn, partners. Misschien zijn jouw ouders een vrouw en een vrouw, of een man en een man. Zij kunnen ook een koppel zijn, partners.

Fien heeft mij uitgelegd wat ex is. Iemand die iets niet meer is. Ex-juf, ex-baas, ex-wereldkampioen. En zo zijn er ook ex-partners. Mijn ouders waren partners en nu zijn ze ex-partners. Ze zijn geen partners meer. Dat is voorbij. Ze kunnen samen niet gelukkig worden. Daarom scheiden ze. Maar ze blijven wel mijn ouders!

Wanneer partners samenwonen en kinderen hebben, hopen ze voor altijd samen te blijven. Maar soms zijn er problemen. Meestal doen ze heel erg hun best om hun problemen op te lossen zodat ze kunnen blijven samenwonen. Het is geen gemakkelijke beslissing om uit elkaar te gaan.

Er zijn vele redenen om niet meer samen te wonen. Ze zijn allemaal waar.

Ze zien elkaar niet meer graag. Of ze zien elkaar toch nog graag maar hebben altijd ruzie. Soms lukt het samenwonen gewoonweg niet meer. Ze zijn hun geduld met elkaar kwijt. Ze verdragen elkaar niet meer. Ze kunnen niets meer samen doen. Of iemand is erg veranderd. Of ze zijn alle twee erg veranderd. Ze zijn uit elkaar gegroeid. Ze denken heel anders. Ze kunnen het over niets meer eens geraken en maken over alles ruzie.

Dat herken je wel. Je hebt wel eens een vriend of vriendin gehad met wie het niet meer zo leuk was als in het begin. Omdat je in andere dingen geïnteresseerd raakte. Of misschien zagen jullie elkaar nog wel graag maar hadden jullie altijd ruzie. Zo beslissen ook kinderen van elkaar weg te blijven.

Als partners merken dat ze elkaar niet meer graag zien dan worden ze alle twee kwaad en bedroefd en dan wordt de een soms verliefd op iemand anders, soms alle twee. Een verliefdheid komt er niet zomaar. Toch moeilijk hé, die grote mensen.

In het begin dacht ik dat het mijn schuld was dat mijn ouders scheiden. Nu ik weet waarom mijn ouders scheiden pieker ik daar niet meer over. Stel veel vragen aan je ouders dan weet je waarom de dingen gebeuren.

In het begin zeiden mijn mama en papa totaal andere dingen. Mama zei dat ze ongelukkig was met papa en dat ze daarom verliefd was op een andere man. En papa zei dat die verliefdheid wel zou overgaan en dat mama dan zou terugkomen. Ik raakte helemaal in de war.

Mama zei dat het normaal is dat mama en papa er anders over denken. Dat mag. Ze zei dat papa te verdrietig was om haar te begrijpen.

Er zijn dingen die ik nu pas snap, nu mijn ouders al een jaar apart wonen. Sommige dingen klinken in mijn oren nog altijd veel te ingewikkeld. Naast elkaar leven bijvoorbeeld, wat is dat? Ik snap het nog altijd niet echt. Maar dat komt nog wel. Ik weet wel zeker dat papa nu niet meer bedroefd is.

Als ik hen nu vraag waarom ze gescheiden zijn, zeggen ze alle twee hetzelfde. Ze zeggen dat ze veel voor elkaar gedaan hebben maar dat ze niet bij elkaar pasten. Ze vinden andere dingen leuk. Dat vind ik gemakkelijker. Dat kan ik aan mijn vriendinnen vertellen.

Als ouders heel moe zijn dan kunnen ze ongedurig zijn en jou ook de schuld geven. Natuurlijk, scheiden als je geen kinderen hebt gaat gemakkelijker. Maar, jij bent niet de reden waarom je ouders scheiden. Je hebt geen schuld aan de scheiding.

Het is niet mijn schuld. En ik moet mijn ouders niet terug samen brengen door extra mijn best te doen.

• ***Waarom moeten kinderen heen en weer?***

Kinderen wisselen op allerlei manieren van huis. Soms gaan ze zó heen en weer dat ze evenveel tijd zijn bij mama als bij papa. Meestal zijn ze meer tijd bij mama dan bij papa. Enkele kinderen moeten niet wisselen van huis omdat hun ouders wisselen van huis. Dat kan ook.

Ik ga zó heen en weer dat ik meer tijd ben bij mijn papa dan bij mijn mama. Ik wou weten waarom dat zo is.

De meeste ouders beslissen zelf over de heen-en-weer regeling. Mijn ouders hebben dat ook zelf beslist. Het was niet gemakkelijk om samen te beslissen. Ze hebben eerst veel ernstig met elkaar gepraat en af en toe ruzie gemaakt. Mijn mama wou eerst dat ik meer tijd bij haar zou zijn.

Mijn mama en papa hebben mij gevraagd wat ik belangrijk vond. Ze vinden dat ik mee tel. Ik heb niet veel gezegd omdat ik niet wou kiezen voor mijn mama of voor mijn papa. Maar ik ben toch blij dat ze mijn gedacht hebben gevraagd. Ik heb kunnen zeggen dat ik niet van school wil veranderen. En ik weet dat het niet gemakkelijk was om een regeling te maken die iedereen goed vindt.

Ik blijf nu meer bij papa dan bij mama omdat papa korter bij mijn school woont, en meer tijd heeft om mijn huiswerk na te kijken. Mama vond dat eerst helemaal niet goed, later wel.

Vraag je mama en papa waarom zij voor jouw heen-en-weer regeling hebben gekozen. Misschien werkt je papa op sommige dagen wel en andere niet. En dan ben je bij hem op de dagen dat hij niet moet werken. Of misschien is het nieuwe appartement van je papa te klein om lange tijd met veel samen te wonen. En ben je daarom enkel voor korte tijd in het huis van je papa. Of er is een andere reden. Vraag waarom.

Mijn mama en papa zeggen dat de regeling later kan veranderen, als ik naar de middelbare school ga. Dat vind ik goed.

Soms beslist een rechter over de regeling. Dan hebben je ouders elk een advocaat. De rechter kiest een regeling waarvan hij denkt dat die in jouw belang is. Dan is het moeilijker te weten te komen waarom je zo heen-en-weer moet.

Alle regelingen zijn mogelijk. Het belangrijkste is dat je mama én je papa de regeling aanvaarden. Ik ben blij dat mijn mama en mijn papa nu hun best doen om ervoor te zorgen dat de regeling goed loopt.

Ik heb ook gevraagd hoe mijn ouders andere zaken geregeld hebben. Ik wist niet dat ook mama voor mij betaalt, elke maand. Mama en papa moeten voor mij betalen. Ook een ouder die je niet dikwijls ziet, blijft toch voor jou betalen. Dat moet.

Ik weet ook waarom mijn mama meer voor mij betaalt dan mijn papa. Mama werkt meer waardoor zij meer geld voor mij heeft. Papa werkt minder waardoor hij meer tijd voor mij heeft.



Ik ben Robbe. Ik krijg binnenkort twee huizen. Mijn ouders zijn van alles aan het regelen. Ik heb ook iets te zeggen. En ik wil iets zeggen. En ik kan ook iets zeggen. Ik weet wat ik moet doen om mee te tellen. Ik spreek erover.

Ik kan niet mee beslissen of mijn mama en papa samenwonen of apart wonen. Maar ik kan wel meetellen in hoe we het wonen in twee huizen zullen regelen.

Ik zal mijn mama en papa zeggen wat ik belangrijk vind en wat ik prettig vind en wat ik niet prettig vind. En vooral: ik zal goed kijken wat ze ermee doen. Luisteren ze naar mij? Ik weet het wel, dat is gemakkelijker gezegd dan gedaan. En toch ga ik het proberen! Want ik tel mee.

Meetellen is niet beslissen. Mijn ouders beslissen. Of de rechter beslist. Ik tel mee. Als je meetelt, dan hoor je bij je gezin. Dat voelt goed.

Wil je weten wat ik mijn ouders te zeggen heb? Hele lijsten vol. Kijk maar.

• *mijn belangrijk-lijst*

Beste mama en papa, dit vind ik belangrijk:

- Met mijn zusje samen blijven
- Mijn vrienden!
- Mijn school!!!!
- Een echt bed!
- Mijn oma veel blijven zien!
- Op zaterdagvoormiddag bij papa zijn om te gaan voetballen
- Mijn kamer voor mij alleen! (als het moet met mijn broertje)
- Een korte scheiding aub
- Een eigen plekje in de twee huizen!!
- Kort bij elkaar blijven wonen
- Veel alleen zijn met mijn papa zonder zijn vriendin
- En als mijn mama ook een vriend krijgt ook zonder háár vriend
- Genoeg zakgeld!!!!!!
- Mijn vriend uitnodigen!
- Spannende boeken!!
- Gordijnen in mijn kamer!!!
- Gezellige feestdagen!
- Mijn scouts!
- Zachte lakens!
- Mijn playmobil!!!
- Op voorhand weten welke dag ik bij mama ben en welke dag bij papa
- Veel telefoneren naar de ouder die niet bij mij is

• *mijn valies-lijst*

Beste mama en papa, deze dingen wil ik graag altijd in een valies meenemen:

- mijn bedknuffels
- een herinnering van toen jullie nog samen woonden
- mijn leesboek
- mijn gameboy
- mijn atlas
- mijn poes
- niet te veel
- mijn lievelingskleren
- mijn speciale cadeautjes
- mijn fotoboekje

• *mijn dubbel-lijst*

Beste mama en papa, deze dingen wil ik graag in het huis van mama en in het huis van papa:

- meer dan twee onderbroeken
- twee tandenborstels
- veel schrijfgerief
- veel haarspeldjes (oh neen, ik ben geen meisje)
- twee voetballen
- twee gitaren (ik speel nog geen gitaar maar door jullie scheiding zal ik minder kunnen spelen!)
- propere pyjamas
- twee computers (ik weet wel dat papa geen computer kan betalen)

• *mijn doe-lijst*

Beste ouders, deze dingen wil ik graag samen met jullie doen:

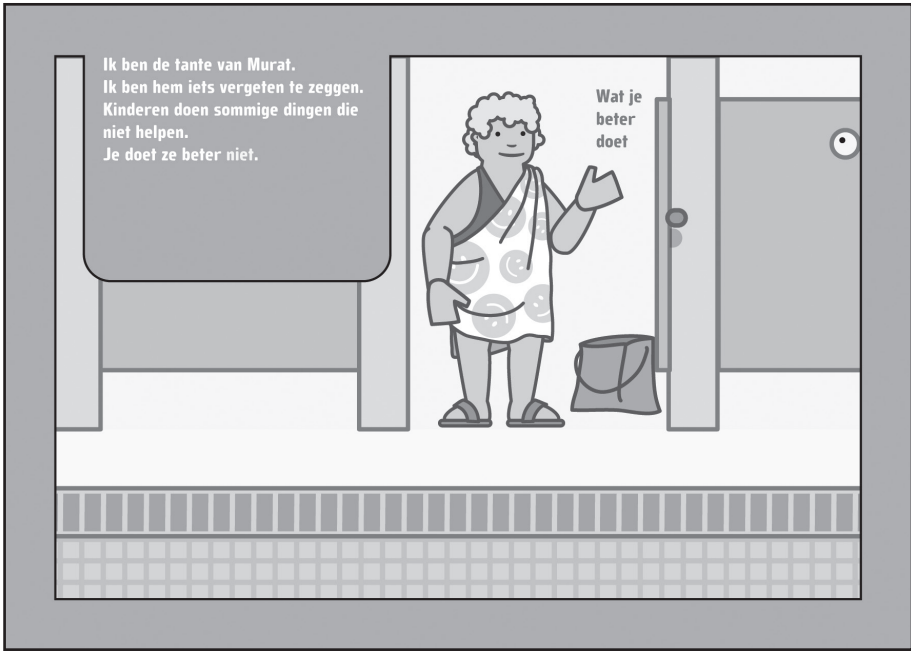
- Mijn verjaardag vieren bij mama en bij papa
- Met papa naar tekenfilms kijken!
- Met papa computerspelletjes doen en voetballen
- Elke woensdag pizza eten!
- Met mama samen kleren kopen
- Met mama, en met papa op reis gaan en gaan zwemmen

• *mijn hekel-lijst*

Beste mama en papa, weten jullie wat? Aan deze dingen heb ik een hekel:

- De scheiding
- Mijn ene ouder spreekt kwaad over mijn andere ouder
- Mijn oma of opa of tante of nonkel spreekt kwaad over mijn mama of papa
- Mijn mama of papa speelt meer met mijn broer dan met mij
- Van huis wisselen
- Ik moet altijd dezelfde pizzas eten
- Ik moet altijd naar dezelfde films kijken
- Mijn ouders roepen tegen elkaar
- Mijn mama is dronken
Mijn papa ligt altijd op de zetel
- Het huis stinkt

De hekel-lijst ga ik hen niet geven. Ze schrikken zich een bult! Maar ik heb een plan. Als ik vind dat mama of papa iets doet wat ik niet goed vind of niet graag heb, dan zal ik dat zelf zeggen. En dan zal ik kijken of mama of papa goed luistert. En iets doet met wat ik zeg.



Ik ben de tante van Murat.
Ik ben hem iets vergeten te zeggen.
Kinderen doen sommige dingen die
niet helpen.
Je doet ze beter niet.

Wat je
beter
doet

Ik ben de tante van Murat. Ik ben hem iets vergeten te zeggen. Kinderen doen sommige dingen die niet helpen. Je doet ze beter niet.

Denken dat als je extra je best doet, je ouders terug samen komen. Als je elke dag je speelgoed opruimt, je bed opmaakt, je huiswerk zonder morren maakt, dan nog gaan je ouders niet terug samenwonen. Je zoekt beter afleiding in iets leuks.

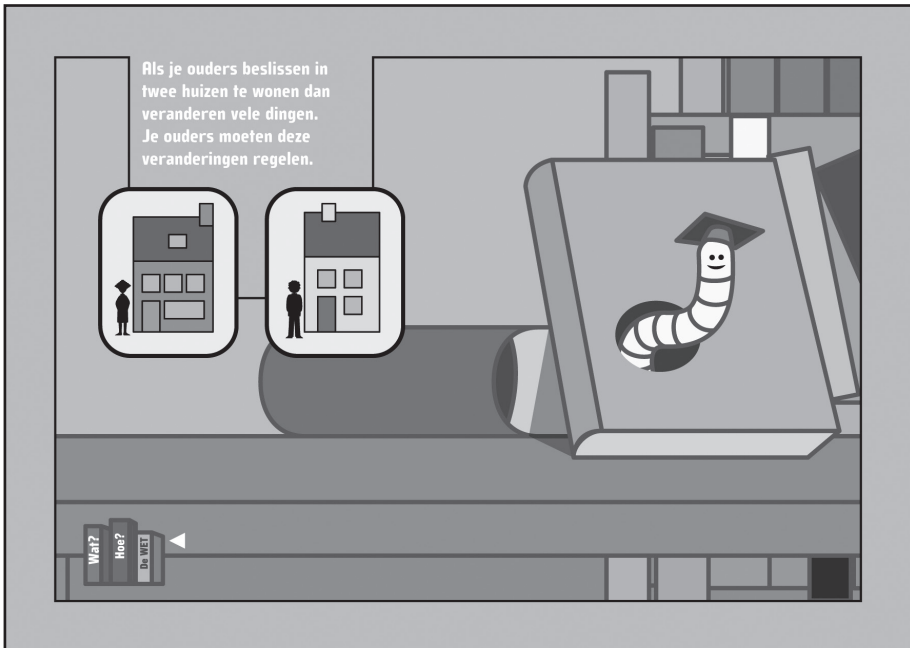
Nog iets dat je beter niet doet. Stomme dingen doen omdat je geen woorden vindt voor je verdriet of kwaadheid. Je zegt beter gewoon dat je verdrietig bent of boos. Of schrijf het in je dagboek. En toon soms wat je geschreven hebt.

Ga vooral niet te veel zwijgen. Praat met je ouders of met de mama of papa van een vriend. Stel veel vragen over wat er gebeurt en er zal gebeuren. Als je weet wat er gebeurt en waarom dan ben je niet alles kwijt. Dat is een goed gevoel. Hoe meer je mag vragen hoe beter.

Doen alsof je volwassen bent en grotemensenproblemen moet oplossen is ook geen goed idee. Je bent een kind. Je kan je ouders helpen maar je moet hun problemen niet oplossen. Je ouders zorgen voor zichzelf.

Sommige kinderen vinden het bij papa leuk maar zeggen bij mama dat ze papa niet leuk vinden. Omdat ze merken dat ze mama daarmee een plezier doen. Of omgekeerd. Je zegt beter gewoon dat je het leuk vond. Je kan zeggen dat jij je papa wel nog graag ziet. Maar als je merkt dat mama daar erg boos of verdrietig om wordt dan wacht je op een beter moment. Misschien kan je het later wel zeggen.

Weet je, dat zijn moeilijke dingen om te doen. Als het de eerste keer niet goed lukt, dan lukt het misschien wel de volgende keer.



Als je ouders beslissen in twee huizen te wonen dan veranderen vele dingen. Je ouders moeten deze veranderingen regelen.

Ze moeten hun huis regelen. Wie blijft in het huis wonen en wie verhuist? Hoeveel moet wie blijven wonen, hiervoor aan de ander betalen? Ze moeten hun geld en hun meubels verdelen. Ze moeten beslissen wie de auto mag hebben.

En ze moeten als ouders een hoop dingen regelen over jou. In het boek van Laila staat WAT je ouders over jou moeten regelen. In het boek van Kasper staat HOE je ouders dat kunnen regelen. Als je nog meer wil weten, ga dan eens neuzen in de wet.



Ik ben Laila. In mijn boek staat wat je ouders over jou moeten regelen als ze beslissen apart te gaan wonen. En natuurlijk ook over je broer of zus. Er zijn vier hoofdstukken. *Gezag* om te weten wie grote beslissingen over kinderen mag nemen. *Verblijf* om te weten hoe kinderen heen en weer gaan. *Kosten* om te weten wie voor jou moet betalen. Later om te weten hoe de regelingen later kunnen veranderen.

• **Gezag**

Een ouder die gezag heeft mag over jou belangrijke beslissingen nemen. Als ouders samenwonen dan hebben ze alle twee evenveel gezag. Dan moeten zij samen de grote beslissingen nemen. Dat verandert niet als ze apart gaan wonen.

Je ouders moeten samen alle belangrijke beslissingen over jou nemen. Bijvoorbeeld: waar je woont, naar welke school je gaat, of je godsdienstles volgt, of je naar een jeugdbeweging gaat, welke sport je doet.

Soms beslissen de ouders dat maar één ouder gezag heeft. Slechts heel zelden beslist een rechter dat. Dan mag alleen die ouder belangrijke beslissingen nemen.

• **Verblijf**

Het moet duidelijk zijn wanneer je bij de ene ouder bent en wanneer je bij de andere ouder bent. De meeste ouders beslissen zelf wanneer je bij wie verblijft. Ze kunnen kiezen. Er zijn verschillende heen-en-weer-regelingen mogelijk.

Je blijft evenveel tijd bij mama als bij papa, bijvoorbeeld een week bij mama en een week bij papa. Dat is niet verplicht. Dat kan. Of je blijft meer tijd bij de een als bij de ander. Vele kinderen blijven op alle schooldagen bij hun mama óf bij hun papa, één van de twee. En de weekends en de vakanties evenveel tijd bij hun mama als bij hun papa.

Er is geregeld bij wie je op vakantiedagen bent: in de zomervakantie, de kerstvakantie, de paasvakantie en de krokus- en herfstvakantie. In de regeling staat het uur waarop je van de ene naar de andere ouder gaat. In de regeling staat meestal wie je brengt en wie je komt halen.

Als je ouders geen akkoord hebben dan beslist de rechter over het verblijf. De rechter kan beslissen dat je evenveel tijd bij je twee ouders bent. Of hij kan beslissen dat je meer bij de ene bent.

• **Kosten**

Zowel je mama als je papa betalen voor je eten, je kleren, je school, voor alles wat je nodig hebt.

Meestal beslissen de ouders zelf hoeveel elk van hen betaalt. Ze berekenen dan hoeveel geld elke maand voor jou nodig is. Ze beslissen dat de ouder die meer verdient meer betaalt. Of ze beslissen dat ze elk evenveel betalen.

Meestal zorgt één ouder ervoor dat alles wat nodig is gekocht wordt of betaald wordt. Deze ouder koopt je kleren en betaalt de rekeningen van je school. Deze ouder gebruikt daarvoor eigen geld plus geld van de andere ouder. De andere ouder geeft de ouder die de kosten betaalt elke maand geld voor jou. Dit geld noemt men onderhoudsgeld of alimentatie.

Als je ouders geen akkoord hebben dan beslist de rechter hoeveel het onderhoudsgeld is.

• **Later**

De regelingen die gemaakt zijn als je ouders apart gaan wonen, zijn later misschien niet meer goed. Jij wordt ouder. Je broer of zus wordt ouder. Je mama of je papa gaat misschien samenwonen met een nieuwe man of vrouw. Er komen misschien nieuwe kinderen. Een ouder kan verhuizen naar een andere stad. Dan moeten er nieuwe regelingen komen.

Je ouders kunnen nu afspreken wat ze dan zullen doen. Meestal spreken ze af dat ze later zullen proberen hun ruzies op te lossen door te spreken in plaats van te vechten. Ze kunnen later naar een bemiddelaar gaan. Kasper weet daar meer over te vertellen.



Ik ben Kasper. Mijn ouders zijn nooit met elkaar getrouwd. Zij gaan apart wonen. Ze gaan scheiden zonder echtscheiding. Scheiden is apart gaan wonen. Echtscheiden is ervoor zorgen dat je niet meer getrouwd bent. Mijn ouders zijn niet getrouwd en moeten dus geen echtscheiding regelen.

Zijn je ouders getrouwd? En gaan zij scheiden? Dan moeten zij ervoor zorgen dat ze niet meer getrouwd zijn. Daarvoor moeten zij een echtscheiding regelen. Een echtscheiding zorgt ervoor dat zij niet meer getrouwd zijn. Er zijn twee soorten echtscheidingen: een EOT of een EOO.

Een EOT is een Echtscheiding door Onderlinge Toestemming. In een EOT moeten mensen zelf over alle zaken beslissen. Een EOT is eenvoudig.

Een EOO is een Echtscheiding door Onherstelbare Ontwrichting. In een EOO kunnen mensen zelf over zaken beslissen, en kan een rechter over zaken beslissen. Een EOO is ingewikkeld. Er zijn altijd twee advocaten.

Mijn ouders en jouw ouders zijn ouders. Als ze apart gaan wonen dan moeten er nieuwe regelingen over ons, de kinderen, komen. Dat is zo voor ongetrouwde en getrouwde ouders.

In het boek van Laila staat **wat** geregeld moet worden: gezag en verblijf en kosten. In mijn boek staat **hoe** dat kan geregeld worden. Sommige ouders regelen alles helemaal alleen. De meeste ouders hebben hulp van een notaris of een advocaat of een bemiddelaar of een rechter.

Je mama alleen kan niet beslissen over jou. Je papa alleen kan niet beslissen over jou. Je mama en papa kunnen wel samen beslissen over jou. Als ze een akkoord vinden dan kunnen ze samen beslissen. Een akkoord is een regeling waarmee je mama en je papa akkoord gaan. De meeste ouders vinden een akkoord. Natuurlijk niet alleen over jou maar ook over je broer of zus.

Als je mama en papa een akkoord vinden dan kunnen ze zelf beslissen. Als je mama en papa geen akkoord vinden dan beslist een rechter.

Jij kan niet beslissen. Je kan wel je mening zeggen. Dan kunnen je ouders of de rechter daar rekening mee houden.

In mijn boek staan drie hoofdstukken. *De ouders beslissen* om te weten wie je ouders hierbij kan helpen. *De rechter beslist* om te weten wat de rechter doet. *Jij telt mee!* om te weten wat jij kan doen.

Als je ouders zelf beslissen dan kunnen ze naar een bemiddelaar of naar een notaris of naar twee advocaten gaan. De bemiddelaar geeft geen goede raad.

Hij of zij zorgt er voor dat de ouders elkaar begrijpen en zelf oplossingen zoeken. Daar kruipt de meeste tijd in. De notaris en de advocaten geven wel goede raad.

• *De ouders beslissen met een bemiddelaar*

Hallo, ik ben een bemiddelaar. Je ouders willen samen zelf beslissen over jou? Dat is niet gemakkelijk. Ik kan hen daarbij helpen. Je mama en papa komen samen naar mij.

Ik vertel je ouders wat ze moeten regelen over jou. Ik zeg hen wat allemaal mogelijke regelingen zijn. Welke regeling ik goed vind, telt niet. Wat telt is wat je mama en papa een goede regeling vinden. Ik vraag je mama wat zij belangrijk vindt. Ik vraag je papa wat hij belangrijk vindt. En ik vraag wat zij denken dat jij belangrijk vindt. Zeg aan je mama en papa wat jij belangrijk vindt. Dan tel je mee.

Je mama en je papa luisteren naar elkaar. Zij zoeken een regeling die goed is voor jou, voor mama, voor papa. Soms proberen ze een regeling over je verblijf eerst een tijdje uit om te zien of de regeling goed genoeg voelt voor iedereen. Wat loopt goed? Wat loopt minder goed? Dan kunnen ze de regeling nadien verbeteren.

Ik help je mama en papa goed naar elkaar luisteren en goed samenwerken. Dat is niet gemakkelijk voor hen, zeker als er door de scheiding nog veel verdriet en kwaadheid is.

Als je mama en papa een akkoord hebben dan schrijf ik alle regelingen op. In dat plan staat alles wat je ouders over jou geregeld hebben: Wie heeft gezag over jou? Waar verblijf je? Wie betaalt wat voor jou?

Van dat plan maak ik een overeenkomst. Je ouders kunnen de overeenkomst aan de rechter geven. De rechter verandert niets. Hij is tevreden dat je mama en papa zelf hebben beslist, en dat hij niet moet beslissen. De rechter maakt van de overeenkomst een vonnis. Dan moet iedereen doen wat in het vonnis staat.

• *De ouders beslissen met een notaris*

Hallo, ik ben een notaris. Je ouders willen samen zelf beslissen over jou? Dat is niet gemakkelijk. Ik kan hen daarbij helpen. Je mama en papa komen samen naar mij.

Ik vertel je mama en papa wat ze moeten regelen over jou. Ik zeg hen wat allemaal mogelijke regelingen zijn. Ik geef je mama en papa goede raad en zoek samen met hen een goede regeling. Zeg aan je mama en papa wat jij belangrijk vindt. Dan tel je ook mee.

Als je mama en papa een akkoord hebben dan schrijf ik alle regelingen op. In dat plan staat alles wat je ouders over jou geregeld hebben: Wie heeft gezag over jou? Waar verblijf je? Wie betaalt wat voor jou? Van dat plan maak ik een notarisakte. Dan moet iedereen doen wat in de akte staat.

• *De ouders beslissen met twee advocaten*

Hallo, Ik ben een advocaat. Je ouders willen samen zelf beslissen over jou, Dat is niet gemakkelijk. Twee advocaten kunnen hen daarbij helpen. Je mama komt naar mij. En je papa gaat naar een andere advocaat.

Soms is er door de scheiding zoveel verdriet en kwaadheid dat je ouders niet naar elkaar kunnen luisteren en niet samen kunnen werken. Dan kunnen wij in hun plaats naar elkaar luisteren en samen werken.

Ik vertel je mama wat moet geregeld worden over jou, en wat allemaal mogelijke regelingen zijn. De andere advocaat vertelt dit ook aan je papa. Je mama vertelt aan mij wat zij wil. Je papa vertelt aan zijn advocaat wat hij wil. Ik geef je mama goede raad. De andere advocaat geeft goede raad aan je papa. We zoeken samen met hen een goede regeling. Zeg aan je mama en papa wat jij belangrijk vindt. Dan tel je ook mee.

Wij, de twee advocaten, praten met elkaar. Wij zoeken een regeling die aanvaard wordt door je mama en door je papa. Als wij een akkoord hebben gevonden dat je mama en je papa aanvaarden, schrijven we alle regelingen op. In dat plan staat alles waarover je ouders akkoord gaan: Wie heeft gezag over jou? Waar verblijf je? Wie betaalt wat voor jou?

Van dat plan maken wij een overeenkomst. Je ouders kunnen de overeenkomst aan de rechter geven. De rechter verandert niets. Hij is tevreden dat je mama en papa zelf hebben beslist, en dat hij niet moet beslissen. De rechter maakt van de overeenkomst een vonnis. Dan moet iedereen doen wat in het vonnis staat.

• *De rechter beslist*

Hallo, ik ben een rechter. Ik zal je vertellen wat ik doe als je mama en papa geen akkoord hebben over de regelingen.

Soms is er door de scheiding zoveel verdriet en kwaadheid dat je mama en je papa niet naar elkaar kunnen luisteren en niet samen kunnen werken. Ze hebben elk een advocaat. Deze twee advocaten hebben geluisterd naar je mama en je papa. Ze hebben een regeling gezocht die je mama én je papa kunnen aanvaarden. Dat is niet gelukt.

Het mag niet te lang duren vóór de regelingen er zijn. Dat is niet goed voor je mama, niet goed voor je papa en niet goed voor jou en je broer of zus. Als je mama en papa niet kunnen beslissen, dan kan ik beslissen. Dan is er duidelijkheid. Dat is belangrijk. Iedereen weet wat hij moet doen. Dan kan er rust komen.

Ik luister naar de twee advocaten. De advocaat van je mama legt mij uit waarom wat mama wil, het beste is voor jou. De advocaat van je papa legt mij uit waarom wat papa wil, het beste is voor jou.

Als je dat wil dan kan jij mij vertellen wat jij belangrijk vindt. Schrijf mij dan een briefje. Vraag je mama of papa mijn naam en adres. Vergeet je eigen naam en adres niet te schrijven.

Geachte rechter, mijn ouders gaan uiteen. U zal beslissen wanneer ik bij mama ben en wanneer ik bij papa ben. Ik zou u graag zeggen wat ik belangrijk vind. Mag ik met u een gesprek hebben? Bedankt voor uw antwoord.

Als je liever niets aan mij schrijft of zegt dan snap ik dat wel. Kinderen zijn voorzichtig. Zij willen niet kiezen voor mama of voor papa, niet als hun ouders samenwonen en niet als hun ouders apart wonen.

Ik denk na over je mama en papa en jou. En ik vraag mij af: Wat vind ik de beste regeling voor jou en je broer of zus? Dat kan iets anders zijn dan wat je mama of papa willen. Of dat kan zijn wat je mama óf je papa wil. Of het is iets tussenin. Wat ik de beste regeling voor jou vind, vind jij misschien een goede regeling. Of net niet. Toch moet iedereen mijn beslissing aanvaarden.

Bijna altijd beslis ik dat je ouders samen het gezag over jou behouden. Slechts heel zelden beslis ik dat slechts één ouder gezag heeft bijvoorbeeld als een ouder heel erge dingen gedaan heeft.

Ik onderzoek of het voor jou goed is dat je evenveel tijd bij je mama en bij je papa bent. Ik beslis dat je evenveel tijd bij elke ouder bent. Of ik beslis dat je meer tijd bij één ouder bent. Heel af en toe beslis ik dat de ontmoetingen met een ouder gebeuren op een veilige plek.

Ik beslis hoeveel geld een ouder elke maand moet betalen aan de ouder die de betalingen doet. Dit geld noemt men onderhoudsgeld of alimentatie.

Als ik heb beslist wat goed is voor jou dan schrijf ik alle regelingen op. In dat plan staat alles wat ik over jou geregeld heb: Wie heeft gezag over jou? Waar verblijf je? Wie betaalt wat voor jou? Van dat plan maak ik een vonnis. Dan moet iedereen doen wat in mijn vonnis staat.

Soms beslis ik ook over andere dingen dan gezag, verblijf en kosten. Zoals: naar welke school jij moet gaan, of je naar de muziekschool moet, en of je zedenleer of godsdienst volgt. Dat is nodig als je ouders hierover blijven ruzie maken. Ik zorg dan voor duidelijkheid en rust. Je ouders moeten dan stoppen met kibbelen over jou.

• *Jij telt mee!*

Kinderen hebben rechten. Ga eens kijken naar www.kinderrechten.be of naar www.kinderrechtswinkel.be.

Wij hebben het recht onze mening te zeggen over regelingen die over ons gaan. Wil jij zelf beslissen? Dat kan niet. Tot 18 jaar beslissen je ouders of beslist de rechter. Je kan wel meetellen. Als je ouders beslissen: vertel je ouders wat jij belangrijk vindt. Als de rechter beslist: vertel de rechter wat jij belangrijk vindt. En kijk wat ze ermee doen.

Maak een eigen Dit-vind-ik-belangrijk-lijst. Geef jouw lijst aan je ouders. Als je een brief naar de rechter schrijft: steek dan jouw lijst bij de brief.

Wij hebben recht op contact met mama. En we hebben recht op contact met papa.

Kinderen hebben ook plichten. We moeten doen wat in een vonnis van de rechter staat. We moeten naar ons mama gaan. En we moeten naar onze papa gaan. Een rechter beslist bijna nooit dat het niet goed is dat een kind een ouder ontmoet.

Onze ouders moeten voor ons zorgen. Zij moeten ons respecteren. En wij moeten onze ouders aanvaarden als onze ouders. Wij moeten onze ouders respecteren. Wat doen je ouders als je onbeleefd spreekt? Wat doen je ouders als je beleefd spreekt?

Meetellen kan ook zijn: je ouders tonen dat je hen vertrouwt. Zeg: Ik weet dat jullie goede beslissingen over mij zullen nemen.

• **Wetboek**

In het wetboek staat wat iedereen moet doen, mag doen en niet mag doen.

De wet zegt dat de twee ouders gezag hebben over hun kinderen. Ook als ze apart gaan wonen. Ze moeten samen grote beslissingen nemen.

De wet zegt dat alle regelingen over ons verblijf mogelijk zijn. De ouders moeten of de rechter moet de beste regeling kiezen: evenveel tijd bij elke ouder of meer tijd bij één ouder. De wet zegt niet dat een kind evenveel tijd bij elke ouder moet zijn. Een rechter moet wel altijd onderzoeken of evenveel tijd bij elke ouder goed is voor het kind.

De wet zegt dat elke ouder moet betalen voor zijn kind. Ook een ouder die zijn kind heel weinig of nooit ziet, moet betalen. Betalen is een absolute plicht. Met onderhoudsgeld van één ouder moet niet alles betaald worden. De twee ouders moeten eigen geld gebruiken om dingen voor hun kinderen te kopen of te betalen.

De wet zegt: De twee ouders beslissen samen over de nieuwe regelingen of de rechter beslist. En de kinderen tellen mee. De ouders en de rechter moeten rekening houden met hun mening.

De wet heeft liever dat de ouders beslissen dan dat de rechter beslist. De meeste ouders beslissen in een akkoord over de regelingen. De rechter aanvaardt dit akkoord en maakt van dit akkoord een vonnis. De rechter verandert dan niets

aan wat de ouders hebben beslist. Heel af en toe verandert de rechter regelingen omdat ze tegen de wet zijn.

De wet zegt dat iedereen moet doen wat in een vonnis staat. Ook de kinderen moeten dat doen.



JONGEREN

TWEEHUIZEN

Moet je overstappen van één huis naar twee huizen? Een scheiding verandert het leven.

Iedereen moet wennen. Jongeren zijn triest en kwaad als hun ouders uiteengaan. Ze hebben hun eigen gedacht. Wat kunnen ze doen?

Wat verandert?

Een scheiding verandert het leven van partners, van ouders en van kinderen.

Een scheiding verandert de wereld van partners. Je ouders scheiden. Ze waren partners en ze worden ex-partners. Ze zijn geen partners meer van elkaar. Dat is voorbij. Ze kunnen met elkaar niet gelukkig worden. Daarom wonen ze niet meer samen.

Een scheiding verandert de wereld van ouders. Je ouders stappen over van samenwonen naar apart wonen. Zij gaan elk in één huis wonen. Meestal blijft een ouder in hetzelfde huis wonen en verhuist de ander. Je ouders stappen ook over van samen ouder zijn naar apart ouder zijn.

Ze blijven je ouders, maar ze moeten hun ouderschap anders regelen.

En een scheiding verandert jouw wereld. Jij stapt over van één naar twee huizen. Je hebt nu te maken met het huis van je moeder en het huis van je vader. Je bent bij je mama of bij je papa, niet meer bij je ouders samen. Je woont nu eens bij de ene ouder en dan weer bij de andere. Er zijn verschillende regelingen. Je verblijft even lang bij beide ouders. Of je brengt meer tijd door bij de een dan bij de ander.

Veranderingen zijn moeilijk. Je ouders zullen je helpen om aan de veranderingen te wennen. Gewoon worden aan veranderingen heeft tijd nodig. Na een tijdje wordt dat wel makkelijker. Alles komt goed. Je bent niet alleen. Elk jaar

zijn er vele jongeren die meemaken dat hun ouders uiteengaan. Ze worden de veranderingen na een tijdje gewoon. Het zal jou ook lukken.

Wat verandert niet?

Als ouders niet meer samenwonen, blijft iets heel belangrijk hetzelfde. Je mama en papa blijven je ouders. Je mama en papa zijn ze voor het leven. Van je ouders geraak je niet af. Ze blijven je ouders, wat er ook gebeurt. Dat verandert niet als ze apart gaan wonen.

Soms denken kinderen dat ze hun mama of papa kwijt zijn door de scheiding. Dat kan niet. Ouder-zijn gaat nooit voorbij.

Wat verandert wel?

Je leven gaat er anders uitzien. Je hebt nu te maken met twee huizen. Je woont nu eens bij de ene ouder en dan weer bij de andere. Dat is in het begin vervelend, maar je ontdekt ook wat. Misschien een interessante nieuwe buurt en nieuwe mensen.

Sommige veranderingen zijn niet zo prettig.

- Misschien moet jij verhuizen naar twee nieuwe kleinere huizen of appartementen.
- De meeste jongeren vinden het erg als ze van school moeten veranderen. Dan missen ze hun vrienden en vriendinnen.
- Misschien moet je je kamer delen met een ander kind.
- Als je met een valies heen en weer moet sleuren, vergeet je wel eens iets. Je gsm bijvoorbeeld. Een ramp.
- Als je zonder veel uitleg een tijdje een ouder niet ziet, krijg je zorgen.
- Ouders die er alleen voor staan, vragen hun kinderen meer hulp in het huishouden. Bij de afwas bijvoorbeeld.
- De feestdagen zijn minder gezellig dan vroeger omdat niet iedereen van je familie samen is.
- Je ouders hebben minder geld dan voordien. Dat betekent minder nieuwe dingen en als je pech hebt minder zakgeld. Twee auto's onbetaalbaar? Met de fiets in plaats van de auto naar school, ook als het regent!

Sommige veranderingen kunnen je leven verbeteren. Ouders kunnen veranderen als ze niet meer samenwonen. Als je ouders vaak ruziemaakten toen ze nog

samenwoonden en nu niet meer, ben je misschien blij dat die ruzies voorbij zijn. Jongeren hebben last van de conflicten tussen hun ouders. Het is een opluchting als splende ruzies stoppen. Misschien worden je ouders gelukkiger als ze gescheiden zijn. Misschien kan er terug gelachen worden thuis. Misschien krijg je meer cadeaus. Plots kun je een ouder krijgen die meer tijd met je doorbrengt nu hij of zij apart woont. En dat kan prettig zijn.

Partners en ouders

Je ouders zorgen voor jou en voor je zus of broer. Jullie zijn hun kinderen. Je ouders hebben niet alleen hun kinderen. Ze hebben ook elkaar. Ze hebben elkaar heel graag gezien. Zo zijn je zus, je broer en jij er gekomen. Ze wilden samen gelukkig worden. Daarom woonden ze samen. Wanneer partners samenwonen en kinderen hebben, hopen ze voor altijd samen te blijven. Maar soms zijn er problemen.

Iemand die iets niet meer is, is een ex. Zo zijn er ex-partners. Je ouders waren een koppel. Ze waren partners. Nu zijn ze ex-partners. Ze zijn geen partners meer van elkaar. Dat is voorbij. Ze zijn geen koppel meer. Ze zijn met elkaar niet meer gelukkig. Daarom wonen ze niet meer samen. Maar ze blijven wel mama en papa. Ex-ouders bestaan niet.

Misschien zijn jouw ouders een vrouw en een vrouw, of een man en een man. Zij kunnen ook partners zijn en ex-partners worden maar geen ex-ouders.

Een nieuwe partner, nieuwe kinderen

Heeft je papa een nieuwe vriendin? Of heeft je mama een nieuwe vriend? En heeft de nieuwe partner kinderen uit een vorige relatie? Hoe stelt je mama of papa de nieuwe partner voor? Hoe wil hij of zij dat je omgaat met die nieuwe partner? Hoe wil je zelf omgaan met de nieuwe partner? Wat mag of zal je zeggen? Wat mag of zal je niet zeggen? Het is allerminst vanzelfsprekend dat de nieuwe partner een nieuwe ‘moeder’ of ‘vader’ voor jou zou of zal zijn. Je hebt tenslotte een vader en een moeder.

Misschien ben je in het begin best wat afwachtend. De nieuwe partner vervangt niet je moeder of je vader maar zal wel samenwonen met papa of mama. De nieuwe partner zal andere gewoontes hebben. Misschien heeft hij of zij een andere manier van koken of een andere manier van orde maken. Misschien leest

hij of zij minder of meer, werkt hij of zij minder of meer in de tuin, of helpt hij of zij minder of meer bij je huistaken. Misschien 'moeit' hij of zij zich minder of meer. Wat doet de nieuwe partner echt goed met jou? Waar vindt je dat hij of zij te anders doet dan... je mama of je papa? Misschien merk je op termijn hoe de nieuwe partner voor je moeder of vader een steun kan zijn, ook praktisch zoals samen een auto of een huis kopen.

Hoe stelt je mama of papa de kinderen van de nieuwe partner voor? Als de nieuwe kinderen jonger of ouder zijn dan jij bent, dan verandert jouw plaats. Misschien ben je plots niet meer 'het oudste kind'. Of word je plots niet meer 'het jongste kind'. Hoe anders is het om 'het middelste kind' te zijn?

Als er een nieuwe partner met kinderen is dan ontstaat er onwennigheid. *Moeten wij ons huis verlaten en gaan wij in een huis met vreemde kinderen wonen, in hun huis? Of komen zij in ons huis wonen en moeten wij onze kamer delen met vreemde kinderen? Of gaan we allemaal in een nieuw huis wonen? Moet ik mijn papa of mijn mama delen met vreemde kinderen?* Natuurlijk is niet alles een probleem. Nieuw samengestelde gezinnen zijn ook regelmatig echt héél gelukkig.

Is er een nieuw kindje van mama/papa met een vreemde man/vrouw op komst? Stel veel vragen over het toekomstige halfbroertje of halfzusje.

Gezinnen en gezinnen

Heb jij nu nog een gezin? En waar woont jouw gezin, in welk huis? Kan een gezin in twee huizen wonen? Woon je voortaan in twee eenoudergezinnen? Heb je dus vanaf nu twee gezinnen? Bij welk gezin hoor je dan? Wat is een gezin eigenlijk? Het hangt ervan af hoe je het bekijkt. Een gezin kan verschillende betekenissen hebben.

Er zijn gezinnen en gezinnen. Kinderen hebben verschillende gezinnen. Er zijn kinderen van wie de ouders samenwonen en er zijn kinderen van wie de ouders apart wonen. Er zijn gezinnen waarin twee ouders met al hun kinderen samenwonen. Er zijn gezinnen met twee moeders of twee vaders. Er zijn gezinnen waarin een ouder alle zorg op zich neemt. Er zijn ingewikkelde gezinnen waarin nieuwe partners samenwonen met kinderen uit een vorige relatie. Kinderen kunnen een thuis, 'een gezin' hebben op verschillende plekken. Kinderen kunnen een grote familie en twee gezinnen hebben...

Wat voel je?

Jongeren zijn verdrietig en boos als hun ouders uiteengaan. Je kan droevig zijn en dan opeens kwaad. Soms ben je triest en ben je óók kwaad. Tegelijkertijd! Jij hebt tenslotte niet om die scheiding gevraagd. Zij doen jou wat aan met hun scheiding. Je kan voelen dat je boos bent op de ouder die verhuist. Als je moeder of vader heel verdrietig is dan word jij ook verdrietig, of kwaad. Het is niet erg om verdrietig of kwaad te zijn. Onthoud vooral dat er geen goede of slechte gevoelens zijn. Jij bent niet lastig. De scheiding is lastig.

Misschien maakt de scheiding je extra wild en cool. Of net niet. Of van buiten niet maar van binnen des te meer. Dingen zijn niet altijd zegbaar. Je kan je verward voelen. Je piekert. Je moet aan van alles denken. Je maakt je zorgen. Wanneer zie ik mijn vader terug? Wie brengt er mij op tijd naar school? Zal ik nog elke week kunnen voetballen? Heb ik nog genoeg beltijd? Waar zal ik mijn verjaardag vieren? Wat gebeurt er met mijn kamer als ik er niet ben? Wat moet ik mijn vrienden vertellen en wat zullen zij denken? Zo zijn er duizend vragen in je hoofd.

Misschien ben je bang. Wat gaat er met mij gebeuren? Je kan weemoed hebben omdat het oude vertrouwde weg is. Je kan je schuldig voelen. Heb ik iets verkeerd gedaan? Mag ik mij wel opgelucht voelen nu ik niet meer in die ruzies zit? Je bent prikkelbaar en pissig met je vrienden. Je bent misschien een tijdje down. Je hebt in niks zin. Of je wordt op ongepaste momenten heel sentimenteel (heel vervelend is dat). Je kan erg overstuur zijn als je een ouder hoort wenen. Misschien mis je de ouder die niet bij jou is ook al zie je hem of haar elke week. Gewone dingen vind je 'onredelijk' rottig (natuurlijk heb jij je redenen maar de mensen begrijpen ze niet). Misschien heb je heimwee naar de gezellige familiefeesten van vroeger. Je kan voelen dat je een ouder verdriet doet als je het leuk vindt bij de andere ouder. Misschien hoop je dat je ouders terug gaan samenwonen...

Het kan voelen alsof je moet kiezen voor de ene ouder tegen de andere ouder. Dat is moeilijk want je wil goed doen voor mama én voor papa.

Hoe je beter voelen?

Je voelt wat je voelt. Soms ben je overweldigd door gevoelens. Je kan dan van alles doen om je beter te voelen. Je zal het merken: spreek over wat je ondervindt – niet eenmaal maar dikwijls – en je voelt je beter. Je laat stoom af,

het ontspant en je ordent je gedachten waardoor je minder overdonderd bent. Spreek met iemand die je vertrouwt. Wat is er aan de hand? Wat spookt er door je hoofd? Waarover pieker je allemaal? Wat heeft je zo geraakt? Bel naar een vriend of vriendin. Of vraag tijd van je ouders.

Als je erg kwaad bent op je ma of je pa dan helpt roepen, schelden en tieren niet. Je weet wel dat je kwaadheid dan alleen maar erger wordt. (Bovendien moeten kinderen hun ouders respecteren, net zoals ouders hun kinderen moeten respecteren.) Als je niet uitlegt wat je zo geraakt heeft en boos maakt, kan je ma of pa geen rekening houden met je kopzorgen. Wat doen je ouders als je hen brutaal aanspreekt? Wat doen je ouders als je hen beleefd aanspreekt? Probeer je last onder woorden te brengen zodat je pa of ma je kan begrijpen.

Wat als je zo kwaad bent op je ma of pa dat je niet zonder roepen kan spreken? Als je overstuur bent, doe dan iets wat je kalmeert: luister naar muziek, ga lopen of bel naar een vriend of een vriendin... Zoek uit wat je zo radeloos of kwaad maakt. Schrijf op wat je dwars zit. Geef je ma of pa een brief met wat uitleg. Het doet deugd te schrijven over wat je bezighoudt. Schrijf op losse blaadjes of in een (gsm)dagboek over je gevoelens en waar ze vandaan komen. Achteraf pieker je minder. Gedichten of tekeningen maken kan ook helpen. Laat soms zien wat je geschreven of gemaakt hebt.

Als je een ouder mist, kan je dingen doen waardoor je je samen voelt. Je kan een foto in je zak steken en af en toe kijken. Je kan een sms'je of een mailtje sturen.

Als je triestig bent, kan wenen je rustiger maken. Sommige jongeren wenen veel. Dat lucht op. Andere jongeren wenen weinig of niet. Zij kiezen voor actie: gaan sporten of kletsen en plezier maken met hun vrienden. Veel bewegen is goed. Net zoals samen dingen doen met je vrienden, je uitleven, naar een feestje gaan. Door je te amuseren loop je niet weg van je problemen. Na een prettig moment voel je je sterker en kan je beter omgaan met de last die de scheiding je bezorgt.

Blijf doen wat je graag doet. Gaan fietsen, gaan zwemmen, voetballen, naar de jeugdbeweging, de film of de judo gaan. Lees boeken of luister naar muziek. Speel je graag piano? Speel veel piano. Ga je graag wandelen met je hond? Doen! Als je terug thuis komt ben je rustiger.

Je doet al die dingen? En toch voel je je nog niet beter? Wat ondervind je dat je rustiger maakt, dat je troost geeft waardoor je nadien weer sterker verder kunt? Het kan deugd doen even alleen te zijn, op een geheime eigen plek. Of keiharde muziek draaien, gaan dansen, zachte muziek beluisteren, telefoneren of mailen naar een vriend of vriendin...?

Get organized

Overzicht in je leven. Het helpt! Duid elke maand op een kalender aan wanneer je bij wie bent. Zo stel je het ook meteen vast als er iets niet klopt. Je moet woensdag naar een feestje van de tekenles maar je bent niet in de buurt? Bespreek het probleem tijdig met je ouders. Dan kunnen ze misschien iets regelen op een manier die iedereen past.

Maak een lijst van alle dingen die je nodig hebt bij je moeder en bij je vader, en die je telkens heen en weer wil nemen. Kijk bij elke overgang op je lijst dan ben je zeker dat je niets vergeet. Vertel je ouders wat je graag in beide huizen hebt zodat je niet te veel moet sleuren.

Maak je twee plekken gezellig. Op je eigen tempo. Vraag de hulp van je ouders. Zeg hen wat je nodig hebt om je plek of je kamer leuk in te richten (zoek goedkope hebbedingen, je ouders hebben door de scheiding minder geld). Verhuis enkele dingen van je eerste huis naar je tweede huis. Dan ben je daar stap voor stap ook thuis.

Als je meer tijd doorbrengt in het ene huis dan in het andere, voelt het in het begin wat raar om in het andere huis bij de andere ouder te verblijven. Dat went. Vraag die ouder dingen te doen die je graag samen doet. Blijf de dingen doen die je vroeger deed. En probeer nieuwe dingen uit. Misschien is er een zwembad in je nieuwe buurt en kun je meer dan vroeger samen gaan zwemmen...

Hebben de twee huizen een andere levensstijl? Dan moet je de verschillen gewoon worden. Misschien vind je al die variatie na een tijdje wel spannend en interessant. Maar als je nieuwe regels of het verschil met het andere huis niet gewoon wordt, zeg het. Dan kan je ouder dingen veranderen zodat je je beter voelt.

Veel jongeren missen de ouder die niet bij hen is. Vraag een bijzonder dingetje dat je altijd bij je kan hebben. Spreek af dat je elkaar regelmatig telefoneert of

sms't. Stuur een mailtje met het nieuws van de dag. Vraag je ouders hoe zij er zullen voor zorgen dat je regelmatig contact hebt met de ouder die niet bij je is. Kunnen ze je beltijd wat verhogen?

Misschien treur je omdat je de vaste familiefeesten kwijt bent. Misschien komen er nieuwe tradities. Vraag je ouders wat ze van plan zijn met Kerstmis of met het Suikerfeest of op verjaardagen. Wil je elk jaar twee maal met elke ouder apart je verjaardag vieren? Of liever eenmaal ergens op een 'neutrale' plek met je twee ouders en al je vrienden en familieleden? Is dat voor iedereen haalbaar? Of is het beter afwisselend een jaar bij mama of bij papa? Bespreek met je ouders ook tijdig de vakantieplannen.

Vraag je ouders dat zij aan de schooldirecteur zeggen dat ze gaan scheiden. Dan kunnen ze meteen ook je verblijfsregeling en nieuwe adres(sen) meedelen. Bespreek op voorhand met je ouders welke afspraak ze met de school zullen maken over schoolvergaderingen en rapporten. Sommige scholen maken twee uitnodigingen en twee rapporten. Gaan je ouders samen of elk apart of elk om beurt naar een schoolvergadering?

Wat kan je doen?

Je ouders hebben beslist dat ze apart gaan wonen of ze wonen al apart. Je piekert erover. Je wil iets doen. Wat? Je hoofd zit vol. Je moet erover spreken, over wat je bezig houdt. Wie kan je vertrouwen? Hoe begin je een gesprek?

Je hebt veel vragen. Stap ermee naar je ouders. Stel ze je vragen. Er zijn vele redenen waarom ouders beslissen uit elkaar te gaan. Waarom scheiden jouw ouders? Als je dat weet dan pieker je minder. Stel je ouders ook vragen over je verblijfsregeling.

Je hebt een mening over wat er gebeurt. Je wil dat je ouders je mening kennen. Jij telt immers mee!

Erover spreken

Spreek over wat je bezig houdt. Dat doet deugd. Je voelt je minder alleen. Je piekert minder. De meeste jongeren willen vooral met hun ouders praten. Soms zijn ouders zo overstuur dat ze niet kunnen luisteren. Dan merk je dat erover spreken het nog erger maakt. Spreek dan met een vriend of vriendin, of met de mama of de papa van een vriend of vriendin. Of met iemand anders die begrijpt

dat je last hebt van de scheiding. Als er niemand in je buurt is om waarmee je kan praten, kan je telefoneren naar iemand van je familie die je graag ziet. Is er iemand bij wie je je verdriet kwijt kunt?

Als je niemand vindt die je kent en die je vertrouwt, bel dan naar 102 van de kindertelefoon www.kjt.org. Dan kan je spreken zonder dat iemand verder zegt wat je vertelt.

Als een rechter beslist over je verblijfsregeling, kun je - als je dat wil - je bekommernissen en je mening zeggen aan die rechter. (De meeste ouders beslissen zelf over de verblijfsregeling van hun kind, niet een rechter.)

Op sommige momenten wil je niet dat iemand er met jou over spreekt, geen volwassene en geen vriend. Je wil dat iedereen je gerust laat. Dan wil je gewoon muziek beluisteren, wat hangen, rommelen of ongestoord huilen zonder dat iemand je vraagt waarom. Je kan er nadien over spreken.

Met wie zou je willen spreken?

- ***je ouders***

Vertel je ouders wat je bezig houdt. Dan kunnen ze rekening houden met wat je zegt. Als je spreekt dan tel je mee. Zeg dat je verdrietig bent of kwaad. En waar dat mee te maken heeft. Je kan zeggen: *‘Het doet mij verdriet dat jullie tegen elkaar roepen. Ik kan er niet van slapen’*. Soms durf je niet zeggen dat je droevig bent omdat je ouders opgelucht zijn omdat zij niet meer samenwonen. Zeg het toch maar. En kijk wat ze ermee doen.

Het kan echt lastig zijn om in twee huizen te wonen. Je zit met twee aparte huizen met twee aparte verhalen. Zouden je ouders dat snappen? Zeg: *‘Ik kan niet altijd wat ik in het ene huis meemaak, meenemen naar het andere huis. Dat vind ik spijtig.’*

Als ouders apart gaan wonen zijn ze meestal heel druk bezig. Ze moeten een hoop dingen regelen. Het lijkt soms alsof ze voor jou geen tijd hebben. Kijk naar je ouders. Wanneer zijn ze rustig? Wanneer hebben ze wat tijd? In de auto is dikwijls een goede plek om een gesprek te beginnen. Maar bijvoorbeeld niet als je gehaast onderweg bent naar school.

Je ma of pa zal soms goed luisteren en goed door hebben wat je zegt. Soms niet. Als je merkt dat ze niet luisteren, zeg: *‘Ma of pa, je luistert niet. Ik wil iets*

zeggen.’ Als je ma of pa aarzelt of geen tijd heeft, probeer de volgende dag nog eens uit te leggen wat je ongerust maakt.

• *je vriend of vriendin*

Sommige dingen zeg je gemakkelijker aan je vrienden dan aan je ouders. Als je beste vriend ook twee huizen heeft, is het misschien hip elkaar te vertellen over de leuke en minder leuke kanten. Wonen de ouders van je beste vriend of vriendin samen? Je moet niet verlegen zijn. Vertel over wat er met jou en je gezin gebeurt. Je vriend of vriendin zal waarschijnlijk niet helemaal begrijpen waarover het gaat maar er verandert veel, ook voor jou en je vrienden. Je kan zeggen: *‘Ik krijg twee huizen. Kom je ook naar mijn nieuwe huis? Ken je die buurt?’* Of zeg: *‘Mijn ouders gaan apart wonen. Daarom kan ik niet meer naar de dansles komen. En ik loop daar veel over te piekeren.’*

Natuurlijk hoef je niet onmiddellijk alles aan iedereen te gaan vertellen. Neem de tijd die jij nodig hebt. Je kan over je nieuwe situatie aan één vriend of vriendin vertellen en dan aan een andere. Je kan alles ineens vertellen of je kan in het begin niet te veel zeggen. Misschien kies je best een rustig moment waarop jullie een tijdje alleen zijn. Dan moet je je geen zorgen maken over anderen die meeluisteren of over de schoolbel die het gesprek afbreekt.

Zijn vrienden er om leuke dingen mee te doen? Als je spreekt over de veranderingen in je leven dan kunnen ze begrijpen waarom je soms moeilijk doet of slechtgezind bent.

• *je broer of zus*

Heb je een broer of zus? Vraag: *‘Vind jij die scheiding ook zo erg?’* Heeft iemand er meer of minder last van? Wat doet je broer of zus om zich te troosten?

• *iemand van je familie*

Heb je een familielid met wie je over alles kan spreken? Iemand die blijft luisteren zelfs als je heel boos bent. Iemand die je niet uitlacht. Is er iemand van jouw familie die je vertrouwt? Je oma of je opa of een nonkel of een tante? Je kan proberen met: *‘Oma, ik vind het niet leuk dat er ruzie in de familie is.’*

Ook de mama of papa van een vriend kan iemand zijn die je vertrouwt zoals een familielid.

• *iemand van je school*

Aan een leerkracht die je vertrouwt kan je zeggen: *‘Mevrouw, er zijn problemen thuis en daarom let ik niet goed op.’* Zeg dat je ouders apart gaan wonen. Dat je niet goed slaapt, dat je moe bent. Als je liefst zelf bepaalt wie wel en wie niet weet dat je ouders uiteengaan, zeg dan: *‘Ik wil liever niet dat je het aan mijn klasgenoten vertelt.’*

Je kan spreken met de begeleider van het CLB van je school. Het CLB is het Centrum voor Leerlingenbegeleiding. Het werk van de begeleider is om goed te luisteren naar kinderen en jongeren. Een begeleider ondersteunt gezinnen. Vraag je ouders of ze het goed vinden dat je een gesprek vraagt met de begeleider van het CLB.

Vragen stellen

Als je weet wat er in je gezin gebeurt en waarom, hoor je bij je gezin. Dat is een goed gevoel. Als je twee huizen hebt dan is het ingewikkelder dan als je één huis hebt. Dan moet je meer vragen stellen. Stel veel vragen aan je ouders. Dan weet je waarom er zoveel verandert.

Jongeren willen weten waarom hun ouders uiteengaan. Er zijn vele redenen om niet meer samen te wonen. Ze zijn allemaal waar. Behalve één. Jongeren denken soms dat het hun schuld is dat hun ouders scheiden. Dat kan natuurlijk niet. Kinderen bezorgen ouders wel eens last (soms veel last, maar je weet wel dat dat normaal is) maar kunnen niet de schuld zijn van een scheiding tussen partners.

Als je weet waarom je ouders scheiden pieker je daar minder over. Vraag je ouders waarom zij scheiden. Vele ouders vinden het moeilijk om hun kinderen te vertellen waarom zij uit elkaar gaan. Vraag toch door tot je een verhelderend antwoord krijgt. Zorg ervoor dat je een uitleg krijgt waar je mee verder kunt. Een uitleg die voldoet voor jezelf en die je – al dan niet volledig – aan vrienden kunt vertellen (vrienden of vriendinnen hoeven niet alles te weten). Een korte, heldere, eenvoudige verklaring in algemene woorden is goed. Ook een lange uitleg die bijzondere gebeurtenissen voor jou verheldert, is goed. Vraag geen details die jouw zaken niet zijn. Als je mama of papa dingen wil vertellen die jou niet aangaan, zeg dan dat je hun zaken liever niet wil weten.

Stel je ouders ook vragen over je verblijfsregeling. Dan weet je waarom je zo heen en weer moet verhuizen. Kinderen wisselen op allerlei manieren van huis. Er is geen vaste regel. Soms gaan ze zó heen en weer dat ze evenveel tijd doorbrengen bij elke ouder. Meestal zijn ze meer bij mama dan bij papa. Enkele kinderen moeten niet wisselen van huis omdat hun ouders wisselen van huis. Dat kan ook. Eigenlijk zijn alle regelingen mogelijk. Sommige jongeren zien het wel zitten, hun regeling. Voor anderen is het sakkeren van het ene huis naar het andere, toch in het begin. Met de tijd worden ze de regeling meestal gewoon. Je kan de regeling beter aanvaarden als je weet hoe die regeling er is gekomen.

• *Waarom scheiden ouders?*

Dat is niet de goede vraag. Ouders kunnen apart gaan wonen maar ze kunnen niet scheiden. Ex-ouders bestaan niet. Partners kunnen wel scheiden. Waarom scheiden partners? Waarom worden partners ex-partners? Ze kunnen samen niet gelukkig worden. Daarom scheiden partners.

Wanneer partners samenwonen en kinderen hebben, hopen ze voor altijd samen te blijven. Maar soms zijn er problemen. Meestal doen ze heel erg hun best om hun problemen op te lossen zodat ze kunnen samenblijven. Het is geen gemakkelijke beslissing om uit elkaar te gaan. Er zijn vele redenen om te scheiden.

Ze zien elkaar niet meer graag. Of ze zien elkaar toch nog graag maar hebben altijd ruzie. Soms lukt het samen gewoonweg niet meer. Hun geduld met elkaar is op. Ze verdragen elkaar niet meer. Ze kunnen niets meer samen doen. Of iemand is erg veranderd. Of ze zijn alle twee erg veranderd. Ze zijn uit elkaar gegroeid. Ze denken heel anders. Ze kunnen het over niets meer eens geraken en maken over alles ruzie.

Dat herken je wel. Je hebt wel eens een vriend of vriendin gehad met wie het niet meer zo leuk was als in het begin. Omdat je in andere dingen geïnteresseerd raakte. Of misschien zagen jullie elkaar nog wel graag maar hadden jullie altijd ruzie. Zo beslissen ook jongeren van elkaar weg te blijven.

Als partners merken dat ze elkaar niet meer graag zien dan worden ze alle twee bedroefd en soms ook kwaad. Soms wordt de een dan verliefd op iemand anders, soms alle twee. Een verliefdheid komt er niet zomaar.

• *Waarom scheiden jouw ouders?*

Jongeren zijn erg kritisch en geven hun ene ouder vaak meer gelijk dan hun andere. *Mama is een zeur, ik begrijp papa dat hij wegging. Of Papa heeft een vriendin, ik begrijp mama dat ze wil dat papa weggaat.* Is het zo eenvoudig?

Soms ligt een scheiding in het verlengde van vele ruzies en ongelukkige periodes. Dan is de reden duidelijk. Soms lijkt het of een scheiding onaangekondigd uit de lucht valt. Als alles koek en ei leek dan is het moeilijk te begrijpen waarom je ouders uiteengaan. Misschien is het voor je ouders ook niet zo duidelijk en kunnen ze je moeilijk antwoorden als je vraagt ‘*Waarom?*’.

Welke uitleg geven je ouders aan jou? Het is gemakkelijk als je ouders allebei dezelfde uitleg geven zonder elkaar te beschuldigen. Een uitleg die jij herkent. Ze zeggen bijvoorbeeld dat ze veel voor elkaar gedaan hebben maar dat ze niet bij elkaar pasten. Ze vinden andere dingen leuk. Met zo’n echte uitleg kom je niet onder druk om partij te trekken. Zo’n uitleg kan je ook gemakkelijk aan je vrienden en vriendinnen vertellen.

Geeft je moeder een andere uitleg dan je vader? Dat kan verwarrend zijn maar het mag wel. Het is normaal dat je vader er anders over denkt dan je moeder. Er zijn vele manieren van kijken. Verschil bestaat en mag er zijn.

Misschien bewaken je ouders hun privacy. Dan vertellen ze je niets wat je volgens hen niet hoeft te weten. Stel zelf ook geen vragen over dingen die je eigenlijk liever niet wil weten. Wat zijn hun zaken en wat zijn jouw zaken? Maak duidelijk wat je wel en wat je niet wil weten.

Als een ouder je allerlei lelijke dingen over de andere ouder wil vertellen die je niet wil horen, zeg dan dat het je kwetst om dat te aanhoren. Vraag dan dat niet te doen. Scheidende partners maken elkaar dikwijls zwart. Doe je oren toe. Meestal gaat die periode voorbij.

Als ouders heel moe zijn dan kunnen ze ongedurig zijn en jou ook de schuld geven. Natuurlijk ben jij niet altijd een engel. Maar jij bent niet de reden waarom je ouders scheiden. Je hebt geen schuld aan de scheiding. Het is niet jouw schuld. En je moet je ouders niet terug samen brengen door extra je best te doen. Het is ook niet jouw schuld als een ouder zegt of roept dat hij of zij je (een tijdje) niet meer wil zien. De scheiding is lastig.

Het is niet zo eenvoudig. Er zijn dingen die je pas jaren na de scheiding snapt. Sommige dingen zal je misschien nooit snappen. Waarom hebben mijn ouders tegen elkaar gelogen? Waarom zijn mijn ouders ooit op elkaar verliefd geworden? Sommige vragen blijven onbeantwoord.

• **Waarom moet jij zo heen en weer?**

De meeste jongeren hebben geen echt probleem met de verblijfsregeling (ze hebben meer last van kwaadspreken). Toch wordt er gesakkerd over het heen en weer gaan. Heb jij een hoofdvverblijf bij je moeder en ga je regelmatig naar je vader? Vind je wonen bij je moeder een plicht? *Ik moet bij mijn moeder wonen.* Vind je de tijd bij je vader een gunst? *Vader mag blij zijn dat ik elk weekend naar hem ga.* Of heb je verblijfsco-ouderschap en moet je elke week je valies maken? Waar komt jouw verblijfsregeling eigenlijk vandaan? Als je niet begrijpt hoe de regeling er gekomen is, vraag het aan je ouders. Luister goed wat ze antwoorden en zet je kritische bril op. Probeer je ouders te begrijpen en probeer ervoor te zorgen dat zij jou begrijpen.

De meeste ouders beslissen zelf (en niet een rechter) over de verblijfsregeling van hun kind. Als de ouders beiden van in het begin dezelfde regeling verkiezen is de beslissing snel genomen. Als de ouders andere voorkeuren hebben is het veel moeilijker om samen te beslissen. Ouders onderhandelen soms lange tijd over de regeling. Vele ouders maken er ook ruzie over. Na veel misverstanden en gepalaver vinden de meeste ouders uiteindelijk wel een akkoord.

Vraag je ouders waarom zij voor jouw verblijfsregeling hebben gekozen. Misschien werkt je vader in ploegen. En dan ben je daarom bij hem op de dagen dat hij niet moet werken. Vele ouders vinden het goed dat moeder meer tijd voor de kinderen zorgt dan vader. Dan woon je meer bij je moeder dan bij je vader. Of misschien is het nieuwe appartement van je papa te klein om lange tijd met veel samen te wonen. En ben je daarom enkel voor korte tijd in de woning van je papa. Is het bij jou omgekeerd? Woon je meer bij papa dan bij mama? Waarom? Misschien woont je vader dichterbij je school of heeft hij meer tijd om je huiswerk na te kijken. Misschien heeft je moeder nu een hele drukke job en vertrouwt ze je vader. Of er is een andere reden...

Alle verblijfsregelingen zijn mogelijk. Eenmaal de regeling beslist is, is het nodig dat iedereen de regeling aanvaardt. En iedereen moet zijn best doen om ervoor te zorgen dat de regeling goed loopt. De meeste jongeren vinden het geruststel-

lend dat de regeling later kan veranderen, als de omstandigheden veranderen, als de relaties veranderen, als hun ouders of zichzelf veranderen. Vraag je ouders om af en toe te evalueren. Wat loopt goed? Wat loopt minder goed? Dan kan de regeling tijdig bijgestuurd worden.

• *andere vragen*

Vraag je ouders ook hoe zij andere zaken geregeld hebben. Weet je dat je beide ouders voor jou moeten betalen? Ook een ouder die je niet dikwijls ziet, blijft toch voor jou betalen. Dat moet. Waarom betaalt de ene ouder meer dan de andere? Meestal omdat het inkomen van de ene groter is dan van de andere. Zo kan het zijn dat je papa meer buitenshuis werkt waardoor hij meer geld voor jou heeft. En als je mama minder buitenshuis werkt, heeft zij daardoor waarschijnlijk meer tijd voor jou. Maar misschien is het bij jouw ouders helemaal anders...

Je ouders hebben allicht nog andere dingen geregeld waarover je graag wat uitleg krijgt. Waarom verhuist mama en waarom niet papa? Waarom neemt papa de wasmachine mee? Waarom mag de pc niet in het huis van mama blijven staan? Waarom betaalt mama je gsm-kaart en waarom papa niet?

Als je ouders geen akkoord vinden dan beslist een rechter over je verblijf en over de kosten. Dan hebben je ouders elk een advocaat. De rechter moet regelingen kiezen waarvan hij denkt dat die in jouw belang zijn. Je ouders krijgen meestal weinig uitleg van de rechter. Je waarom-vragen zullen ze dan niet altijd kunnen beantwoorden.

• *een vragenlijst*

Als je dingen wil weten, vraag het. Schrijf al je vragen op. Maak een eigen vragenlijst. Durf je ouders de vragen te stellen. En kijk wat ze ermee doen. Doe het op jouw manier. Rechttoe rechtaan of heel voorzichtig. Alles ineens of beetje bij beetje. Mondeling of schriftelijk. Stel vragen aan beide ouders samen en/of aan elk apart.

FAQ

- **Waarom scheiden jullie?**
- **Waarom hebben jullie die verblijfsregeling gekozen?**
- **Kan de regeling veranderen?**
- **Wie betaalt mijn kleren?**

FAQ (vervolg)

- Wie betaalt mijn belgeld?
- Moet ik mijn kamer delen met vreemde kinderen?
- Hoeveel zakgeld krijg ik van wie wanneer?
- Wat mag ik met mijn zakgeld doen?
- Aan wie moet ik geld vragen voor nieuwe kleren?
- Wie woont nog bij ons?
- Wanneer zal ik nonkel Pol nog zien?
- Zal ik met mijn zus samenblijven?
- Kan ik mee bepalen wat er tijdens de weekends gebeurt?
- Kan ik nog gaan voetballen?
- Waarom kan mijn vriend niet meer komen logeren?
- Hoelang blijft papa hier nog wonen?
- Wanneer zie ik papa terug?
- Moet ik verhuizen?
- Gaat mijn broer mee?
- Heb ik nog een eigen kamer?
- Waarom moet ik van school veranderen?
- Zal ik oma nog zien?
- Kan ik nog naar de jeugdclub gaan?

Meetellen

Meetellen is niet hetzelfde als beslissen. Je ouders beslissen. Of de rechter beslist. Jij telt mee. Als je meetelt, dan hoor je bij je gezin (of bij je familie, hangt ervan af hoe je het bekijkt). Dat voelt goed.

Je ouders zijn van alles aan het regelen. Jij hebt ook iets te zeggen. En je wil iets zeggen. En je kan ook iets zeggen. Je kan niet mee beslissen of je ouders scheiden of niet, of ze samenwonen of apart wonen. Een scheiding is iets dat je ouders je aandoen. Maar je kan wel meetellen in hoe je verhuizen geregeld worden. Zeg je ouders wat je belangrijk vindt en wat je prettig en niet prettig vindt. En vooral: kijk goed wat ze ermee doen. Hebben ze aandacht? Merken ze dat je iets belangrijks zegt of wil zeggen?

Vragen je ouders zelf jouw gedacht over de reorganisatie van je gezin? Zo tonen ze dat ze met jou rekening houden. Jongeren vinden het cool als hun ouders hen vragen wat zij belangrijk vinden. Toch zeggen ze dan niet altijd veel. Ze weten niet goed hoe ze hun gedacht kunnen zeggen zonder de indruk te geven dat ze

kiezen voor hun mama of voor hun papa. Ze willen niet kiezen voor mama of voor papa. Of misschien weten ze hoe moeilijk het is om een regeling te maken die iedereen goed vindt. Ze vertrouwen erop dat hun ouders wel een goede beslissing zullen nemen. Maar ze zijn toch blij als hun ouders hun gedacht vragen. En als ze aandachtig luisteren zonder kwaad te worden.

Wat wil jij je ouders zeggen? Als je voorzichtig wil zijn (daar heb je redenen voor) en als je liever niet met je mond vol tanden staat, ga dan niet onvoorbereid te werk. Ga voor je pc zitten en bedenk de meest persoonlijke, doortastende, originele mededelingen aller tijden. Je kan ook gewoon lui zijn en uit de voorbeeldijsten onthouden wat bij jou aanslaat. En nadien in actie schieten. Wat zijn VVM, veel voorkomende mededelingen?

• *een belangrijk-lijst*

Beste ouders, dit vind ik belangrijk:

- Mijn vrienden!
- Genoeg belwaarde
- Mijn kamer!
- Met mijn broer samenblijven
- Nonkel Charles
- Gesloten gordijnen in mijn kamer
- Mijn jeugdclub elke zaterdagavond
- Gezellige feestdagen zonder geleuter
- Zachte lakens
- Veel telefoneren naar mijn vriendin!
- Genoeg kledinggeld
- Veel alleen gelaten worden
- Op reis gaan
- Elk jaar op kamp gaan met de scouts
- Mijn dansles blijven volgen
- Mijn verjaardagsfeest
- Niet veranderen van school
- Wel veranderen van school
- Een echt bed, geen matras op de grond a.u.b.
- Mijn oma veel blijven zien!
- Op zaterdagvoormiddag bij papa zijn om te gaan voetballen
- Mijn kamer voor mij alleen! (als het moet met mijn zusje)
- Een korte scheiding a.u.b.

- Zelf kiezen wat ik in de zomervakantie ga doen
- Een eigen plekje in de twee huizen!!
- Dicht bij elkaar blijven wonen
- Veel alleen zijn met mijn papa zonder zijn vriendin
- En als mijn mama ook een vriend krijgt ook zonder háár vriend
- Genoeg zakgeld!!!!!!
- Mijn vriendin uitnodigen in een proper huis
- Spannende boeken!!
- Mijn chiro!
- Op voorhand weten welk weekend ik bij mama ben en welk weekend bij papa
- Kunnen telefoneren en mailen naar de ouder die niet bij mij is

• *een valies-lijst*

Beste mama en papa, deze dingen wil ik altijd bij mij hebben en dus heen en weer laten gaan: (Ik wil niet dat mijn valies een hele dag op school staat, enkel als het echt, echt niet anders kan.)

- Mijn lievelingskleren
- Mijn gsm, mijn gsm, mijn gsm, mijn gsm
- Mijn leesboek
- Mijn gameboy
- Mijn hond
- Niet te veel
- Mijn mp3-speler
- Mijn lievelingscd's
- Mijn iPod die ik zal krijgen (hoop ik)
- Mijn bedknuffels
- Een herinnering van toen jullie nog samenwoonden
- Mijn blokfluit
- Mijn speciale cadeautjes
- Mijn fotoboekje

• *een dubbel-lijst*

Dierbare ouders, deze dingen wil ik graag in het huis van mama en in het huis van papa, zelfs al weet ik dat het niet allemaal kan omdat het te duur is:

- Genoeg ondergoed
- Veel schrijfgerief

- Twee goede haarkammen
- Twee goede voetballen
- Twee tandenborstels plus een reserve
- Twee piano's (door jullie scheiding kan ik nu minder spelen!)
- Propere pyjama's
- Twee computers (ik zit nu een hele week zonder!)

- ***een doe-lijst***

Beste ouders, deze dingen wil ik graag met jullie doen:

- Met ma, en met pa: lekker niets doen, tv kijken
- Mijn verjaardag vieren bij ma en bij pa
- Met pa naar spannende films kijken
- Met pa computerspelletjes doen en voetballen
- Elke woensdag pizza eten
- Met ma samen kleren kopen en zelf mogen kiezen
- Op reis gaan en gaan zwemmen

- ***een hekel-lijst***

Beste mama en papa, weten jullie wat? Aan deze dingen heb ik een hekel:

- De scheiding!!!
- Mijn ene ouder spreekt kwaad over mijn andere ouder
- Mijn oma of opa of tante of nonkel spreekt kwaad over mijn mama of papa
- Mijn mama of papa doet meer samen met mijn broer dan met mij
- Van huis wisselen
- Ik moet altijd dezelfde pizza's eten
- Ik moet altijd naar dezelfde films kijken
- Mijn ouders roepen tegen elkaar
- Mijn mama is dronken
- Mijn papa ligt altijd op de zetel
- Het huis stinkt

Als je vindt dat een ouder iets doet wat je niet goed vindt of niet graag hebt, zeg het dan zelf, beleefd en zonder omwegen. Probeer vriendelijk te zijn. Kijk of je ma of pa goed luistert. En of die iets doet met wat je zegt.

• ***Wil jij zelf beslissen over je verblijfsregeling?***

Volgens de wet kan dat niet. Tot je achttien bent, beslissen je ouders of beslist de rechter. Je kan wel meetellen. Kinderen hebben het recht hun mening te zeggen over regelingen die over hen gaan. Je ouders en de rechter moeten je mening ernstig nemen zelfs al kunnen ze niet altijd doen wat jij wil. Maak voor jezelf een Dit-vind-ik-belangrijk-lijst. Dat is een goede start.

• ***Meetellen als je ouders beslissen***

Vertel je ouders wat jij belangrijk vindt en geef hen jouw belangrijk-lijst. En kijk wat ze ermee doen. Je ouders kunnen je lijst meenemen naar de notaris of de bemiddelaar of de twee advocaten. Zo komt je stem daar aan bod. Verwacht niet dat je zeker zal krijgen wat je vraagt. Uiteindelijk beslissen je ouders samen wat het beste is voor jou, en dat kan anders zijn dan wat jij wil. Meetellen kan ook zijn: je ouders tonen dat je hen vertrouwt. Wat doen je ouders als je hen zegt *'Ik weet dat jullie goede beslissingen over mij zullen nemen.'*? Blijf toch ook maar zeggen wat jij belangrijk vindt. Dan kunnen ze er rekening mee houden.

De meeste jongeren willen eigenlijk niet mee beslissen (dat is de verantwoordelijkheid van de ouders) maar zeker wel meetellen. Ze willen een beetje kunnen 'kiezen' maar niet te veel. Dat verandert. Als jongeren ouder worden dan willen ze sommige dingen wel degelijk mee bepalen. De overgangsdagen of -uren bijvoorbeeld of de vrijetijdsactiviteiten of de vakantieplanning, de schoolkeuze, studierichting, wat doen met het zakgeld, om hoe laat thuis zijn, de organisatie van het verjaardagsfeest, bij wie blijven slapen, ... Juist: thuis veel gepalaver en onderhandelen over hoe mee bepalen waarover.

• ***Meetellen als een rechter beslist***

Als je ouders geen akkoord vinden over je verblijf dan beslist een rechter. Er zijn verschillende rechters die kunnen beslissen over je verblijfsregeling. Als de jeugdrechter beslist dan moet hij elke jongere ouder dan twaalf jaar uitnodigen om persoonlijk door hem gehoord te worden. Andere rechters mogen je ook uitnodigen. Je bent niet verplicht naar de rechter te gaan. Als je een brief van de rechter ontvangt waarin hij je uitnodigt voor een gesprek, mag je antwoorden dat je liever geen gesprek met de rechter hebt. Je mag ook gewoon niet naar de rechter gaan zonder antwoord.

Als de rechter je niet uitnodigt dan kan jij zelf de rechter een gesprek vragen. Schrijf de rechter dan een brief. Vraag je ouders de naam en het adres van de rechter. Vergeet je eigen naam en adres niet te schrijven. En steek eventueel je belangrijk-lijst als bijlage bij je brief. *‘Geachte rechter, mijn ouders gaan uit-een. U zal beslissen wanneer ik bij mijn moeder ben en wanneer ik bij mijn vader ben. Ik zou u graag zeggen wat ik belangrijk vind. Mag ik met u een gesprek hebben? Bedankt voor uw antwoord.’*

Als je een gesprek met de rechter hebt, bereid je dat gesprek best goed voor. Vraag wat hulp van iemand die je vertrouwt. Als je dat gemakkelijk vindt, stuur dan je belangrijk-lijst naar de rechter of lees de lijst bij de rechter voor. Verwacht niet dat de rechter je zal geven wat je vraagt. De rechter moet goed naar jou luisteren maar uiteindelijk moet hij beslissen wat hij denkt dat het beste voor je is. En dat kan iets anders zijn dan wat jij wil.

Als je liever niets aan de rechter schrijft of zegt, dan is dat ook begrijpelijk. Kinderen zijn voorzichtig. Zij willen niet kiezen voor mama of voor papa, niet als hun ouders samenwonen en niet als hun ouders apart wonen. De rechter is ook voorzichtig. Hij vraagt een kind niet bij wie het wil wonen – bij mama of bij papa. Misschien wil je toch in elk geval vermijden dat wat je zegt zou kunnen begrepen worden als partijtrekken. Dan ga je niet naar de rechter of dan zeg je de rechter dat je geen partij wil trekken.

Als ouders ruzie maken... een hoofdstuk apart

Als ouders samenwonen en ruziemaken dan hebben jongeren daar last van. Ook als de ouders apart wonen en ruziemaken, is dat moeilijk voor jongeren. Jongeren hebben last van de conflicten tussen hun ouders. Of ouders samenwonen of apart wonen speelt daarin geen rol. Sommige ouders kibbelen heel veel, ook ouders die samenwonen en blijven samenwonen. Fel discussiëren is iets anders dan ruzie maken. Je kent wel het verschil. Een – al dan niet interessante – discussie tussen je ouders is niet hetzelfde als pijnlijke spanningen tussen je ouders.

Echte ruzie kan met luid roepen zijn. Maar ook zonder iets te zeggen voel je het wel. Het is niet omdat ouders veel ruziemaken dat ze daarom zullen uiteengaan. Het is ook niet zo dat alle ouders die uiteengaan ruziemaken. Sommige ouders maken geen ruzie, anderen wel. Soms raken ruzies opgelost, soms niet.

Je kan echt in de war zijn als je je ouders hoort ruziemaken. Daar kun je helemaal overstuur van raken. Zeker als de ruzies over jou gaan en blijven aanslepen, zit je ermee. Als je er heel veel last van hebt, dan moet je altijd aan hetzelfde denken. Dan kan je niet slapen en dan heb je nachtmerries. Je wordt kwaad om de kleinste dingen. Je kan niet meer opletten in de les en je krijgt slechte evaluaties.

Wat doen?

De meeste jongeren weten goed wat ze moeten doen als hun ouders ruziemaken. De meeste gaan weg. Dan kunnen ze niet in de ruzie meegesleurd worden. Sommigen gaan naar hun kamer om stilletjes een boek te lezen. Anderen gaan ook naar hun kamer maar spelen dan luide muziek met de deur open. Of ze gaan naar de tuin of naar een andere plek waar ze tot rust kunnen komen.

Als ook je ouders zijn bedwaard, kan je zeggen dat je het helemaal niet prettig vindt dat ze ruzie maken waar jij bij bent. Als je niet weet hoe je dat kan zeggen zonder dat een ouder vindt dat je partijtrekt of dat je hem of haar kwetst, of als je vreest dat een ouder kwaad op jou zal worden, is het misschien verstandiger voorlopig niet met je ouders over moeilijke onderwerpen te spreken. Probeer op te schrijven wat je verdrietig of kwaad maakt. Misschien kun je later met je ouders bespreken wat het met je doet, zo'n ruzie tussen hen. Spreek er nu over met iemand anders die je vertrouwt.

Soms maken ouders elkaar zwart en zet de ene ouder jou op tegen de andere. Wat kun je dan doen, als kind? Je wil niet kiezen voor je mama of je papa. Zeg: *'Het is niet omdat jij boos bent op papa/mama dat ik ook moet boos zijn op mama/papa. Ik heb mama én papa nodig. Ik wil geen van de twee kwijt.'*

Misschien vind je het niet gemakkelijk om je ouders te zeggen dat ze hun problemen zelf moeten oplossen. Je kan zeggen of schrijven:

- *Ik kan daar toch niets aan doen, aan jullie problemen.*
- *Ik wil dat jullie stoppen met ruzie maken.*
- *Ik wil niet dat jij aan mij vraagt een boodschap over te brengen naar mama/papa.*
- *Ik wil niet dat jij veel vragen stelt over mama/papa.*
Ik wil niet dat jij lelijke dingen zegt over mama/papa.

Je kan ook zeggen dat je niet wil dat een ouder je vraagt iets geheim te houden voor je andere ouder of diens familie. Zeg: ‘Mama/papa, dat mag je niet doen. Ik kan niet zwijgen.’ Het is goed als je mag zeggen wat moeilijk is en als je neen mag zeggen.

Twee getuigenissen

Eva: Mijn ouders zijn vorig jaar gescheiden

- *Ik dacht dat ik mijn moeder nooit meer zou terugzien*

Hey! Mijn ouders zijn vorig jaar gescheiden. Ik vond dat mega-erg. Er ging zoveel door mijn hoofd dat ik niet wist wat ik ermee moest doen. Ik kon triestig zijn en dan opeens woest. Het was redelijk verwarrend. Alle dagen piekertijd. Dat was een goede zaak voor mijn vioollessen. Heel veel viool spelen, en veel badminton spelen: dat was het enige dat mij toen kon kalmeren.

Ik was echt over mijn toeren vorig jaar. Mijn moeder verhuisde onaangekondigd. Ik wist wel dat er een scheiding in de lucht hing, maar toch. Ik heb haar dan een tijdje niet gezien. Nu weet ik dat het slechts enkele weken waren maar toen dacht ik dat ik haar nooit meer zou terugzien. Ik was zo in paniek dat ik haar – voor de eerste keer in mijn leven! – een brief heb geschreven. Geen mail, een brief. *Mama, ik mis je.* Melig niet? Maar voor mij was het helemaal waar.

Ze antwoordde mij – ook per brief! – waarom ze zo plots was verhuisd. Ze wou de ruzie niet nog erger maken. Ze wou rust voor iedereen. Ze had niet meteen een plek waar wij samen konden ‘thuis’ zijn. En ze schreef dat ze veel aan mij dacht en dat alles wel goed zou komen. Dat heeft veel goedge maakt want ik dacht dat ze niet meer om mij gaf. Ik was mijn moeder niet kwijt!

- *Sinds ik weet waarom mijn ouders scheidden, pieker ik daar niet meer zo over*

Eerst was ik kwaad op mijn moeder omdat ze vertrok. En dan op mijn vader omdat hij haar niet kon tegenhouden. Ik was radeloos. Ik dacht eerst dat ik beter niets zei. Ik wou geen bijkomende last veroorzaken. Dat vond ik heel moeilijk. Ik wou weten wat er aan de hand was. Ik heb het aan mijn vader gevraagd. Hij vond het moeilijk om mij te vertellen waarom zij uit elkaar

gingen. Toch heb ik doorgevraagd. Daar ben ik nu blij om. Mijn vader viel niet achterover en heeft het mij niet kwalijk genomen. Ik mocht zeggen wat ik moeilijk vond. Sinds ik weet waarom mijn ouders scheidden, pieker ik daar niet meer zo over.

Mijn mama was ongelukkig met papa. Daarom wou ze scheiden. Mijn papa vond dat eerst helemaal niet goed. Maar dan heeft hij gezien dat mama echt beslist had. En toen ging het beter. Ze hebben dan samen alles goed geregeld. In het begin zeiden mijn ouders totaal andere dingen. Mama zei dat ze ongelukkig was met papa en dat ze daarom verliefd was op een andere man. En papa zei dat die verliefdheid wel zou overgaan en dat mama dan zou terugkomen. Ik raakte helemaal in de war. Gelukkig heeft mijn moeder mij toen tot bedaren gebracht. Zij heeft mij uitgelegd dat het normaal is dat ouders er verschillend over denken. Dat mag. Ze zei dat papa te verdrietig was om haar te begrijpen.

Als ik hen nu vraag waarom ze gescheiden zijn, zeggen ze alle twee hetzelfde. Ze zeggen dat ze veel voor elkaar gedaan hebben maar dat ze niet bij elkaar pasten. Ze waren van elkaar vervreemd. En ze willen uitdrukkelijk dat ik met elk van hen een sterke band blijf houden. Dat vind ik oké. Zo kon ik het ook aan mijn vriendinnen vertellen.

Ik was veel bezig met mama's vertrek. En ik was ook veel bezig met papa's verdriet. Het heeft een tijdje geduurd maar mijn vader heeft zich herpakt en zijn verdriet ging over. Stilaan kreeg alles weer vaste vorm. Nu heeft ook mijn vader een nieuwe partner. Papa is gemakkelijker. Ik ben blij dat hij gelukkig is. Maar ik weet nog niet goed hoe ik mij moet gedragen bij zijn vriendin. Ik zie wel dat ze haar best doet om het mij naar mijn zin te maken. Ik wil ook wel mijn best doen maar echt vriendelijk kan ik niet zijn. Misschien komt dat later.

- ***Nu doen ze alle twee hun best om ervoor te zorgen dat de regeling goed werkt. Oef!***

Terug naar de scheiding van mijn ouders. Mijn verhuizingen. Op een bepaald moment vroeg mijn moeder mij bij wie ik wou wonen bij mama of bij papa. Natuurlijk heb ik daar niets op geantwoord, dat begrijp je wel. Ik heb mijn moeder gezegd dat ik dat een verschrikkelijke vraag vond en dat begreep ze gelukkig wel onmiddellijk. Ik heb haar toen wel kunnen uitleggen waarom ik absoluut niet van school wou veranderen.

Mijn ouders hebben na een tijd beslist dat ik bij mijn vader blijf wonen en zo veel mogelijk naar mijn moeder ga. Ik wou ook weten hoe ze op dat idee zijn gekomen. Hun uitleg is de volgende. Toen mama verhuisd was hebben ze elkaar heel veel getelefoneerd. (Daar wist ik niets van. Ik lag in mijn bed mijn moeder te missen.) Ze hebben toen veel gediscussieerd en af en toe stevig ruzie gemaakt. Mijn mama wou eerst dat ik meer tijd bij haar zou zijn. (Had ik dat toen maar geweten.) Nu doen ze alle twee hun best om ervoor te zorgen dat de regeling goed werkt. Oef!

Ik blijf nu meer bij mijn vader omdat hij veel dichterbij mijn school woont, en meer tijd heeft om mijn schooltaken op te volgen (ik geef toe dat dat misschien nodig is). Mijn moeder vond dat eerst helemaal niet goed, later wel. Ik ben blij dat de regeling kan veranderen als ik het echt niet zie zitten. Voorlopig vind ik het wel goed dat ik te voet naar school kan.

- ***Ik voel het: alles komt goed***

Ik vond het ook eigenaardig dat mijn vader alles voor mij betaalde. En mijn moeder dan? Mama was verbaasd dat papa mij niet had gezegd dat hij elke maand van haar geld kreeg voor mij. En dan heeft papa er snel bij gezegd dat mama zelfs meer voor mij betaalt dan hij. Dat vinden we nu allemaal normaal, ik ook. Mijn moeder werkt meer dan mijn vader waardoor zij meer geld voor mij heeft. Mijn vader werkt minder waardoor hij meer tijd voor mij heeft. Daar kan ik mee leven.

Altijd moeten inpakken en uitpakken vind ik wel nog altijd echt beu. Ik heb al dikwijls gedacht dat mijn ouders de rollen eens zouden moeten omdraaien. Als zijzelf eens voortdurend zouden moeten verhuizen en ik zelf lekker op één plek blijf wonen, dan zouden ze weten wat een last dat heen en weer gedoe is. Ook daarvoor hebben mijn ouders een verstandige uitleg: drie huizen zijn echt te duur. Tja.

Tijdens ‘de Grote Crisis’ dacht ik Oh dit overleef ik niet. Nu kan ik daar natuurlijk meesmuilend om doen. Nu ik mijn draai terugvind. Ik voel het: alles komt goed. Doei!

Jasper: Mijn ouders zijn tien jaar geleden gescheiden

- *De kletterende ruzies vond ik het ergste*

Toen ik veertien was zijn mijn ouders apart gaan wonen, na veel ruzies. Ik kan je zeggen dat ik het verschrikkelijk vond en dat het nog jaren geduurd heeft voordat het gedaan was met die ruzies. Nu zijn ze tenminste vriendelijk tegen elkaar.

De kletterende ruzies vond ik het ergste. Ze zegden hele lelijke dingen over elkaar. Als ik een ruzie voelde aankomen, muisde ik er altijd vandoor. Leuk was anders! Je hebt het goed begrepen: het was heel moeilijk. Ik was bang voor wat er ging gebeuren en ik voelde mij schuldig en kwaad. En vooral triest. Soms had ik al die gevoelens door elkaar en tegelijkertijd.

Als ik bij mijn moeder was voelde ik haar teleurstelling. Als ik bij mijn vader was voelde ik zijn teleurstelling. In het begin sprak ik bij pa kwaad over ma en bij ma kwaad over pa. Dat vond ik het gemakkelijkste. Dat heb ik niet lang volgehouden. Het was te pijnlijk voor mij. Ik heb dan aan mijn moeder gezegd: Ma, hou op met kwaad spreken over pa. Jij was met hem getrouwd, ik niet. Jij moet met hem niet meer verder. Ik wel, want hij is mijn vader. En ongeveer hetzelfde aan mijn vader. Dat heeft een beetje geholpen. Ik kon terug zonder gepieker regelmatig gaan voetballen.

Nu zijn mijn ouders gelukkig en heb ik met beiden een goed contact. Tijdens hun scheiding waren ze onbereikbaar. Ze waren opgeslorpt door hun eigen verdriet en hun eigen zorgen. In die periode was er geen tijd en geen geduld voor mij. Mijn ouders dachten dat ik geen last had van hun scheiding, per slot van rekening studeerde ik goed. Ze zagen toen niet hoe ik probeerde te overleven en geen extra zorgen wou veroorzaken. Gelukkig kon ik vaak naar mijn beste vriend Arnaud (We zien elkaar nu trouwens nog altijd). Ik bleef in die tijd ook regelmatig bij hem logeren. Zijn moeder was erg attent. Na een tijdje kon ik met haar over alles spreken. Zelfs als ik heel boos was, bleef ze luisteren. Ze heeft mij nooit uitgelachen. Lach niet!

- *Het was gemakkelijker om mijn ouders apart te hebben*

Het was gemakkelijker om mijn ouders apart te hebben. Dat gaf meer ademruimte. En nu, bijna tien jaar na de scheiding, voel ik mij echt goed. De ouders van mijn vriendin zijn ook gescheiden, op een heel andere manier. We kunnen er

veel over praten. We zitten niet altijd te jammeren. We zien ook de goede kanten van de scheiding van je ouders. Je krijgt nieuwe kansen: een ander gezin, andere gewoonten, nieuwe gezichten, nieuwe regels. Je komt later beter op je voeten terecht als je in moeilijke situaties geraakt. Je leert je beter aanpassen aan veranderingen. Als je bijvoorbeeld later een goede job verliest (hopelijk overkomt het ons niet!) dan weet je: ik sla mij erdoor (dat hopen we toch!). Kinderen van wie het gezin verandert, hebben veel veerkracht. Mijn vriendin en ik merken dat we genuanceerde standpunten ontwikkelen, en geneigd zijn lang te onderhandelen. We gaan volgende maand samenwonen en we zijn er helemaal van overtuigd dat het niet is omdat onze ouders gescheiden zijn dat wij dáárom ook zullen scheiden!

- ***De scheiding van je ouders is niet jouw schuld***

Als ik terugkijk naar de scheidingscrisis dan zou ik een aantal dingen anders aanpakken. Jongeren doen sommige dingen die niet helpen. Ik heb het allemaal gedaan. En ik kan je zeggen: je doet ze beter niet.

In het begin dacht ik dat het mijn schuld was dat mijn ouders scheiden. Mijn ouders gaven mij wel eens de schuld van sommige problemen. Stel je voor! Ik voelde mij het slachtoffer van hun scheiding en ik probeerde hen bovendien te helpen. Natuurlijk begrijp ik dat een scheiding regelen als je geen kinderen hebt in zekere zin eenvoudiger is (mijn ouders zijn nu wel heel blij dat ze uit hun relatie iets goeds overhouden: mijn zus en ik!). Maar – en dat weet ik nu wel heel zeker – ik ben niet de reden waarom mijn ouders scheiden. Ik durfde toen niet aan mijn ouders zeggen hoe erg ik die beschuldiging vond.

Ik ben lang blijven hopen dat de ruzies zouden stoppen en dat ze toch nog samen zouden blijven. Ze waren immers nog zo lang met elkaar bezig. Ik deed extra mijn best: als ze door mij scheiden zouden ze misschien ook door mij samenblijven. De scheiding van jouw ouders is ook niet jouw schuld. Denk dus niet dat als je een modeljongere wordt, je ouders terug samenkomen. Als je elke dag je kamer opruimt, je bed opmaakt, je huiswerk zonder morren maakt, dan nog gaan je ouders niet terug samenwonen. Kijk goed naar wat je ouders zeggen en doen. Wat doen ze dat je hoop geeft? Wat doen ze dat je geen hoop meer geeft? Als een ouder al een huis gehuurd heeft of als ze spreken over verdeling van hun goederen, of over jouw verblijfsregeling, dan moet je heel waarschijnlijk de scheiding aanvaarden. De scheiding tegenhouden is niet jouw opdracht. Het is bovendien een onmogelijke opdracht. Gebruik je energie om je voor te bereiden op twee huizen. Je zoekt beter afleiding in iets leuks.

- ***Ga vooral niet te veel zwijgen***

Nog iets dat je beter niet doet (en wat ik wel heb gedaan). Stomme dingen doen zoals spijbelen omdat je geen woorden vindt voor je verdriet of kwaadheid (ik ga niet zeggen wat ik dan wel gedaan heb). Je zegt beter gewoon dat je verdrietig bent of boos. Of schrijf het op. En toon soms wat je geschreven hebt.

Ga vooral niet te veel zwijgen. Praat met je ouders of met iemand die je vertrouwt, bijvoorbeeld zoals ik, met de mama of papa van een vriend of vriendin. Stel veel vragen over wat er gebeurt en wat er zal gebeuren. Als je weet wat er gebeurt en waarom dan ben je niet alles kwijt. Dat is een goed gevoel. Hoe meer je mag vragen hoe beter.

Doen alsof je volwassen bent en problemen van volwassenen moet oplossen, is ook geen goed idee. Je bent een kind. Je kan je ouders helpen maar je moet hun problemen niet oplossen. Je ouders zorgen voor zichzelf. Dat zie ik bij mijn ouders. Ze zijn alle twee uiteindelijk ‘gestabiliseerd’.

Ik vond het bij mijn vader leuk (hij woonde in een toffe buurt) maar ik zei bij mijn moeder dat ik papa niet leuk vond. Omdat ik merkte dat ik mama daarmee een plezier deed. Je zegt beter gewoon dat je het leuk vindt. Je kan beter zeggen dat jij je papa of mama wel nog graag ziet. Ze komen het toch te weten. Toen ik merkte dat mijn moeder erg boos en verdrietig werd als ik haar zei hoe belangrijk mijn vader voor mij was, heb ik gewacht op een beter moment. Ik kon het later wel zeggen. Nu zien ze beiden hoeveel deugd het mij doet mijn twee ouders graag te mogen zien.

Weet je, dat zijn moeilijke dingen om te doen. Als het de eerste keer niet goed lukt, dan lukt het misschien wel de volgende keer.

TWEEHUIZEN

Luisteren en babbelen

Uitleg geven

Iets doen met wat uw kind zegt

Elkaar ondersteunen

Wat kunnen ouders doen?

Hier staat een onderdeel van de Ouderssite op www.tweehuizen.be.

De tekst is gericht naar ouders.

Een bemiddelaar kan kinderen ondersteunen door ouders te ondersteunen.

Kijk door de ogen van de ouders. Dan ziet u wat ouders bezig houdt.

Hoe kan ik mijn kind geruststellen?

Wat zegt uw kind?

Elk kind is anders. Wat voor het ene kind een steun betekent is voor een ander kind een last. Hoe komt u te weten wat uw kind steunt? Wat vindt uw kind moeilijk? De beste leidraad is uw kind zelf. Kijk goed. Luister goed. Dan merkt u hoe uw kind zich voelt en wat uw kind denkt over uw scheiding. Wat zegt uw kind dat het belangrijk vindt? Komt dat overeen met wat kinderen in het algemeen zeggen? Wil ook uw kind met u spreken over de scheiding, een uitleg krijgen zonder schuld, en meetellen in de regelingen? Wat doet uw kind als u ruziet? Wat kan u doen voor uw kind? De perfecte ouder bestaat niet.

Uw kind is Fien of Robbe of Eva niet. Elk kind is anders. Wat voor sommige kinderen een probleem is, is het niet voor andere kinderen. Wat het ene kind stress geeft, betekent voor een ander kind een hulp. Kinderen hebben hun ouders nodig tijdens de scheiding. U kent uw kind het best. U bent veruit de beste expert om uw kind te steunen. U kunt zoeken hoe u uw kind best aanpakt, op uw eigen manier. Hoe komt u te weten wat uw kind lastig vindt en wat uw kind gerust stelt? Wat kunt u als ouder doen zodat uw kind vat krijgt op wat er rondom hem gebeurt?

De beste leidraad is uw kind zelf. Uw kind heeft veel te vertellen. Uw kind kan ook veel vertellen. Wat zegt uw kind? Wat zegt uw kind niet? Waar is uw kind mee bezig? Waar is uw kind niet mee bezig? Waar liggen de gevoeligheden van uw kind? Welke geschiedenis draagt uw kind met zich mee? Welke moeilijkheden ondervindt uw kind in zijn huidige leefsituatie? Welke knooppunten ervaart uw kind in zijn twee huizen? Waar vindt uw kind zijn steunpunten? Wat ziet uw kind?

Mee kijken door de ogen van hun kind maakt ouders gevoelig voor de ervaringen en de inzet van hun kind. Als u door de ogen van uw kind kijkt, merkt u dat uw kind de scheiding heel anders ervaart dan u doet. Zelf eigen verdriet en kwaadheid voelen, en toch kort bij het verdriet en de kwaadheid van uw kind komen: het is moeilijk. Als ouder de pijnlijke gevoelens van uw kind delen en er niet op afhaken of van weglopen: het is moeilijk. En er ook nog iets mee doen waardoor uw kind er ook iets mee kan doen. En met zijn leed kan overeind blijven.

U zit zelf in een stressvolle situatie. U hebt veel rond uw hoofd. U moet zaken regelen. U moet zorgen voor financiële zekerheid voor uw kind en voor u zelf. U bent opgeslorpt door eigen gedachten en gevoelens. Dat zijn geen ideale omstandigheden om de situatie ook helemaal anders te bekijken, door de ogen van uw kind. Maak het niet te moeilijk. De perfecte ouder bestaat niet. Sommige ouders doen het zus. Andere ouders doen het helemaal anders. Vertrouw uw aanvoelen. Zoek op deze site enkele tips die voor u haalbaar zijn. Probeer en kijk of ze voor u en uw kind goed werken.



LUISTEREN EN BABBELLEN

Sommige kinderen tetteren er de hele dag op los en nemen de risico's erbij. Anderen zijn bedachtzaam en voorzichtig en worden graag uitgenodigd. Een scheiding ligt voor alle kinderen zo gevoelig dat de meesten aarzelen en slechts bij mondjesmaat verwoorden wat hen dwars zit. En enkel als ze een gesprek veilig vinden.

Hoe merkt u dat uw kind 'iets te zeggen heeft'? Als uw kind een openingszinnetje zegt bijvoorbeeld *Mama ik vind het niet prettig dat ik niet meer naar oma mag*. Of als uw kind erg verdrietig kijkt, of boos of bang. Heeft uw kind u iets belangrijks te vertellen? U kunt zeggen wat u merkt: *Mis je oma? Ja, onze scheiding maakt het je niet gemakkelijk*. Of: *Je ziet er verdrietig uit. Wat scheelt er?* Of: *Ik zie dat je erg boos bent. Is het omdat mama en papa minder tijd voor jou hebben en alles rap rap moet gebeuren?* Of: *Ja, ik denk dat je bang bent...* Misschien zegt uw kind dat u zich vergist in wat u denkt dat er is. *Nee papa, ik ben niet bang maar boos omdat je ruzie maakt met mama*.

Ouders nodigen hun kind op allerlei manieren uit om iets te zeggen over wat hem bezig houdt. Hoe brengt u uw kind op zijn gemak? Kinderen zijn soms bang om dingen verkeerd te zeggen. Hoe stelt u uw kind gerust? Misschien zegt u iets in de zin van: *Ik weet wel dat je van de ene kant mij graag wat vertelt over wat je bezig houdt en dat je tegelijkertijd ook aarzelt omdat je niet zeker weet wat ik zou denken van wat je zegt. Toch...* Sommige ouders stellen hun kind enkele eenvoudige vragen die het gemakkelijk kan beantwoorden, zonder aan te dringen. Dat kan ook een gesprek op gang brengen.

Natuurlijk kunnen ouders niet altijd en overal tijd maken om te luisteren naar wat hun kind te vertellen heeft. Kinderen kunnen meestal wel wat wachten. *Ik merk dat er iets aan de hand is. Ik heb nu geen tijd. Ik zal je straks in de auto zeggen wat ik denk dat je bezig houdt. Help mij er aan denken*.

Vragen beantwoorden

.....

Hoe gaan jullie scheiden? Waarom gaan jullie naar een advocaat of rechter of bemiddelaar? Wat doen deze mensen? Hoelang gaat het duren? Wat zullen de nieuwe regelingen zijn? En vooral: waar ga ik wonen? Moet ik verhuizen? Wanneer zie ik mama? Wanneer papa? Hoe moet het nu met opa en het familiefeest? Wat met de vakantie? Zal ik mijn neven nog zien? Blijf ik samen met mijn broer en zus? Ik moet toch niet van school veranderen? Wanneer gaat papa naar zijn nieuw appartement? Zal ik nog naar de voetbal kunnen blijven gaan? Wie zal me dan naar school voeren? Waar zal mijn verjaardagsfeestje dan gegeven worden? Zal ik dan een nieuwe kamer krijgen? Moet ik mijn kamer delen met vreemde kinderen? Moet ik papa zeggen tegen die nieuwe vriend? Moet ik doen wat die zegt?

U kunt vragen zo goed mogelijk beantwoorden. Of u kunt de vragen wat vóór zijn, en zelf wat uitleg geven over praktische gebeurtenissen. Dat stelt uw kind misschien gerust over op til zijnde veranderingen.

Kinderen stellen soms moeilijke vragen. Vragen waarop u niet direct een antwoord heeft. Wat dan? *Ik zal erover nadenken. Laten we het er morgen over hebben.* En wat als u morgen nog geen antwoord heeft? Kinderen zijn vaak gerustgesteld als ze horen dat hun zorg niet vergeten is. *Ik begrijp dat je goed op voorhand wil weten wanneer ik verhuis (of hoeveel zakgeld je zal krijgen). We hebben dat nog niet beslist. Zodra de dag (of het bedrag) vastligt zal ik het je vertellen.* Als uw kind het belangrijk vindt dat een belofte wordt nagekomen, belooft u uiteraard best niets wat niet kan.

Luisteren

.....

Als kinderen merken dat hun ouders geïnteresseerd zijn, niet belachelijk vinden wat ze zeggen, niet te kwaad of te verdrietig worden als ze spreken, dan geeft praten hen een goed gevoel. Ze voelen begrip en saamhorigheid. Ouders tonen op allerlei manieren dat ze aandachtig luisteren. Ze laten hun kind uitspreken. Of ze herhalen af en toe wat hun kind zegt en vragen of het klopt. Of ze stellen enkele korte vragen.

Wat doen met wat uw kind zegt? De wereld van uw kind verandert op een heel andere manier dan uw wereld. U kunt tonen dat u de eigen manier waarop uw

kind spreekt, denkt en voelt over uw uiteengaan en wat dat met zich meebrengt, aanvaardt. Dan ondervindt uw kind dat u begrijpt welke last deze veranderingen voor hem zijn.

Wat doen als u erg emotioneel bent en geraakt door wat uw kind vertelt? Misschien houdt herhalen wat uw kind zegt, het gesprek toch aan de gang. U kunt in eigen woorden opnieuw hetzelfde zeggen wat uw kind zegt. Dat lijkt onnozel maar zo merkt uw kind dat u geïnteresseerd bent in wat het denkt en voelt.

Is er iets wat uw kind niet met woorden zegt maar waar het wel van 'binnen' mee bezig is? De binnenkant van uw kind leren kennen is soms verrassend. Kinderen en ouders zijn verdrietig of boos om heel andere redenen. Zelfs wanneer een scheiding menselijk verloopt, kan een kind het moeilijk krijgen. Als iedereen wijs moet zijn, kan een kind zijn gevoelens niet uiten. Een kind kan bijvoorbeeld van binnen boos zijn op de ouder die er niet in slaagde de vertrekkende ouder tegen te houden. En niets met woorden zeggen over die boosheid maar wel door nors gedrag tonen dat er iets scheelt. Als iedereen kwaadheid, teleurstelling en verdriet wel mag uiten in tranen of woede, kunnen ouders het moeilijk krijgen. Als bijvoorbeeld de ouder die in het huis bleef wonen zijn best heeft gedaan om niet te scheiden, dan is het pijnlijk om de boosheid van het kind toch te begrijpen en te aanvaarden.

Woorden geven

Kinderen vinden niet altijd woorden die uitdrukken wat ze denken en voelen. Of ze willen niet kwetsen en niet gekwetst worden. U kunt zelf bedachtzaam verwoorden wat u denkt dat uw kind denkt en voelt, en waar dat mee te maken heeft. Zo krijgt uw kind woorden voor de pijnlijke ervaringen, de lastige gevoelens en de spanningen die elk uit elkaar gaan van ouders met zich meebrengt. Als een kind onder woorden brengt wat het dwars zit, valt er al een hele last van hem af. Wat zegbaar is, is draaglijker. Woorden zetten op een rijtje wat er gebeurt. Zo krijgt een kind vat op wat er gebeurt.

Misschien voelt u dat uw kind triest is maar niet goed kan zeggen wat het lastig vindt. U kunt het verdriet om het verlies van een leven dat het kind ooit kende – twee samenwonende ouders – niet wegnemen. Wat u ook zegt of doet, u kunt niet beletten dat uw kind droevig is. Als uw kind woorden heeft voor zijn verdriet, kan het zijn verdriet beter hanteren. *Ik denk dat jij... Klopt dat?*

Kinderen uiten soms een algemeen gevoel. *'Papa, ik ben bang voor de verhuis.'* Waar komt dat gevoel vandaan? *Waar pieker je over, wat vind je zo erg aan die verhuis?* Kinderen hebben op zo'n vraag dikwijls niet direct een antwoord. Waarover maakt het kind zich precies zorgen? *Zou het kunnen dat je je kamer in het nieuwe huis te klein vindt?* Of: *Vind je het zo vervelend je kamer te moeten delen met je zus?*

Veronderstellingen zijn veronderstellingen. *Misschien ben je bang dat je playmobil helemaal overhoop gehaald wordt? Of zal je hier de pc missen? Of vind je het hier niet zo'n leuk huis? Of vind je het te druk met die nieuwe vriendin met haar kinderen?* Als u op een verkeerd spoor zit, zegt uw kind dat allicht. Of misschien knikt uw kind om u plezier te doen of om een andere reden maar merkt u wel dat u zich heeft vergist. Ik kan mij vergissen hoor, misschien denk je er helemaal anders over dan ik denk.

Babbelen

Terloops gewoon rustig beginnen praten over de veranderingen van het gezin, stelt een kind gerust. U toont dat u elkaar moeilijke dingen kunt vertellen zonder overweldigende of verlamdende emoties teweeg te brengen. Gebeurtenissen die af en toe wat afleiding geven, maken een moeilijk onderwerp bespreekbaar. Losjes babbelen tijdens een maaltijd bijvoorbeeld, of in de auto. Dat kan een gesprek over een geladen onderwerp wat 'verlichten' en 'verluchten'.

Babbelen kan met veel of met weinig woorden. Sommige ouders en kinderen zeggen veel met vele woorden. Andere ouders en kinderen zeggen veel met weinig woorden. Uw kinderen kunnen ook onderling erg verschillen naargelang hun temperament of leeftijd. Sommige kinderen zijn het meest op hun gemak als broer of zus er ook is. Andere kinderen vinden het gemakkelijker te zeggen wat hen zorgen geeft zonder broer of zus erbij.

De meeste jonge kinderen houden niet van lange gesprekken. Tien minuutjes praten over wat het kind bezig houdt, is dikwijls genoeg. Bladeren in een boek met mooie afbeeldingen en terloops wat babbelen vinden de meesten gezellig. Ook de Kinderensite met Fien en Robbe en Klara en de andere kinderen kan een aantrekkelijke aanleiding zijn om vraagjes te stellen over wat uw kind denkt. *Wat herkent u? Wat vindt u anders of helemaal anders? Tiens, wat vertelt die tante Els? Zo had ik het nog niet bekeken. Dat lijkt mij een goed idee. Wat denk jij van...? Of: Hé, zo doen wij dat niet, wat denk jij daarvan?*

Jongeren nemen het ouders vaak heel kwalijk dat ze scheiden, zijn erg kritisch en geven de ene ouder vaak meer gelijk dan de ander. *Zij beslissen zomaar om uit elkaar te gaan, en ze denken helemaal niet aan mij...* Of: *Mama is een zeur, ik begrijp papa dat hij wegging. Of: Als papa begint en vragen stelt dan wil ik al lang weglopen...* U kunt zich al lezend in een roman of kijkend naar een film luidop terloops dingen afvragen. En hopen dat uw kind de uitnodiging opmerkt en aanvaard. Misschien is een tv programma of een krantenartikel een aanleiding om te spreken over de scheiding. Of zet de Jongeren-site bij de favorieten. Zo merkt uw kind dat u met hem begaan bent.

Spreken met andere volwassenen

In sommige gezinnen is het de gewoonte familiegebeurtenissen aan anderen te vertellen. Andere gezinnen houden familieperikelen liever binnenshuis. Wilt u de scheiding liever privé houden? Misschien maakt de scheiding u wat beschaamd of bent u bang van de reacties. Vele kinderen vinden een geheim niet gemakkelijk. Het kan lastig zijn te moeten zwijgen over de scheiding. Wanneer kan uw kind wel over de scheiding praten? Met wie wel, en met wie niet?

In een scheiding hebben ouders minder tijd, energie, geduld en gevoeligheid voor hun kinderen. Dan kan een kind zijn zorgen vertellen aan iemand anders die het vertrouwt. Een lievelingstante of een lieve juf of de ouder van een vriend of oma of opa of een andere volwassenen die aandachtig en met respect kan luisteren naar de last die het kind ondervindt. Is er zo iemand die u vertrouwt en bij wie uw kind terecht kan? Wie heeft de tijd en het geduld en de wijsheid om zorgzaam te luisteren naar uw kinds kopzorgen? *Praat eens met nonkel Arno. Dat zal je deugd doen.*

Kinderen weten graag aan wie hun ouders wanneer wat vertellen over de scheiding. Sommige kinderen willen dat hun ouders de school op de hoogte brengen. Dan weten leerkrachten dat ze in een lastige overgang zitten en veel piekeren, en een tijdje minder goed kunnen opletten. Dat kan een kind geruststellen.

Sommige ouders vertellen familieleden of vrienden of burens dat ze willen dat hun kind het goed kan blijven stellen bij zijn beide ouders. Ze vragen hen om in het bijzijn van hun kind geen kwaad te spreken over een van zijn ouders. Kinderen hebben immers heel veel last van kwaadspreken. Kinderen gaan dan dikwijls zwijgen. Als oma en opa begrijpen dat het kind zijn twee ouders graag ziet, kan het kind hen gemakkelijker iets zeggen over zijn eigen verdriet en kwaadheid.

Spreken met andere kinderen

Vroeger werden kinderen wel eens ingedeeld in twee groepen. De gelukkige kinderen waren de kinderen van gehuwde ouders. En de kinderen van de rekening waren de kinderen van gescheiden ouders. Deze simpele indeling doet afbreuk aan de veelzijdigheid van kinderlevens. Kinderen zitten in vele groepen waarin zij overal betekenis hebben.

Er zijn zoveel andere groepen waarvan uw kind deel uitmaakt dan de groep 'kinderen met apart wonende ouders'. Er zijn de pianospelende kinderen, de playmobielkinderen, de legokinderen, de grotefamiliekinderen, de gothickinderen, de scoutskinderen, de chirokinderen, de voetballende kinderen, de rekenfreakkinderen, de leeskinderen, de kinderen van Ieper, die van Hasselt en die van Brussel, de kinderen met familiebanden in Marokko, en gewoon de groep van 'kinderen'. Vandaag horen ze bij de ene groep en morgen bij een andere. Ze blijven natuurlijk wel kinderen.

Toch zijn kinderen vaak wat beschaamd of verlegen om met andere kinderen te spreken over het verdriet en de kwaadheid die een scheiding teweegbrengt. Of ze weten niet goed wat zeggen, of hoe een gesprek hierover beginnen. Als ze erover spreken dan is het meestal met kinderen die ook apart wonende ouders hebben. Vaak weten ze echter niet eens welke klasgenoten ook in een scheiding zitten of een scheiding hebben doorgemaakt. Dat zijn er nochtans heel wat: 1 op de 4 of 5 kinderen maakt de scheiding van zijn ouders mee.

Praten is meestal iets gemakkelijker als kinderen ook de aangename kanten kunnen verwoorden. Dan komen ze niet 'zielig' over bij hun vrienden. *Ik krijg twee maal een verjaardagscadeau en ga twee maal op reis. Of: Ik woon nu ook in een toffe buurt waar ik veel nieuwe mensen leer kennen.*

Samenwonen of apart wonen bepaalt op zich niet het welbevinden van een kind. Andere omstandigheden blijken belangrijker, onder andere de manier waarop ouders met verschillen omgaan. En wat een kind denkt over conflicten tussen zijn ouders. Hoe zoekt een kind van samenwonende ouders zijn weg in ruzies? Wat doet een kind dan? Over de scheiding praten met kinderen van wie de ouders samenwonen, kan kinderen breder doen denken. *Ook mijn ouders maken veel ruzie. Ze wonen dan wel samen maar ze maken alle dagen heftig ruzie. Die ruzies berokkenen mij ook veel last. Bovendien gaat het vaak over mij, dat vind ik extra pijnlijk.*

Spreken zonder woorden

Sommige kinderen zijn gewoon geen babbelaars. Zij zijn er graag bij zonder veel woorden. Ze geven ruimte aan anderen en vinden het goed toe te kijken en van alles te denken. Zij ervaren saamhorigheid, niet door te praten maar door samen in een huis te zijn, samen te eten, te spelen, een film te kijken... Wat doen zij met hun gepieker, hun vragen, hun verdriet, hun kwaadheid?

Kinderen zeggen veel zonder woorden. Als ouders apart gaan wonen, spannen sommige kinderen zich bijvoorbeeld extra in op school. Wat kan dit betekenen? *Mama, papa, ik zie dat jullie het moeilijk hebben en ik wil jullie helpen door jullie geen extra problemen te geven.* Of: *Mama, papa, ik merk dat jullie elkaar in de steek laten en ik ben bang dat jullie mij ook in de steek zullen laten en daarom wil ik nu zeker geen lastpost voor jullie zijn.* Of iets anders.

Doet uw kind sinds de scheiding ‘moeilijk’? Uw kind vraagt geen negatieve aandacht. Uw kind heeft het lastig. Uw kind probeert u op een onhandige manier iets te zeggen. Lastig gedrag kan een manier zijn om te zeggen: *Ik voel mij niet goed. Ik ben bang. Ik ben triest. Ik ben kwaad. Ik kan mij niet aanpassen aan twee huizen. Het is te moeilijk voor mij.* Soms beginnen jonge kinderen te bedplassen of letten ze niet op op school. Als ouders hun kind dan zeggen dat het stout of slecht is, of probeert zijn willetje op te leggen, of zich aanstelt, of op de slechte ex-partner lijkt, geraakt het kind overbelast. Als ze hun kind ‘negeren’ geraakt het nog meer in de knoop.

Wat dan wel doen als ouder? Het is soms heel moeilijk om te pakken te krijgen wat er precies speelt. Hoe kan uw kind iets met woorden zeggen over wat het voelt en denkt? U kunt een film huren waarin scheiding een rol speelt, samen kijken en wat commentaar geven. Of samen een boek lezen waarin scheiding voorkomt. Of u kunt uw kind vragen of u eens mag kijken naar de tekeningen die hij maakt. Of vraag uw kind eens op te schrijven waar het mee bezig is, en vraag of u er een stukje mag uit lezen. Of vraag uw kind een brief of een mail naar u te schrijven.

U kunt ook samen kijken naar de Kinderensite, zonder veel te zeggen. Of vertel over wat u geraakt heeft bij een bezoek aan de Jongersite. Zo merkt uw kind dat u op hem betrokken bent.

Als uw kind niet veel zegt...

Zit uw kind iets dwars? En blijft het zwijgen? Wat is er waardoor uw kind liever niets zegt? Sommige kinderen zijn erg begaan met ‘geen partij trekken voor mama of papa’. Ze vrezen – soms terecht – dat iets zeggen over wat zij denken en voelen, zal overkomen als partij trekken. Of ze zijn bang om de zorg of de liefde van een ouder te verliezen. Anderen hebben tijd nodig om gebeurtenissen eerst voor zichzelf wat te ordenen en er dan pas over te spreken.

Soms willen kinderen de situatie niet nog erger maken. Ze zien de zorgen van hun ouders. Ze denken dat hun ouders niet over de scheiding kunnen spreken. En ze willen hun ouders niet belasten met hun eigen zorgen als kind. Het lijkt dan alsof alles goed gaat en zij geen steun nodig hebben.

Meestal wil een kind wel spreken maar is het verstandiger nu niets te vertellen. Als verwijt horen dat het niet ‘wil’ spreken is meestal pijnlijk voor een kind. U kunt zeggen dat het oké is vragen te stellen over de scheiding zelfs al is het kind bang dat de vraag u of de andere ouder verontrust of kwetst of kwaad maakt of verdriet doet. *Ik weet dat een scheiding kinderen kopzorgen geeft en verdrietig en boos maakt. Je mag daar iets over zeggen of je kwaadheid laten zien. Zeg dat u er bent om te luisteren naar zijn gepieker, zijn verdriet en kwaadheid. Misschien begint uw kind met mondjesmaat iets te vertellen over wat het bezig houdt.*

Je mag mama of papa zeggen wat je moeilijk vindt. Of waar je bang voor bent. En wat je niet graag hebt of wat je helemaal niet wil. Je mag neen zeggen. En je mag mama of papa veel vragen stellen. Als er vragen bij zijn die ik te moeilijk vind, zal ik het zeggen.

Spreken mag. Forceren – Waarom wil je mij niets zeggen? Je moet zeggen mij wat je denkt – zet een kind nodeloos onder druk. Bijvoorbeeld als het kind redenen heeft om mama niets te vertellen over wat het bij papa meemaakt of omgekeerd. Soms is het goed dat kinderen met mama (kunnen en mogen) praten over papa, en omgekeerd. Soms is het beter dat kinderen met mama (kunnen en mogen) zwijgen over papa, en omgekeerd. Kinderen kunnen ook gewoon slecht gezind zijn en helemaal geen zin hebben in ‘spreken over de scheiding’. Of ze willen soms alleen zijn met hun gedachten en gevoelens. Ik merk dat je nu geen zin hebt om erover te praten. Oke, een andere keer dan.

Misschien wil een jongere gewoon niets te maken hebben met ‘uw problemen’. Je zegt niet veel...Eigenlijk ben je een sterk kind. Je wil...zelf voor jezelf oplossen. Als jongeren geen zin hebben om te praten, luisteren ze meestal wel. U kunt zelf wat blijven praten zonder te verwachten dat uw kind iets zegt. Als een kind de indruk krijgt dat elk gesprek moet gaan over die lastige dingen, zal het ‘praten’ snel beu zijn. Ook dagelijkse gebeurtenissen, niet enkel het uiteengaan bepalen het leven. Wat gaan we dit weekend doen?

UITLEG GEVEN

Wij gaan scheiden. Deze mededeling is een van de moeilijkste stappen bij het uiteengaan van ouders. Ook uitleg geven over de reden van de scheiding, vinden ouders meestal heel moeilijk. Vele ouders stellen de mededeling uit of geven uiteindelijk geen uitleg. Omdat ze niet weten wat ze best zeggen en hoe ze het best zeggen. Of omdat ze bang zijn van de reactie van hun kind. Of omdat hun kind te jong is en een uitleg niet zou begrijpen. Of omdat ze geen problemen willen maken ‘waar er geen problemen zijn’.

Vernemen dat er twee huizen komen in de plaats van één, is voor elk kind een ontreddende gebeurtenis. Als er openlijke ruzies waren dan komt dit nieuws niet onverwacht, zeker niet voor jongeren. De mededeling dat hun ouders gaan scheiden, is schokkend voor kinderen die niet op de hoogte waren van de grote moeilijkheden tussen hun ouders.

Kinderen willen weten waarom hun ouders scheiden. Zij denken snel dat zij iets verkeerd hebben gedaan waardoor hun ouders uiteen gaan. Dikwijls zit in hun eigen uitleg dat zijzelf – de kinderen – de schuld zijn van de scheiding. Als hun ouders geen andere uitleg geven, dan wordt *Het is mijn schuld* hun waarheid. Dat is een heel belastende gedachte. Kinderen tonen niet altijd dat ze worstelen met de reden van de scheiding. Daardoor merken vele ouders niet dat hun kind vragen of zorgen heeft.

Ouders geven op allerlei manieren uitleg over de reden van hun scheiding. Wat werkt bij de een werkt niet bij de ander. Sommige ouders doen het zus, anderen zo. Ouders en kinderen voelen wat wel en wat niet bij hen past. Soms is het voor iedereen goed dat beide ouders samen uitleggen waarom er een scheiding komt. Soms is het beter dat elke ouder apart uitleg geeft. Soms past veel uitleg. Soms

past weinig uitleg. Soms liever een algemene uitleg. Soms een meer concrete uitleg. Sommige ouders zeggen alles aan hun kind, anderen zeggen heel weinig.

Kinderen geven aan wat wel en niet kan als uitleg. Wat het ene kind geruststelt kan een ander kind verontrusten. Welke uitleg begrijpt uw kind? Welke uitleg stelt uw kind gerust? Welke uitleg helpt uw kind vooruit? Weet u niet hoe eraan beginnen? Misschien vindt u op deze site enkele tips die bij u passen. Probeer en kijk of ze voor u en uw kind goed werken. Er is één vaste regel. Zeg uw kind: Het is niet jouw schuld.

Wanneer uitleg geven?

Wanneer zeggen dat er een scheiding komt en waarom? Onmiddellijk na de beslissing? Laat misschien wat tijd om zeker te zijn dat de beslissing zeker is. Dan heeft u ook wat tijd om uw eigen gevoelens te hanteren. En om met elkaar te bespreken wat u de kinderen zult zeggen.

Sommige ouders spreken op voorhand af wie wat, hoe en wanneer zal zeggen. Wat is een goed moment? Wat is een goede plek? Wanneer is niemand te moe of ziek? Wanneer is een rustig gesprek mogelijk? Is samen in de auto zitten een goed moment, als de rit niet te kort is? Dan is er misschien wat afleiding om doorheen lastige momenten te geraken. Of zit u liever samen in de zetels of rond de tafel?

Vertelt u alles ineens? Of voorziet u verscheidene gesprekjes? U kunt in het eerste gesprekje vertellen dat er een scheiding komt en kort uitleggen waarom. En dan de eerste reacties opvangen. Heeft uw kind wat privé tijd nodig om het nieuws te laten bezinken? Heeft u na de mededeling tijd om vragen van uw kind te beantwoorden? Kunt u een poosje in de buurt blijven als uw kind misschien huilend of kwaad naar zijn kamer loopt? Dan voelt uw kind zich na het nieuws niet in de steek gelaten.

U kunt enkele dagen later – als iedereen wat bekomen is – iets meer vertellen. Na verloop van tijd komen meer en meer vragen bij uw kind op. *Mama en papa zien elkaar niet meer graag en gaan daarom apart wonen. Gaan ze mij dan ook niet meer graag zien?* Maak tijd voor antwoorden. Moedig uw kind aan om vragen te stellen maar dring niet aan als u merkt dat het moeilijk is. U kunt ook later beetje bij beetje vragen beantwoorden.

Wanneer vertelt u dat een ouder gaat verhuizen? Voor jonge kinderen kan twee zomermaanden wachten tot een van beiden werkelijk verhuist, al erg lang zijn als overbruggingsperiode. Vertel het ook niet te bruusk. Misschien wacht u best met het nieuws van de verhuis tot er een verblijfsregeling is, al is het een tijdelijke regeling voor de eerste weken na de verhuis. Dan weten de kinderen al bij de mededeling van het apart wonen, dat u aan hen gedacht heeft en onmiddellijk voor hen een goede regeling heeft gezocht.

Kinderen kunnen last hebben van geheimen. Het is gemakkelijker als alle kinderen ongeveer gelijktijdig weten wat hen te wachten staat.

Welke uitleg helpt uw kind vooruit?

Scheiden is een algemeen verschijnsel. Scheiden is niet het gevolg van het persoonlijk mislukken van mama en papa. Toch ervaart een kind een scheiding als een persoonlijke tragedie van de eigen familie. De meeste kinderen ervaren de beslissing om te scheiden als fundamenteel geen rekening houden met hen. Ouders kunnen deze reactie van hun kind niet beheersen.

Hoe goed u ook probeert uit te leggen dat scheiden ook rekening houden is met uw kind, uw kind ervaart het zo niet, integendeel. Hoe 'perfect' u de mededeling ook doet: het is en blijft een pijnlijk nieuws. Uw kind wil begrijpen waarom u hem dit aandoet.

Waarom scheiden jullie? Waarom gaan jullie uiteen? Waarom gaan jullie apart wonen? Waarom ga ik in twee huizen wonen? Welk antwoord zult u geven? En wat doet uw kind met uw uitleg? Aanvaardt uw kind uw uitleg? Begrijpt uw kind uw uitleg? Roept uw uitleg nieuwe vragen op? Brengt de uitleg uw kind in de war? Wat precies ontreddert uw kind? Stelt uw uitleg uw kind gerust?

Soms denken ouders dat ze geen uitleg hoeven te geven omdat hun kind wel al weet dat er een scheiding op komst is en waarom. Vele kinderen geven zichzelf de schuld, wat een kind erg kan belasten. Zeg in elk geval duidelijk dat uw kind niet de schuld is van het uiteengaan. Zeg niet dat u niet zal scheiden als uw kind zijn best doet. Valse hoop kan een kind nu troosten maar maakt de teleurstelling later groter.

Zie je, het is onze beslissing, van mama en papa... Het is een serieuze beslissing. En die is vast. We vinden het ook heel jammer, maar toch is het beter zo.

Zo kan uw kind praten over het uiteengaan als een feit, en over het gepieker en de emoties die deze periode met zich meebrengt.

Soms denken ouders dat hun kind nog niets voelt van de op til zijnde scheiding. Kinderen hebben speciale voelhorens. Ze weten al veel. Ze voelen het wanneer hun ouders proberen hen 'iets wijs te maken'. Kinderen willen een 'echte' reden. Vertel enkel wat u echt meent. Sluit uw verklaring aan bij wat uw kind al weet. Zeg liever niet te veel maar wel precies wat u echt vindt. Zo blijft uw kind vertrouwen wat u zegt. Dan is uw uitleg geloofwaardig.

Als u akkoord gaat over de reden waarom u uit elkaar gaat, kunt u beiden hetzelfde zeggen. Op een algemeen niveau kunt u gemakkelijk eerlijk zijn. Dan geeft u niet te veel achtergrondinformatie. De meeste ouders vinden een algemene verklaring die ze beiden 'waar' vinden. Kinderen begrijpen bijvoorbeeld meestal dat hun ouders willen meer ontspannen zijn, met minder ruzie en tranen. *Mama en papa gaan uiteen om weer gelukkig te kunnen worden.*

Dikwijls denken ex-partners verschillend over de reden van de scheiding. Ze maken ruzie over wat of wie de oorzaak is van de scheiding, en over wie gelijk heeft en wie ongelijk heeft. Twee redenen voor de scheiding zijn voor een kind geen probleem als beide ouders aanvaarden dat er verschillende redenen mogelijk zijn. En dat elke reden even echt en waar is.

Stel uw kind gerust dat u beiden voor hem zult blijven zorgen. Uw kind wil u beiden graag blijven zien. Dat lukt beter als uw kind geen kwaad hoort spreken over situaties of gebeurtenissen waar het niets mee te maken heeft.

Uitleg aanpassen aan de leeftijd?

Ouders verschillen in de grenzen die ze houden tussen hun partnerleven en het leven van hun kind. Vele ouders vinden dat hun kinderen geen details hoeven te kennen, zeker geen intieme details over hun leven als partners, zelfs al vragen oudere kinderen er naar. Zij spreken met hun kinderen niet over eventuele seksuele problemen. Ze willen hun kinderen niet belasten met hun eigen zorgen. Andere ouders vertellen hun kinderen meer details. Dan begrijpen kinderen beter wat er rondom hen gebeurt.

Kinderen geven meestal zelf aan wat wel en niet kan. Wat het ene kind geruststelt, ontreddert een ander kind. De meeste kinderen vinden geheimen moeilijk,

zeker het geheim van een verhouding van zijn ouder met een vriend of vriendin. Het is voor een kind veel gemakkelijker als het de toestemming heeft om over alles te mogen praten. Moeten zwijgen vinden kinderen meestal heel lastig.

Geeft u alle kinderen samen uitleg? Of is het beter elk kind apart uitleg te geven? Als u aan kinderen van verschillende leeftijd samen een uitleg geeft, spreekt u dan in de taal van de oudste of de jongste? Geeft u eerst aan alle kinderen wat uitleg en nadien aan elk kind apart wat meer uitleg? Kunnen de kinderen onderling praten over uw uitleg, zonder geheimen?

Sommige ouders geven op dezelfde manier dezelfde uitleg aan hun jongste en aan hun oudste kind. U kunt ook verschillend uitleg geven naargelang de leeftijd.

Uitleg geven naargelang de leeftijd

• *Kinderen minder dan 3 jaar*

U kunt niet veel op voorhand uitleggen. Uw kind zal de veranderingen onderkennen. Herhaal vaak dat mama en papa apart in twee huizen gaan wonen en altijd voor hem mama en papa zullen blijven, zonder meer. Zorg ervoor dat uw kind veel bij u is. Dan voelt het zich veilig.

• *Kinderen van 3 tot 5 jaar*

Geef een heel concrete eenvoudige uitleg. Waarom gaan mama en papa in twee huizen wonen? Wat voor gevolg heeft dat voor uw kind? Twee huizen in plaats van één huis: hoe gaat dat dan? Stel uw kind gerust over de op til zijnde veranderingen.

Als uw kind onmiddellijk vraagt *Mag ik nu verder spelen?* dan betekent dat niet dat hij een diep emotioneel probleem heeft maar wel dat hij voor vandaag genoeg gehoord heeft. Voor jonge kinderen is 5 à 10 minuten uitleg meestal genoeg. Herhaal de uitleg op ander momenten.

• *Kinderen van 6 tot 8 jaar*

Geef een duidelijke uitleg over de praktische gevolgen op het dagelijkse leven van uw kind. Hoe zal de scheiding zijn relatie met elk van u beiden veranderen? Stel uw kind gerust dat u hem beiden graag blijft zien. Leg uit dat u het apart wonen zodanig zult regelen dat uw kind zich veilig en geliefd voelt. Zorg ervoor dat uw kind geen partij moet kiezen voor de een of de ander. Geef geen speech wel een gesprek met rustpauzes en herhalingen.

Toon dat ook u droevig bent, op een voor uw kind niet overweldigende manier. *Het is oké dat jij verdrietig bent. Ik ben ook verdrietig maar ik kan voor mezelf zorgen, en ik zal voor jou ook zorgen.* Verdriet hoort bij het leven. Geef uw kind woorden voor uw en zijn verdriet. Zeg wat uw kind wel en niet kan doen om u te helpen.

• ***Kinderen van 9 tot 12 jaar***

Geef niet meer details dan voor een jonger kind. Geef uw kind wat uitleg voor hemzelf. Geef uw kind ook een antwoord dat hij kan geven als zijn vriendjes vragen waarom zijn ouders apart wonen.

Bent u de ouder die als eerste beslist heeft om te scheiden? U kunt dit aan uw kind meedelen (wat niet betekent dat u de enige verantwoordelijke bent voor de relatieproblemen). Uw kind komt dit toch te weten en zal uw eerlijkheid waarderen (maar niet uw beslissing om te scheiden). Eerlijkheid versterkt vertrouwen.

• ***Jongeren meer dan 12 jaar***

Geef geen nodeloze belastende details zelfs al vraagt uw jongere er achter. Voorzie een antwoord op de heel normale vraag *Hoe kun je mij dit aandoen?* Welke goede redenen u ook heeft om te scheiden, scheiden haalt het leven van uw kind overhoop. De last kan voor tieners groter zijn omdat tieners buiten het gezinsleven een eigen leven hebben.

Hun buitenschoolse activiteiten en vriendschapsrelaties worden door een scheiding verstoord. Luister en aanvaard dat uw scheiding uw kind onvermijdelijk last bezorgt. *Het spijt me dat je moet leven met een scheiding, en ik ben er klaar voor om te luisteren als je er wil over praten maar ik hoop dat je weet dat mama en papa altijd heel veel van je zullen blijven houden.*

Verken hun bekommernissen en houd bij de beslissing van regelingen rekening met de gevolgen voor hen. Draai samen met uw tiener filmpjes over hoe een bepaalde verblijfsregeling het leven van uw tiener bepaalt, welke gevolgen de regeling heeft. Gezien een tiener een eigen leven heeft, informeert u hem best voldoende lang op voorhand over de op til zijnde scheiding.

Onze uitleg of mijn uitleg?

Geeft u beiden één zelfde uitleg?

Gaat u akkoord over de reden waarom u uit elkaar gaat? Dan kunt u beiden hetzelfde zeggen. Soms vinden ouders een concrete aanleiding in iets tussen hen beiden, iets waaraan ze beiden tekort hebben geschoten. Dan is dat hun reden om te scheiden. Vele ouders geraken het niet eens over concrete aanleidingen maar vinden wel een algemene verklaring die ze beiden 'waar' vinden.

Hieronder vindt u enkele voorbeelden van één gezamenlijke uitleg.

• **Onze uitleg**

- *We hebben heel erg ons best gedaan om te proberen onze problemen op te lossen. Het is ons niet gelukt. Wij zien je nog even graag en we blijven natuurlijk je mama en papa. Maar we zullen niet meer in het zelfde huis wonen.*
- *Volwassenen hebben problemen die ze moeten oplossen, zelfs al brengt dat veel leed bij hun kinderen. Het spijt ons heel veel dat we je ongelukkig maken. Maar de overstap van één huis naar twee huizen verandert niet onze liefde voor jou.*
- *We boeien elkaar niet meer. Er is een groot verschil tussen ons gegroeid. We hebben ons heel verschillend ontwikkeld. We hechten belang aan zo'n verschillende zaken. We hoopten dat wij vele terreinen zouden delen maar de kloof werd hoe langer hoe breder.*
- *De verschillen tussen onze families van herkomst zijn meer en meer duidelijk geworden en wegen veel meer dan vroeger. De band met onze families is te zwaar gaan wegen.*
- *We weten dat onze scheiding je veel verdriet doet en we hadden ook gewild dat we konden samenblijven. Jij hebt niets verkeerd gedaan waardoor wij hebben beslist uit elkaar te gaan. Je kan ook niets doen om onze beslissing te veranderen. En natuurlijk gaan wij alle twee goed voor jou blijven zorgen.*

- *Wij zijn ons geduld met elkaar kwijt. We irriteren ons veel te veel en verwijten elkaar te veel. We laten irritaties voortdurend oplopen. Temperamenten van mensen verschillen. Sommige mensen tonen vlug heftige emoties maar het zakt ook vlugger. Het lukt ons niet meer om snel genoeg bij te stellen.*
- *We leven te veel als vreemden bij elkaar. We zwijgen over alle belangrijke dingen. Vroeger konden we over veel samen praten. Dat kunnen we nu niet meer. We zijn zo ver van elkaar gegroeid.*
- *We willen elk een eigen nieuw leven, rustiger voor ons, papa, en mama apart. Maar wisselend met jullie, de kinderen bij ieder van ons.*
- *Wij hebben de overgangsmomenten niet herkend en zijn onze oude gewoonten blijven verder zetten.*
- *Wij hebben de invloed van onze aparte en verschillende voorgeschiedenissen onderschat, we hebben niet gezien dat we samen iets nieuws moesten bouwen, we hebben te weinig stil gestaan bij...We waarderen elkaar niet meer genoeg.*
- *Mama en papa hebben elkaar vroeger graag gezien. Jij bent er gekomen uit liefde. Mama en papa hebben van alles geprobeerd om een goed gezin te blijven, maar zijn er niet in geslaagd... Onze oplossing is apart wonen en scheiden. Mama/papa vond scheiding een oplossing, papamama eerst niet. Maar nu respecteert papamama die beslissing van papa/mama wel en gaat hij/zij ermee akkoord dat scheiden de enige oplossing is...Het kan niet anders schatje.*
- *We begrijpen dat je het nu moeilijk hebt. Je hebt gevoeld dat mama en papa gespannen zijn, ruzie gemaakt hebben. Er werd niet meer gelachen. Mama en papa verdragen elkaar niet meer. Daar heb je veel verdriet over. Mama en papa zijn nu alle twee teleurgesteld, verdrietig, omdat ze er niet in geslaagd zijn om ons allemaal samen gelukkig te maken. We zullen allemaal nog een tijdje verdrietig zijn: wij en jij. Dat is normaal. Je zult mama en papa af en toe nog wel eens zien wenen.*
- *Mama en papa zullen alle twee voor jou blijven zorgen. We zullen je alle twee graag blijven zien en er zijn voor jou. Het is niet omdat je mama of*

papa minder vaak zult zien, dat papa of mama je minder graag ziet. Papa en mama zullen heel dikwijls aan jou denken, ook al zijn we niet samen.

- *Mama en papa zullen nog wel af en toe heel boos zijn op elkaar. Dat is altijd zo bij een scheiding. Het is niet omdat mama boos is op papa, dat ook jij boos moet zijn op papa, of omgekeerd. Mama wil dat je het goed stelt bij papa. Papa wil dat jij het goed stelt bij mama. Als jij van bij mama naar papa komt, dan mag je aan papa de prettige en ook de minder prettige dingen vertellen, en omgekeerd. Je kan en mag ons wel af en toe steunen en helpen. Dat is tof en flink. Ik heb gehoord hoe je mij zei: 'Mama, toe, je moet niet wenen, ik ben er toch ook nog.' Het is lief dat je mij wil troosten. Je moet wel goed weten dat wij zelf onze problemen willen en kunnen oplossen.*
- *Je hebt het wel gemerkt de laatste tijd. We hebben het moeilijk. Onze batterijen zijn leeg. En dat zal allicht nog wel een tijdje duren. Het is niet jullie taak zich hiervoor in te spannen.*
- *Wij hebben te veel ruzie gemaakt, dus hebben we beslist om op verschillende plaatsen te wonen. Mama blijft hier wonen. Papa gaat verhuizen naar een ander huis. Volgende week zal papa met jou naar zijn nieuw huis gaan en je ook jouw nieuwe kamer tonen. Als je naar school gaat zal je op de schooldagen hier bij mama wonen. Als het weekenddagen of vakantie-dagen zijn zal je evenveel bij papa als bij mama wonen. We hebben het zo geregeld dat je nooit te lang mama niet ziet of papa niet ziet. We willen ook dat je weet dat jij niets verkeerd hebt gedaan. Dit is niet jouw schuld. Er zijn grotmensenproblemen tussen mama en papa. We willen dat je weet dat we hier heel verdrietig om zijn maar mama en papa kunnen zelf voor zichzelf zorgen. We willen niet dat jij probeert deze grotmensenproblemen op te lossen. Dat moeten wij zelf doen. Het belangrijkste is dat je weet dat we je beiden heel erg graag zien.*
- *Weet je nog hoe wij je hebben verteld dat we veel problemen hadden om samen te leven? Wel, we hebben triestig nieuws voor je. Mama en papa zijn tot het besluit gekomen dat we niet gelukkig zijn samen. We hebben beslist dat we niet langer gaan samen wonen. Het spijt ons dat we je dat moeten meedelen, maar we gaan scheiden. Weet je wat een scheiding is? We zullen niet meer samenwonen. En we zullen niet meer getrouwd zijn. Dat maakt ons alle twee verdrietig maar we denken dat we ons beter zullen voelen*

zo. We weten dat jij ook verdrietig bent als je dit nieuws hoort. Misschien word je ook kwaad op ons. Hoe je je ook voelt, we willen dat je er met ons kunt over spreken. Hoe dan ook, nu moet je weten dat je vader binnen twee weken gaat verhuizen. Hij gaat niet ver van je school wonen. Hij zal je binnen enkele dagen zijn nieuwe plek laten zien. Mama blijft hier wonen, zeker tot het einde van dit schooljaar. Dan gaat mama een ander huis zoeken, niet te ver van je school. Zo kan je naar dezelfde school blijven gaan, en zo kan je je vriendjes blijven zien. En je zal ook mama en papa veel blijven zien. Je... verblijfsregeling... We weten dat er veel zal veranderen en dat we je veel vertellen. We hebben tijd om er straks elk apart met jou over te spreken. En voordat papa verhuist kunnen we er je nog meer over vertellen. Maar er is één ding dat we alle twee willen dat je nu goed begrijpt: mama en papa houden alle twee heel veel van jou. En we willen alle twee dat je weet dat we willen dat jij mama blijft graag zien en dat jij papa blijft graag zien zoals je altijd al hebt gedaan, ook nu wij niet meer in hetzelfde huis zullen wonen.

Of geeft u elk een verschillende uitleg?

Het is normaal dat er twee verhalen bestaan over de gebeurtenissen die leiden naar de scheiding. Concrete aanleidingen tot de beslissing om te scheiden, liggen meestal veel deliquer dan één algemene reden. Meestal zien ex-partners een tekort van de ander als verklaring voor het ongelukkig samen wonen. Hevige emoties volgen de weg van de enige waarheid. Vele ex-partners vechten om het eigen gelijk en het ongelijk van de ex te bewijzen.

Als kinderen in dit gevecht verzeild geraken, krijgen ze het lastig. U kunt het ook eens anders bekijken. Heeft iemand gelijk? U beiden. Alle redenen zijn waar. *Wie heeft gelijk?* is een andere vraag dan *Welke uitleg helpt uw kind vooruit?*

• *Wie heeft gelijk?*

In een scheidingssituatie is het verhaal van de advocaat, de buurvrouw, de ouders van de scheidende partners, de collega's, de bemiddelaar, de rechter, de nieuwe vriend(in), de kinderen en uiteraard van de twee scheidende partners zelf, dikwijls erg verschillend. In eenzelfde situatie kunnen bijvoorbeeld op een bepaald moment de volgende verklaringen voor de scheiding circuleren:

- *Hij is een dronkaard, een sociaal geval. Hij wil niet stoppen met drinken. Er valt met hem niet te praten, hij denkt alleen aan zichzelf.*
- *Zij was onuitstaanbaar geworden. Het was niet meer gezellig thuis: altijd zeuren, verwijten, nooit tevreden.*
- *Ik heb hem nooit graag gezien. Trouwen was van moeten. Het waren tien verloren huwelijksjaren.*
- *We hebben een te verschillend karakter. We zijn naast elkaar beginnen leven. Ik ben veranderd. Zij is veranderd. Gelukkig hebben we twee leuke kinderen.*
- *Onze dochter werd nooit geaccepteerd door zijn familie. Wij waren te min. Van te lage komaf.*

Eenzelfde persoon kan verschillende redenen geven aan verschillende betrokkenen. Een vrouw vertelt bijvoorbeeld aan haar ouders: *Hij had een vriendin die hem verleid heeft*, aan haar kinderen: *Papa heeft mama in de steek gelaten*, aan een vriendin: *Mijn man heeft een gesloten karakter*. Haar binnenverhaal (voor zichzelf) is: *Ik ben mislukt als vrouw. Ik was niet meer aantrekkelijk. Ik was niet meer boeiend. Hij heeft carrière gemaakt. Ik had mezelf beter moeten verzorgen. Het is allemaal mijn schuld.*

Het zoeken naar *Wie heeft gelijk?* is eindeloos. Elk verhaal is ‘willekeurig’. Elk verhaal wordt bepaald door een samenloop van vele factoren. Er bestaat niet één waarheid, één gelijk. Elke ordening is ‘waar’. Iedereen heeft ‘gelijk’. De werkelijkheid is en/en in plaats van of/of. De ene mening is niet meer of minder ‘waar’ dan de andere. Er bestaan verschillende waarheden naast elkaar.

Uw mening is uw ordening van informatie. De mening van uw ex is zijn of haar ordening. Informatie is oneindig. Een mens kan onmogelijk alle informatie die zich aandient, verwerken. De werkelijkheid is door niemand te vatten. Mensen moeten drastisch selecteren om te voorkomen dat ze overspoeld raken door informatie. Elke mens moet een keuze maken en zijn werkelijkheid ordenen. Mensen ordenen informatie in de vorm van normen, waarden, opvattingen, gewoonten, geloof, mythes, afspraken, wensen, verklaringen, verhalen, theorieën, overtuigingen...

Mensen kunnen niet anders dan zien wat ze zien, voelen wat ze voelen, denken wat ze denken. Elke overtuiging, gevoel, mening, verklaring heeft een redelijke geschiedenis. De keuze die een mens maakt uit de informatie die zich aandient, wordt onder andere bepaald door opvoeding, ervaring, opleiding, studie,

lichamelijke conditie, positie en context. Iedereen bekijkt de werkelijkheid vanuit zijn gezichtshoek. Iedereen ontwikkelt zijn eigen waarheid. Iedereen meent een eigen waarheid te hebben.

Een meningsverschil is een onenigheid over de manier waarop informatie wordt gekozen en geordend. Communicatie verloopt vlot wanneer mensen ervan uitgaan dat hun eigen mening slechts één mogelijke mening is. Een felle discussie waarbij meningen naast elkaar gezet worden, kan een verrijkende belevenis zijn. In een discussie hoort men de mening van de ander en kan men de eigen mening aanvullen of wijzigen. Een discussie verloopt prettig wanneer mensen de redelijkheid van elkaars mening aanvaarden. Door de twee meningen naast elkaar te zetten, aanvaardt men dat iedereen zijn eigen mening kan en mag hebben, en blijft een gesprek mogelijk.

Wanneer mensen rustig zijn en een positief zelfbeeld hebben, lukt het gemakkelijker om zich te gedragen volgens de overtuiging dat iedereen gelijk heeft. Meestal kan men pas een helicopterperspectief nemen als de emoties wat gemilderd zijn. Dan kan men naar de verschillende mening van de ander luisteren. Wanneer mensen emotioneel zijn, zoals in een scheidingssituatie, is het dikwijls onmogelijk om te zien dat de ander ook gelijk heeft. Men kan enkel kijken door zijn eigen bril. Men gaat dan vechten om de ander te overtuigen van zijn eigen waarheid. Het is des mensen om in de strijd te gaan.

Daarom is het zo moeilijk om in een emotioneel conflict de mening van de ander te horen. Het is moeilijk te verdragen dat de ander een andere ordening heeft, een ander verhaal, een andere reden om te scheiden. Niet alleen de verhalen van man en vrouw kunnen erg verschillend zijn. Ook moeder en vader hebben verschillende verhalen over wat er gebeurt. Als u moeite heeft om met het andere verhaal van de andere ouder te leven: hoor het niet meer. Dat is soms het enige dat iedereen vooruit helpt.

Ook het verhaal van een ouder en dat van een kind, over dezelfde gebeurtenis, kan verschillen. Als ouders dit verschil niet aanvaarden, komen er moeilijkheden. Zo kan bijvoorbeeld een vader denken: *Mijn vertrouwen in de moeder van mijn kind is verdwenen omdat zij een ander verhaal vertelt over wat zij doet met ons kind dan het verhaal dat het kind zelf vertelt. Wie liegt?* Het is gemakkelijker als vader ziet dat er verschillende verhalen zijn. Dat er geen enig juist verhaal bestaat. Als vader blijft moeite hebben met wat moeder zegt kan hij afgaan op wat het kind vertelt. Vader moet voort met zijn kind.

Heeft u een meningsverschil over de reden waarom u gaat apart wonen? Zoek dan een akkoord over wat u aan uw kind zult zeggen over deze twee redenen. Wie gaat wat, wanneer zeggen? Wat zal niet gezegd worden? Wat gaat u samen zeggen? Wat gaat elke ouder apart aan de kinderen zeggen? Zeg uw kind dat u beiden aanvaardt dat u elk een andere reden heeft en dat dat normaal is. Anders geraakt uw kind in de war. Of denkt uw kind dat het partij moet kiezen, dat het één ouder moet gelijk geven en de andere ouder ongelijk. Kinderen willen geen partij kiezen. Ze hebben beide ouders nodig.

Wat is uw uitleg? Hoe verklaart u voor uw kind dat u niet meer wilt samenwonen met uw partner? U hebt redenen om kwaad te zijn op uw ex-partner. De partner die in de tijd als eerste heeft beslist te scheiden, kan bijna niet anders dan de ander te beschuldigen. Anders ga je niet scheiden. Ook 'tweede beslis-sers' hebben meestal redenen die de schuld bij de ander leggen. Kunt u niet anders dan een reden geven met een beschuldiging van de ex-partner? Wat betekent deze uitleg voor uw kind? Hoe kunt u dit uitleggen aan uw kind? Bijvoorbeeld zo:

Wat ik je zeg dat de reden is waarom ik wegga van je papa/mama is slechts mijn verklaring voor mijn beslissing. Het is niet de waarheid over je papa/ mama. Het is mijn reden waarom ik wegga van mijn man/vrouw. Het is mijn reden zoals ik het nu zie. Het is normaal dat partners die scheiden enkel zien wat zij zélf proberen goed te doen, en niet meer kunnen zien wat de ander goed doet of probeert goed te doen.

Zo begrijpt uw kind waarom u weggaat van uw partner, en kan uw kind toch zijn andere ouder blijven graag zien. Jullie waren ongelukkige partners maar blijven zijn liefhebbende ouders.

Hieronder vindt u enkele voorbeelden van een eigen uitleg.

• **Mijn uitleg**

- *Ik wil een scheiding. Je papa wil geen scheiding, maar ik heb de hoop om gelukkig samen te wonen opgegeven. Mama en papa zijn verantwoordelijk voor de problemen, maar ik wil eerlijk zijn met jou. Het was mijn beslissing om te scheiden. Ik wil dat je weet dat de beslissing mijn beslissing was, niet de beslissing van je moeder. Ik heb vele redenen waarom ik deze beslissing nam, en de meeste zijn grotemensenproblemen die jij niet hoeft te kennen. Maar ik*

wil je dit wel vertellen en ik wil je ook vertellen dat er een ding is waarover mama en ik het helemaal eens zijn is hoeveel wij alle twee van jou houden.

- *Ik versta dat je verdrietig bent en kwaad. Maar weet wel dat onze scheiding een probleem is tussen je vader/moeder en ik zelf. Er is niets dat je had kunnen doen om onze scheiding tegen te houden.*
- *Als papa zegt dat hij weggaat omdat ik hem niet gelukkig heb gemaakt, dan klopt dat voor de helft. Zichzelf gelukkig maken is een helft. De ander gelukkig maken is de andere helft. Wie zichzelf niet gelukkig maakt kan de pogingen van de ander niet zien.*
- *Wat ik vind dat ons probleem is is dat wij – papa/mama en ik – een verschillend tempo hebben. Papa kijkt vooral naar scheiden dan stoppen onze eeuwige discussies. En ik zie vooral dat wij veel meer alleen zullen zijn om alle beslissingen te nemen en dat wij onze ‘wereld’ zullen moeten heropbouwen – alsof wij nu een nieuw leven zullen moeten beginnen na vele jaren samen.*
- *Ik heb beslist dat er een scheiding komt en ik voel mij erg verantwoordelijk voor wat ik jou en je vader aandoe. Ik ben bang dat ik zwaar beoordeeld zal worden en toch heb ik ook veel energie nodig gehad om deze scheiding als een mogelijkheid tot een meer zinvolle en rustiger toekomst te zien.*
- *Jullie kunnen denken kinderen, het is mama die eerst beslist heeft dat de scheiding er komt, en papa is niet akkoord. Dat is pijnlijk, voor ons en voor jullie. Het lijkt vaak dat diegene die als eerste de knoop doorhakt diegene is die opgeeft of diegene die de andere in de steek laat, of diegene die de oorzaak is van alles. Elkaar graag zien en elkaar gelukkig maken, daar is men altijd met z’n tweeën voor. Sneller of langzamer tot scheiding komen, heeft met temperament te maken. Ik ben soms zo bang om jullie te verliezen dat ik allerlei bewijzen zou willen verzamelen om jullie te overtuigen dat het echt niet meer leefbaar was voor mij, om met jullie vader als partner te leven. Jullie papa dat is iets anders dan mijn man. Als partners scheiden dan is het heel moeilijk om de andere partner niet te beschuldigen omdat je altijd ziet wat je eigen inzet en je eigen goede bedoelingen zijn. Je vindt dan de ander de oorzaak van de problemen. Vroeger praatte papa over van alles. Nu niet meer. Over mijn werk vraagt hij niets. Nu gaat hij elk weekend naar het voetbal. Hij vindt mij een zeur. We zijn het vaak oneens. De interesse voor elkaar is volledig verdwenen.*

Samen of apart uitleg geven?

Er zijn vele manieren om uitleg te geven. Er bestaat geen aanpak die goed is voor iedereen. U voelt zelf aan wat en hoe u best met elkaar en met uw kinderen omgaat. Samen of apart ouder zijn? Wat past bij u?

Van samen-ouders naar apart-ouder

Als ouders uiteengaan verandert hun relatie. De ene ouder moet ‘vrij’ worden van de andere ouder. U staat beiden alleen als ouder. Apart wonende ouders moeten meer zelfstandigheid verwerven. Dat is niet gemakkelijk. Het kan een tijdje duren voor u als ouder voor uzelf kunt spreken.

Voor vele ouders is het grootste verdriet dat ze de zorg voor hun kind niet meer delen met de andere ouder die als enige de kinderen even graag ziet als zij zelf. U deelt niet meer samen het plezier en de knopen rond de kinderen. De stap van samen-ouders naar apart-ouder is voor velen een onvermijdelijke maar pijnlijke overgang. Na verloop van tijd heeft u als ouder een prettig gevoel met uw kind, niet afhankelijk van de andere ouder.

Als u af en toe iets leuks met uw kind doet, ondervindt u op den duur dat ook ‘apart, zonder de andere ouder’ gezellig kan zijn. Houd het relax: boekjes voorlezen, naar de cinema gaan, een gezelschapspel spelen, gaan picknicken in het park, ...Tijd doorbrengen met uw kind is ook een manier om wat afstand te nemen van uw scheiding. En met mama of papa apart tijd doorbrengen, stelt een kind gerust. *Ze gaan wel uit elkaar maar ze zijn er nog voor mij. Ze gaan weg van elkaar maar ze blijven bij mij.*

U kunt dingen die enkel u interesseren, tóch samen met uw kind doen, bijvoorbeeld bepaalde vrienden bezoeken. Waarom niet? Als u ervoor zorgt dat uw kind op een plek in uw buurt wat kan lezen of spelen, is het ook voor uw kind aangename tijd met u. Ook met uw kind dingen doen die enkel uw kind interesseren, bijvoorbeeld een bepaald tv programma bekijken, kan binden. Een kind heeft zijn mama of papa graag eens voor zich alleen. Als het ene kind naar een verjaardagsfeestje gaat, kunt u met het andere gaan zwemmen.

De mate waarin ouders hun autonomie doortrekken verschilt. Sommige ouders blijven veel samen doen. Anderen doen de meeste activiteiten met hun kind apart.

Geeft u samen uitleg?

Wie zal wat zeggen? Beiden om beurt een stukje? Of iemand de uitleg en de ander de antwoorden op de vragen? Lukt het zonder elkaar te beschuldigen? Dan ziet uw kind dat u zonder roepen of verwijten over het apart gaan wonen kunt praten. En dat u beiden de beslissing heeft genomen. U hoort beiden de vragen en de antwoorden, en merkt beiden hoe uw kind reageert. Dan is het gemakkelijker om er achteraf verder op in te spelen.

Of geeft u elk apart uitleg?

Sommige ouders geven liever elk apart uitleg. Soms is de situatie zo gespannen dat ouders niet samen met de kinderen over de scheiding kunnen praten. Of het gaat gewoon gemakkelijker en beter apart. Zorg er voor dat de andere ouder op voorhand weet wat u wanneer zal zeggen. Dan weet de andere ouder wat uw kind gehoord heeft. En kan hij of zij ook iets doen met de reacties van uw kind.

Geeft u beiden dezelfde algemene uitleg? Bijvoorbeeld: *We maakten te veel ruzie, dat kon niet blijven duren.* Of geeft u elk een andere uitleg? Verschillen horen bij het leven. Zeg dat de andere ouder een andere reden heeft en dat het normaal is bij een scheiding dat ouders verschillende redenen hebben. *Wij willen alle twee het beste voor jou. We denken anders over de reden van onze scheiding. Jij hoeft niemand gelijk te geven.* Vertel elkaar achteraf hoe uw kind heeft gereageerd en wat u verder zult doen.

Een verklaring is nooit af

.....

Scheiden is voor een kind geen afscheid. Een gesprek over de scheiding is geen plechtig afscheidsritueel. Een Eenmalige Ware Grote Verklaring tijdens één belangrijk gesprek waar uw kind het de rest van zijn leven moet mee doen, is misleidend. Kinderen horen vele verklaringen over de scheiding. Als herhaling of toevoeging of met meer concrete informatie of helemaal anders bekeken.

Verklaringen zijn niet gesloten en definitief. Een uitleg is voorlopig. Misschien bekijkt u uw scheiding volgend jaar anders dan nu, met een andere reden. Uw kind wordt ouder en bekijkt de wereld anders. Voorzie dat u in de loop van de komende jaren opnieuw uitleg geeft, en bij het ouder worden van uw kind misschien met meer complexiteit.

Kinderen hebben geduld nodig. Het duurt een tijdje voordat bepaalde dingen tot hen doordringen. Zelfs al lijkt het dat uw kind sommige dingen die u hem vertelt goed begrijpt, toch is het mogelijk dat hij niet luistert omdat hij vast zit op iets wat u eerder heeft verteld. Het is normaal dat uw kind het gesprek terugbrengt naar iets wat al vroeger werd besproken. Dan herhaalt u wat u al gezegd heeft of geeft u nieuwe antwoorden op nieuwe vragen.

Sommige verklaringen kan geen enkel kind in één keer vatten. Vertel dan beetje bij beetje over wat tot uw beslissing heeft geleid. Sommige uitspraken herhaalt u best in elk geval, vooral in de beginperiode van de scheiding. *Jij bent niet de schuld van onze scheiding. Jij kan daar niets aan doen.*

Uitleg geven over spanningen

Het is goed dat ouders hun kinderen niet met hun emoties en zorgen willen belasten. Maar kinderen voelen van alles en denken snel dat ze zelf slecht zijn. Sommige ouders beschermen hun kinderen zo veel mogelijk tegen hun ongelukkige partnerrelatie. Hun kinderen hebben dan weinig besef van de moeilijkheden en zijn overrompeld door de mededeling van de scheiding.

Kinderen die uit een gezin komen waarin de partnerconflicten openlijk waren, schrikken minder als de scheiding komt. Kinderen aanvaarden gemakkelijker een scheiding als ze ‘gewaarschuwd’ zijn, als ze weten dat hun ouders grote problemen hebben.

Kinderen die niet weten hoe de partnerrelatie van hun ouders verloopt, zien het uiteengaan als een onverwachte en oncontroleerbare gebeurtenis. Ze kunnen helemaal overstuur geraken en denken vaak dat zij zelf de schuld zijn van de scheiding. Sommige kinderen voelen zich bedrogen wanneer ze ontdekken dat het leven met twee van de mensen waarvan ze dachten dat ze die beter kenden dan wie ook in de wereld, niet was wat ze geloofden.

De spanningen verdragen getuigt van veel inzet maar erover zwijgen is niet per se een goede zaak. Zwijgen geeft verdriet en schept afstand. Zwijgen is eenzaam. Ouders spreken best over spanningen die een eventuele scheiding voorafgaan. Kinderen voelen het toch. Als ouders zwijgen over spanningen die het kind voelt, kan een kind denken dat het niet meetelt. 's Avonds in bed zal het kind daarover piekeren. Als er al veel spanningen zijn zonder echte beslissing om te scheiden kunt u misschien zeggen:

- *Wij zijn weer aan het kibbelen, dat is vervelend voor jullie. Dat hebben wij ook niet graag.*
- *Mama en papa zijn aan het nadenken en aan het zoeken naar een goede oplossing voor iedereen. We zullen een goede oplossing voor jou zoeken en je daarvan op tijd op de hoogte brengen.*
- *We hebben een twijfelperiode. Dat is vervelend, voor iedereen. Maar we willen tijd nemen om alles goed tegen elkaar af te wegen en beslissingen te nemen die goed zijn voor jou. Dat maakt je verdrietig. Misschien ben je bang dat we gaan scheiden en ben je daarom boos op ons. Het is voor ons niet gemakkelijk dat wij je verdrietig en boos maken maar we vinden het wel heel normaal dat je je zo voelt. Het spijt ons.*
- *We willen dat je weet dat mama en papa het serieus moeilijk hebben om verder te gaan. We zijn dikwijls echt ongelukkig. Onze problemen zijn lastig voor ons, we weten dus dat het voor jou ook lastig en pijnlijk is om erover te horen. We weten niet precies wat we gaan beslissen maar je moet weten dat we soms denken aan een scheiding. We hebben nog geen beslissing genomen maar we zullen het je zeker op tijd zeggen als we ooit zouden beslissen te scheiden. Wat er ook gebeurt, we willen dat je weet dat wij je alle twee heel graag zien. Je bent ons kind en we zullen altijd voor je blijven zorgen. Je moet ook weten dat wij volwassenen zijn en dat we voor onszelf kunnen zorgen. Ons ongelukkig zijn is een probleem van volwassenen en we zullen een manier vinden om daarmee om te gaan. We weten dat onze problemen ook jou raken. Jij hebt er ook last van, niet enkel wij. Je kan er altijd met elk van ons over spreken. We zullen ons best doen om je vragen te beantwoorden. Het spijt ons dat we je dit moeten vertellen. Maar wat er ook gebeurt, je moet weten dat we altijd je mama en je papa zullen zijn. Dat zal nooit veranderen.*

Uitleg geven over de verblijfsregeling

Kinderen willen weten hoe hun leven in de praktijk zal veranderen. Kinderen zijn soms bang voor de veranderingen. Ze maken zich vooral zorgen over de verblijfsregeling. De Kinderensite en de Jongersite tonen waarover kinderen en jongeren zoal kunnen piekeren. Wat herkent u, wat niet? Als u met uw kind de Kinderensite bekijkt, merkt u wat uw kind bezig houdt en wat niet. *He, wat Robbe zegt heb ik jou ook al horen zeggen. Weet je nog? Of: Dat vind ik eigen-*

aardig wat Klara vertelt. Wat vind jij daarvan? Wat vindt uw ouder kind over de verhalen op de Jongerensite?

U kunt er niet voor zorgen dat uw kind altijd bij u zal verblijven. Stel uw kind gerust. Vertel wat er echt gaat gebeuren. Wat gaat er veranderen voor uw kind? Wat blijft hetzelfde?

- *Het zal niet gemakkelijk zijn: verhuizen van het ene huis naar het andere. We zullen er samen proberen het beste van te maken. We zullen je helpen gewoon worden aan de veranderingen. Als je triest bent of kwaad, zeg het ons dan kunnen we je troosten of onderzoeken wat je kwaad maakt. En als je iets niet begrijpt vraag het ons. Dan proberen we het je uit te leggen.*
- *We hebben beslist dat je voorlopig op schooldagen bij mama woont en op weekenddagen bij papa. Maar je moet weten dat dit slechts een voorlopige regeling is. We willen alle twee dat je zo veel mogelijk tijd bij ons doorbrengt. We werken met een bemiddelaar die ons helpt om dit uit te zoeken. We zullen het je laten weten zodra we een overeenkomst hebben. Nu is het een compromis dat we een tijdje zullen uitproberen. Denk jij ook eens na over de regeling? En vertel ons dan je gedacht. Als je ideeën hebt over wat je zou willen dan zullen we daar naar luisteren en daar over nadenken. Als je wil dat wijzelf de beslissing nemen zonder jou daar bij te betrekken, dan is dat ook goed.*
- *We hebben beslist dat de beste regelingen voor jullie zijn: verblijf dagen en uren. Wat kunnen jullie meenemen naar mama/papa? Er zal een kamertje zijn met een foto van mama/papa. Jullie kunnen telefoneren naar mama/papa. We zullen het communiefeest, de muziekles, de scouts zo regelen dat... En de hond...*
- *Gedurende de tijd dat ma werkt (of dansles volgt of...) kan je altijd bij je pa terecht. Wij spreken daarover steeds met je af.*

Weten hoe zij heen-en-weer verhuizen, stelt jonge kinderen gerust. U kunt de dagen dat uw kind bij mama of bij papa is, aanduiden op een kalender. Misschien is de vis-a-vis iets voor u. Deze verblijfskalender is speciaal ontworpen om jonge kinderen van apart wonende ouders op een leuke manier zicht te geven op hun verblijfsregeling.

Pubers kunnen scherpe uitspraken doen over de verblijfsregeling. Ze zien bijvoorbeeld het hoofdverblijf bij moeder als een ‘plicht’, *Ik moet bij mijn moeder wonen*, en de verblijfstijd bij vader als een ‘gunst’, *Vader mag blij zijn dat ik elk weekend naar hem ga*. Uitleg wordt kritisch ontvangen. En toch is wat uitleg nodig. Anders werken jongeren niet mee aan de uitvoering van de regeling. Ze willen begrijpen waarom zij zo heen en weer moeten.

Waarom kiezen mijn ouders die regeling? Waarom beslist een rechter dat ik langer bij mama verblijf dan bij papa? Kinderen hebben ook vragen over de manier waarop de zaken geregeld worden. Waarom gaan mijn ouders niet naar de rechter? Waarom stappen mijn ouders in bemiddeling? Waarom stopt de bemiddeling zonder overeenkomst? Waarom hebben mijn ouders elk een advocaat? Ook de kostenregeling roept vragen op. Waarom betaalt papa meer dan mama?

Uitleg geven over een nieuwe partner

.....

Kinderen aanvaarden iets gemakkelijker dat ouders niet meer bij elkaar passen, dan een nieuwe partner als reden van de scheiding. Vele kinderen worden kwaad op de ouder met een relatie, en trekken partij voor de andere ouder. Kinderen zijn ontredderd als ze plots ontdekken dat een ouder een nieuwe partner heeft. Ook de ontdekking door een ouder van de relatie die de andere ouder heeft, is voor kinderen verontrustend. Wie zegt wanneer wat over een nieuwe partner?

Verliefdheid maakt blind. Men kan zo enthousiast zijn over een nieuwe vriend of vriendin dat men wil dat iedereen er zo snel mogelijk mee kennis maakt. De meeste kinderen maken niet zo vanzelfsprekend ‘plaats’ voor hun ouders als ‘partners’. Zeker in de periode van de scheiding hebben kinderen de aandacht van hun beide ouders nodig. U wacht misschien best een tijdje om een nieuwe partner aan uw kind voor te stellen...

Hoe uw nieuwe partner voorstellen? Hoe wilt u dat uw kind omgaat met uw vriend of vriendin? Uw vriend of vriendin vervangt niet zijn moeder of zijn vader maar zal wel mee wonen met zijn papa of mama. Het is allerminst vanzelfsprekend dat uw nieuwe partner een nieuwe ‘moeder’ of ‘vader’ voor hem is of zal zijn. Uw kind heeft tenslotte een vader en een moeder. *Misschien ben je in het begin een beetje afwachtend. Dat mag best.*

Vertelt u zelf dat u een vriendin of vriend heeft? De mededeling van de relatie met een nieuwe partner kan kort en zakelijk zijn. Of met uitleg over wat het

kind al van iemand anders heeft vernomen. Iets zeggen over een nieuwe partner kan bijvoorbeeld zo:

Ik moet je vertellen dat een van de redenen waarom we scheiden is dat ik verliefd ben geworden op iemand anders, en ik ben nog steeds verliefd op haar. Dit is heel moeilijk om aan jou te vertellen. Ik ben niet fier over de manier waarop dit is gebeurd, maar ik wil dat je het van mij persoonlijk hoort. Dat je mama dit moest te horen krijgen was heel moeilijk voor je mama en dat is een deel van de reden waarom we zoveel ruzie hadden. Er zijn nog veel andere redenen maar daar kunnen we het een andere keer over hebben. Je kan aan mij alleen of aan je moeder alleen, vragen stellen over deze zaken of over andere zaken als je dat wil. Je moet wel weten dat mama en ik vinden dat je niet veel details moet kennen. Dit is echt een grotemensenprobleem. Het spijt mij dat ik het voor jou zo moeilijk maak.

Sommige privé zaken blijven best privé. Een gsm met berichtjes niet laten slingeren en mailberichten wissen of onbereikbaar maken, kan kinderen leed besparen.

De nieuwe partner zal andere gewoontes hebben. Misschien heeft hij of zij een andere manier van koken of een andere manier van orde maken. Misschien leest hij of zij minder of meer lezen, werkt hij of zij minder of meer in de tuin, helpt hij of zij minder of meer bij huistaken. Misschien 'moeit' hij of zij zich minder of meer. Wat denkt uw kind over uw nieuwe vriend of vriendin? Welke vragen heeft uw kind? *Wat doet de nieuwe partner van mijn papa echt goed met mij? Waar vind ik dat zij te anders doet dan... mijn mama?* Op termijn zien kinderen zelf ook hoe een nieuwe partner voor hun moeder of vader een steun kan zijn, ook praktisch zoals samen een auto of een huis betalen.

Hoe aan de eigen kinderen de kinderen van de nieuwe partner voorstellen? Als de nieuwe kinderen jonger of ouder zijn dan de eigen kinderen dan verandert de plaats van de kinderen. Uw oudste kind wordt plots niet meer 'het oudste kind'. Of uw jongste kind wordt plots niet meer 'het jongste kind'. Wat doen? Valt 'het middelste kind' tussen de plooiën?

Als er een nieuwe partner met kinderen is dan ontstaat er onwennigheid. *Moeten wij ons huis verlaten en gaan wij in een huis met vreemde kinderen wonen, in hun huis? Of komen zij in ons huis wonen en moeten wij onze kamer delen met vreemde kinderen? Of gaan we allemaal in een nieuw huis wonen?*

Nog gevoeliger: *Moet ik mijn papa delen, mijn mama delen met vreemde kinderen?* Als u beiden een nieuwe partner heeft is de situatie evenwichtiger en misschien minder emotioneel geladen. Natuurlijk is niet alles een probleem. Nieuw samengestelde gezinnen zijn ook regelmatig echt gelukkig zoals andere gezinnen.

Hoe de kinderen voorbereiden op de komst van een nieuw kindje van mama/papa met een vreemde man/vrouw? Welke vragen heeft uw kind over het toekomstige halfbroertje of halfzusje?

Als uitleg geven heel moeilijk is...

Als de relatie tussen de ouders vijandig is, is het onmogelijk om kwaadheid op elkaar te beheersen. Een gesprek samen helpt dan niemand vooruit. Maar soms is het ook alleen niet mogelijk om uw kind sereen en bedachtzaam uitleg te geven. Dan kan iemand anders uw kind wat uitleg geven over wat er rondom hem en met hem gebeurt, de andere ouder of iemand van de familie of een juf of de ouder van een klasgenoot of een therapeut.

Kent u iemand die u vertrouwt? Iemand die goed kan luisteren zonder kwaad te worden, aan wie uw kind zijn zorgen kan vertellen. Vraag wat uw kind gezegd of gevraagd heeft tijdens het gesprek. Als uw eigen emoties wat gezakt zijn, kunt u zelf nog wat uitleg geven.

IETS DOEN MET WAT UW KIND ZEGT

Als kinderen meetellen krijgen ze vat op wat er rondom hen gebeurt. Ze voelen zich beter als ze een actieve rol hebben in de organisatie van het apart wonen, als ze kunnen zeggen wat ze belangrijk vinden, waarvoor ze bang zijn, wat ze niet willen dat gebeurt. Maak de bijdrage die uw kind heeft, zichtbaar voor het kind. *Ik kan rekenen op mama en op papa. Wat er ook gebeurt, mijn ouders houden rekening met mij. Als ik iets te zeggen heb luisteren ze goed en doen ze er iets mee.*

Ouders laten hun kind op allerlei manieren meetellen in de regelingen. Sommigen geven hun kind uitleg over de beslissingen die zij nemen of die de rechter neemt. Ze leggen uit hoe zij of de rechter met de bekommernissen van het kind rekening hebben of heeft gehouden. Anderen geven hun kind inspraak in enkele

van de regelingen die het kind zelf belangrijk vindt. Of ze zorgen ervoor dat hun kind opmerkingen en aanvullingen bij de beslissingen kan geven. *Welke last berokkent de gekozen verblijfsregeling je? En wat kunnen we eraan doen zodat je minder last hebt?*

Meetellen is niet hetzelfde als beslissen. Kinderen beslissen niet dat er een scheiding komt, en kinderen tellen niet mee in de beslissing om te scheiden. Kinderen beslissen niet welke regelingen er komen maar ze tellen wel mee in de regelingen. Kinderen dienen gerust gesteld te zijn dat zij niet verantwoordelijk zijn voor beslissingen. Hun ouders nemen beslissingen of een rechter neemt beslissingen. Kinderen kunnen de regelingen mee sturen.

Wat kan uw kind mee sturen?

Kinderen tellen mee in de regelingen als hun ouders rekening houden met wat hen bezig houdt. Wat vindt uw kind belangrijk? Heeft uw kind vooral praktische bekommernissen en wat kunt u daarmee doen? Als uw kind bijvoorbeeld heel graag buiten speelt, kunt u voor hem een plek met een tuin of met een park in de buurt, zoeken. Mist uw kind de andere ouder als hij bij u is? Wat doen? Kan uw kind gemakkelijk mailen naar de andere ouder? Of misschien kan de andere ouder af en toe een sms'je sturen? Of helpt een foto?

Misschien is uw kind bezig met zaken die u helemaal niet belangrijk vindt, waar u zelfs niet zou aan denken. Sommige kinderen maken zich bijvoorbeeld zorgen over een privéplek om enkele bijzondere persoonlijke zaken te bewaren. Wat kan zo'n plek zijn? Kinderen vinden brainstormen meestal leuk en vinden graag zelf goede oplossingen.

In welke discussies kan uw kind zijn zegje doen? Als u zou kunnen akkoord gaan met twee of drie verblijfsregelingen tijdens vakantieperiodes, kan uw kind misschien kiezen wat hem het best past. Vraag zijn gedacht. En doe er dan iets mee.

Welke wensen van uw kind kunt u volgen? Welke niet? Wil uw kind eens wat vroeger dan de regel naar de andere ouder? Kan dat? Misschien nu niet maar later wel? Zodra een regeling goed geïnstalleerd is, komt er meestal ruimte voor soepelheid. Dan kan er gemakkelijker af en toe van de vaste regel worden afgeweken. Vele kinderen vinden het belangrijk dat de regelingen kunnen herzien worden. Wat denkt uw kind hierover? Wil uw kind de gang van zaken mee volgen, en kan het hier en daar mee sturen?

Merkt u dat uw kind iets dwars zit? *Ik wil helemaal niet naar een andere school.* Is een andere school onvermijdelijk? Kan uw kind dit begrijpen? Misschien aanvaardt uw kind uw beslissing. *Als het echt niet anders kan dan moet het maar.* Kinderen houden van complimenten. *Het is fijn dat je mee helpt de overgang zo goed mogelijk te doen verlopen ondanks de last.*

Wil uw tiener meer dan meetellen?

Kinderen willen niet zozeer meebepalen maar wel meetellen. Ze willen een beetje kunnen 'kiezen' maar niet te veel. Jongeren willen niet enkel meetellen maar ook meebepalen. Dit betekent: thuis veel gepalaver en onderhandelen over hoe mee bepalen waarover? Op welke gebieden bepaalt uw jongere? Hoe bespreken met een schoolkind dat de oudere zus wel meebepaalt?

Wat vind jij belangrijk als we gaan apart wonen? Waar wil je dat wij rekening mee houden? Heb je voorstellen voor een bepaalde regeling? Welke gevolgen heeft een regeling op de vriendenkring en de vrijetijdsactiviteiten van uw kind? Hoeveel zakgeld krijgt uw jongere van wie en wanneer? Is dat anders dan vroeger? Om hoe laat moet hij of zij thuis zijn? Verandert dit uur door de twee huizen? Bij wie kan hij of zij nu blijven slapen en wordt dat anders door de scheiding? Wie zal nu naar de schoolvergaderingen gaan? Draai samen met uw tiener filmpjes over hoe een bepaalde verblijfsregeling voor uw tiener zou lopen. Hoe lopen verblijfsregelingen bij de schoolvrienden? Wat vinden zij ervan?

Jij kan voorstellen doen maar wij beslissen. Het gezag en de verantwoordelijkheid blijven bij ons, de ouders. Dit blijft zo, zelfs al kiezen wij een regeling die jij hebt voorgesteld.

Wil uw kind dat de school iets weet over de scheiding? Wat? En wie zal melden dat er een scheiding komt? Zegt u zelf aan de schooldirecteur dat u gaat scheiden? Dan toont u meteen dat u verantwoordelijk bent voor deze beslissing en niet uw kind. Kinderen tellen niet mee in de beslissing om te scheiden. U kunt ook meteen de verblijfsregeling en nieuwe adressen meedelen. Of vertelt uw kind dat liever zelf? Welke afspraak maakt u met de school over schoolvergaderingen en rapporten? Sommige scholen maken twee uitnodigingen en twee rapporten. Wat vindt uw kind daarvan?

Wat doen met moeilijke uitspraken?

Soms zeggen kinderen moeilijke dingen. Dan is het niet gemakkelijk om daar 'iets mee te doen'. Elke situatie is anders. Hieronder enkele algemene tips die u misschien op weg helpen.

Mijn kind zegt dat het bang is van de andere ouder.

Wat kan ik daarmee doen?

Zoek uit wat precies uw kind bang maakt. Is het het huis? Of de harde stem of de spannende films waar de andere ouder naar kijkt? Zijn het de grapjes die vader maakt als hij gedronken heeft? Zoek met uw kind wat uw kind kan doen om minder bang te zijn. *Ja, je hebt twee ouders en je moet je plan trekken met de andere ouder.* Kan uw kind met iemand bellen als het bang is?

Mijn kind zegt dat het liever meer tijd bij de andere ouder wil doorbrengen.

Wat kan ik daarmee doen?

Het lijkt alsof uw kind u aanklaagt maar is dat wel zo? Waar is uw kind mee bezig? Wat vertelt het precies? Deins niet terug voor wat uw kind vertelt. Geen paniek. Denk niet aan de andere ouder. Kijk naar uw kind. Wat zegt uw kind? Verken waarmee deze uitspraak te maken heeft. Met het leuker huis of met de interessantere omgeving? Of omdat er lekkerder gekookt wordt? Krijgt het kind ginds meer vrijheid, reageert men minder streng op schoolresultaten?

Blijf zakelijk ouder als het over de regelingen gaat. Heeft het kind argumenten die u kan begrijpen of niet? Welke argumenten kan u aanvaarden om de verblijfsregeling te veranderen, welke niet? *Meer vrijheid vind ik niet goed voor jou.*

Mijn kind zegt dat het niet meer naar mij wil komen.

Wat kan ik daarmee doen?

Als ouders een slepend conflict hebben, wordt er dikwijls gezegd dat het kind is 'opgestookt' door een ouder. Dat een kind niet zegt wat het kind wil maar wat een ouder wil. Men zegt dat mama of papa het kind 'manipuleert'. En dat het kind daarom zegt dat het niet meer naar een ouder wil gaan.

Het is niet simpel om uit te maken of zo'n uitspraak van de ouder komt of van het kind. Ga er toch maar van uit dat het kind spreekt, dat het de stem van het kind is. Neem de uitspraak ernstig, ga er op in, stel uw kind vragen. Houd de andere ouder uit het vizier. Steek uw energie niet in de andere ouder maar in uw kind. Als uw kind zo'n dingen zegt dan nodigt uw kind u uit om stil te staan bij waar uw kind mee bezig is.

Waar heeft deze uitspraak mee te maken? Met uw huis of met de omgeving? Of met uw manier van koken? Reageert u streng op uitgangsuren en schoolresultaten? Blijf zakelijk ouder als het over de regelingen gaat. Heeft uw kind argumenten die u kunt begrijpen of niet? Welke argumenten kunt u aanvaarden om de verblijfsregeling te veranderen, welke niet? *Duidelijke regels vind ik goed voor jou.*

Als u uw kind weinig ziet...

'Goed voor een kind zorgen' kan betekenen 'het kind een tijdje niet ontmoeten'. In een fel conflict tussen de ouders, is dit soms de enige manier om een kind niet klem te zetten. U kunt familieleden of vrienden wat uitleg geven. 'Vechten voor een kind', komt een kind niet altijd ten goede.

Kinderen rekenen op ouders die er blijven naar streven om hen gelukkig te maken. Hoe toont u dat u betrokken blijft ondanks de tijdelijke afstand? U kunt bijvoorbeeld af en toe een kaartje sturen, zonder daarom ook een antwoord te verwachten. Zo weet uw kind dat u aan hem of haar denkt. Wanneer de gemoederen bedaard zijn, kunt u het initiatief nemen om uw kind opnieuw te ontmoeten.

ELKAAR ONDERSTEUNEN

Een scheiding brengt onvermijdelijk spanningen met zich mee. Zelfs met de beste wil van de wereld lukt het meestal niet of niet helemaal of niet altijd om uw kind buiten uw spanningen te houden. Zelfs als er geen openlijke ruzies zijn, voelen kinderen spanningen. Kinderen hebben antennes voor de kopzorgen van hun ouders.

Als spanningen escaleren, kunnen kinderen daar last van krijgen. Niet elk ouderconflict leidt tot problemen bij kinderen. Kinderen kunnen ontredderd

raken bij veelvuldig conflict. Of bij conflict met veel vijandigheid, waarin het kind betrokken raakt of dat rond het kind draait. Ook conflicten die niet opgelost raken, blijven aanslepen en die open gebeuren, kunnen kinderen leed berokkenen.

Wilt u spanningen in de hand houden? Uw ouderschap zakelijk regelen kan daartoe veel bijdragen. Onderhandel zakelijk over uw regelingen, niet te veel afgeleid door emoties. Zet emoties naast zaken. Onderhandel over uw kind als ouder, niet als ex-partner. Zet ex-partner naast ouder. *Wat vind ik als moeder/vader goed voor mijn kind? Wat zou deze regeling betekenen voor mijn kind?* Focussen op uw kind en niet op de andere ouder, kan ruzies intomen of vermijden. U blijft ouder van uw kind. Investeer vooral in uw relatie met uw kind. *Hoe kan ik mijn kind ondersteunen? Kan ik iets doen met het verdriet en de kwaadheid die mijn kind voelt?*

Emoties als ex-partner brengen dikwijls veel onrust. Lukt het de ander zoveel mogelijk als ouder en niet (meer) als ex-partner te zien? *Kan ik de andere ouder ondersteunen? Kan ik iets doen waardoor de andere ouder een goede ouder blijft of een (nog) betere ouder wordt?* De andere ouder niet zwart maken is al heel wat.

Sommige ouders ondersteunen elkaar zonder elkaar veel te zien, met een afstandelijke beleefde omgang. Andere ouders ontmoeten elkaar vaak en gaan vriendschappelijk met elkaar om. Wat brengt rust in uw omgang?

Uw ouderschap zakelijk regelen

Wees zakelijk en blijf bij de zaak

Wees zakelijk: zet emoties naast zaken. Regel weloverwogen, goed doordacht, niet afgeleid door (tijdelijke) emoties. Zakelijk regelen betekent niet: ‘meningsverschillen toedekken en nooit conflicten hebben’, of: ‘toegeven aan de eisen van de andere ouder’. Meningsverschillen zijn normaal. Verduidelijk uw bekommernissen. Vertriebel het regelen niet door te veel ongenoegen, teleurstelling en kwaadheid.

En blijf bij de zaak: regel als ouder, niet als ex-partner. Het gaat over ouderschap. Regel uw ouderschap als ouders. Zet uw vragen en bekommernissen als ouder voorop. *Wat vind ik als moeder/vader goed voor mijn kind? Wat zou deze regeling betekenen voor mijn kind?* Focus op uw kind. Geef uitleg over wat u bezig

houdt als ouder, zeg wat u wilt als ouder. Zakelijk regelen betekent dat u op het moment dat er beslissingen genomen worden over uw kind, gericht blijft op het welbevinden van uw kind. U hoeft daarvoor geen vrienden te zijn of elkaar veel te ontmoeten.

Waarom uw ouderschap zakelijk regelen?

‘Kinderen zitten niet klem’ blijkt uit onderzoek een belangrijke positieve factor te zijn voor het welbevinden van apart wonende ouders. Als spanningen tussen hun ouders escaleren, kunnen kinderen daar serieus last van krijgen. Uw ouderschap zakelijk regelen kan spanningen in de hand houden.

Dan blijft niemand hangen in gevecht, in teleurstelling, in bitterheid over het verleden en over de scheiding. Dan komt er rust. Dan kan iedereen vooruit. Dan gaat het leven na de scheiding verder met een blik op de toekomst. Uw ouderschap zakelijk regelen vergroot de kans dat iedereen de nieuwe regelingen aanvaardt en uitvoert. En zich inspant om de regelingen goed te doen werken. Goed voor iedereen, zoveel mogelijk rekening houdend met wat iedereen belangrijk vindt.

Regel daarom uw ouderschap zakelijk, welk traject u ook volgt. Wanneer er beslissingen over uw kind moeten genomen worden – door uzelf of door een rechter – richt u op ‘de zaak’: het welbevinden van uw kind.

Hoe uw ouderschap zakelijk regelen?

U hebt verstand én gevoel. U bent ouder én ex-partner. U hebt een verleden én een toekomst. U hebt een mening én de andere ouder heeft een mening. In uw dagelijkse leven loopt alles door elkaar. Als u onderhandelt houdt u best de dingen uit elkaar.

• *Zet emoties naast zaken*

Emoties zijn slechte raadgevers. Verschuif uw focus van uw eigen gevoelens over de scheiding naar het welbevinden van uw kind. Zo regelt u doordacht ouderschap op basis van wat voor uw kind belangrijk is, niet vanuit de emoties die een scheiding teweegbrengen.

Hoe beter u met uw emoties omgaat, hoe meer energie u zakelijk in uw ouderschap kunt steken. Dat is belangrijk tijdens onderhandelingen over regelingen voor uw kind. Als u emotioneel bent, denkt u minder goed na.

Bent u kwaad en/of triest? Doe er iets mee. Zoek een passende plek voor uw kwaadheid of verdriet. Bel naar vertrouwde mensen. Val uw vrienden lastig (niet uw kind). Stap naar een hulpverlener met knellende kwesties zoals *Hij is absoluut niet te vertrouwen... Je kunt nooit op haar rekenen... Hij is lui en heeft nooit een vinger in huis uitgestoken... Ze is onverdraaglijk autoritair... Hij is een dronkaard...*

Zet uw gevoelens naast ouderschap. Praat ofwel over emoties ofwel over ouderschap. Praat niet over alles tegelijk. Onderhandelt u over regelingen voor uw kind? Zet dan uw blik op de zoektocht naar verstandige regelingen, die goed zijn voor uw kind. Als u niet ingaat op uitdagingen en verwijten van de ex-partner maar uw kind voor ogen blijft houden, zal de andere ouder dit op den duur ook doen.

Bent u heel kwaad op uw ex-partner? Houd afstand, zowel fysiek als emotioneel. Spreek enkel als ouder met de andere ouder over de kinderen. Telefoon of mail op afgesproken uren. Houd telefoons en mails zeer kort en zakelijk. Als u toch zelf wilt onderhandelen over uw ouderschap kunt u naar een bemiddelaar gaan. Die is getraind om emoties naast zaken te zetten.

• **Zet ex-partner naast ouder**

Partners hebben een verbreekelijke band met elkaar. Partners kunnen ex-partners worden. Partners kunnen scheiden. Scheiden brengt bij partners heel wat gevoelens teweeg. Ex-partners kunnen na de scheiding alle betrokkenheid met elkaar verliezen. Ouders hebben een onverbreekelijke band met hun kind. Ouders kunnen geen ex-ouders worden. Ouders kunnen apart gaan wonen. Apart gaan wonen brengt bij ouders heel wat gevoelens teweeg. Zij behouden hun betrokkenheid op hun kind.

U bent ex-partners van elkaar. En u bent ouders van hetzelfde kind. Dat kan heel verwarrend zijn. Een scheiding kan bijvoorbeeld een opluchting zijn terwijl apart wonen tegelijkertijd bijzonder lastig is. Of omgekeerd. De twee posities zijn vaak op een ingewikkelde manier met elkaar verweven. *Spreekt hij nu als mijn ex-man of als de vader van mijn kind? Waarover gaat het eigenlijk? Of: Vindt zij dit werkelijk als moeder het beste voor ons kind of zegt ze dat omdat zij als ex-vrouw kwaad is op mij?* Misverstanden hangen voortdurend in de lucht.

Ex-partners zien ex-partners. Ouders zien kinderen. Ouders denken anders en willen andere dingen dan ex-partners. Wat denkt en wilt u als moeder? Wat denkt en wilt u als vader? Onderhandel als ex-partners over uw goederen, over uw huis bijvoorbeeld. En onderhandel als ouders over uw kind, over de verblijfsregeling

bijvoorbeeld. In de praktijk worden onderhandelingen over ouderschap meestal verstoord door uitspraken van ex-partners die niets met de kinderen te maken hebben. Hoe komt dat?

Een scheiding raakt aan het fundamenteel zelfbeeld van elke mens. Een scheiding roept onzekerheid, twijfels en kwetsbaarheid op. *Ben ik wel een goede partner geweest? Zal ik ooit een goede partner kunnen zijn? Ben ik wel een goede zoon/dochter van mijn ouders? Ben ik wel een goede moeder/vader?*

Als u spreekt zegt u altijd tegelijk iets over uzelf en over de ander. U zegt tussen de regels wat u van u zelf vindt. En wat u van de ander vindt. Dit zit in uw toon en in uw lichaamstaal. Mensen willen dat anderen positief over hen denken. *Zie mij als een eerlijke, trouwe partner. Zie mij als een goede ouder die alles voor zijn kind over heeft.*

Veel discussies gaan letterlijk over kasten, meubels, huizen, kinderen... terwijl ex-partners elkaar in hoofdzaak eigenlijk subtiele boodschappen geven over wat zij voor elkaar willen betekenen. Het is ook mogelijk dat de ene het echt over de kast heeft: *Die kast is niet veel geld waard.* Terwijl de ander deze uitspraak hoort als *Is dat alles wat je voor mij overhebt, na al wat ik voor jou gedaan heb?* De ene is zakelijk aan het onderhandelen, terwijl de andere bezig is met de partnerrelatie.

Door de verwarring van de ouderrollen met de ex-partnerrollen discussiëren en onderhandelen vele ouders erg bits en verwijtend over hun kind. Scheidende koppels raken snel in een spiraal van wederzijdse kwetsuren verzeild. Het is te veel gevraagd om voortdurend voorzichtig met elkaar om te gaan. In de discussies over het kind sluipen de emoties als partners dikwijls binnen. De kwaadheid en het verdriet van de partner zitten verweven in de standpunten, de dreigementen, het gevecht, de voorstellen, de onderhandelingen over het kind. Als u merkt dat u heel moeilijk uw ouderpet kunt ophouden, kunt u hulp vragen van een ouderschapsbemiddelaar. Die is getraind om partnerschap naast ouderschap te zetten.

• **Zet verleden naast toekomst**

Samenwonen is geschiedenis. Voortaan woont u apart. Wat vroeger goed werkte, werkt nu misschien helemaal niet. Wat vroeger niet goed werkte, werkt nu misschien wel. Wat vroeger mogelijk was, is nu misschien niet meer mogelijk.

Wat vroeger niet mogelijk was is, nu misschien wel mogelijk. U moet vooruit. Uw kind moet vooruit. Focus op wat nu en in de toekomst mogelijk is.

Overleg over toekomstige regelingen loopt vaak vast in discussies over het verleden. *Wie heeft het meest gewerkt in het huis? Wie heeft het meest voor de kinderen gezorgd? Wie is het minst schuldig? Wie zat het meest onder de knoet van zijn familie?*

Zo kan de ene ex-partner uit kwaadheid over gebeurtenissen in het verleden, het contact van de andere ouder met het kind in de toekomst beperken. *Ik eis de eenzijdige uitoefening van het gezag en het hoofdverblijf van ons kind.* De belangrijkste boodschap tussen de lijntjes is, zonder woorden: *Ik ben kwaad op jou. Je hebt mij erg gekwetst.*

Praat ofwel over toekomst ofwel over verleden. Praat niet over alles tegelijk. Als u onderhandelt over regelingen voor uw kind, vermijd dan discussies over het verleden. Zet uw blik op de toekomst van uw kind.

• **Zet meningen naast elkaar**

Natuurlijk zijn er meningverschillen. Maak de sprong van *Ik heb gelijk* naar *Wij hebben allebei gelijk*. *Waarin vinden we elkaar? Wat helpt ons kind vooruit?*

Een journalist beschreef het ooit zo:

*Onderhandelen dus. Maar hoe?
Prijs uw tegenstander.
Loof haar schoonheid.
Bewonder zijn kracht.
Bejubel het tedere karakter van de medemens
die tijdens onderhandelingen aan de overkant
van de tafel sms'jes verstuurt.
Wie verheerlijkt wordt, zal toegeeflijk blijken,
terwijl wie zich vernederd voelt, zint op wraak.
Doe alsof u uw medemens bemint,
en na een tijdje bemint u hem werkelijk.
Gedraag u niet alsof u altijd gelijk hebt.
Daardoor bewijst u alleen maar dat u zich vergist.
Want alleen wie niet nadenkt, heeft altijd gelijk.*

Wie heeft gelijk? Hevige emoties volgen de weg van de enige waarheid. Daarom is het zo moeilijk om in een scheidings situatie de mening van de andere ouder te horen. Het is normaal dat mensen zich soms mokkend opsluiten in het eigen gelijk. Dat overkomt iedereen al eens.

Het doet deugd om zich in stilte te bezinnen over de eigen uitgangspunten. Of in eigen kring het eigen beeld weer eens onder de loep te nemen en pas daarna de onderhandelingen echt aan te gaan met de andersdenkende andere ouder. U kunt ook beroep doen op een bemiddelaar. Die is getraind om meningen gelijkwaardig naast elkaar te zetten.

Bekijk uw ruzies door de ogen van uw kind

Kinderen kijken op verschillende manieren naar ruzies tussen hun ouders, en ze doen er verschillende dingen mee. Sommigen denken bij groot kabaal: *Och, zijn ze weer bezig, weer die misverstanden...*, en ze lezen verder in hun boek. Anderen zijn ontredderd door stille kille omgang en gaan zelf stilletjes huilen op hun bed. Sommige kinderen komen verzoenend tussen bij een ruzie. Anderen worden meegesleurd in de strijd, en geven de ene ouder gelijk en de andere ouder ongelijk. Wat denkt uw kind over uw spanningen of ruzies?

Mama en papa kunnen wel eens tegen elkaar tekeer gaan. Dat is voor jou vast niet prettig. Ik heb al gezien dat je dan weggaat (of stilletjes voort speelt of je begint te moeien of...). We zullen proberen wat minder ruzie te maken. Vind je dat een goed idee?

U kunt verdoezelen wat uw kind weet en voelt. Of u kunt iets zeggen over wat uw kind denkt en voelt. Kinderen denken snel dat zij de oorzaak zijn van de ruzies en voelen zich daar schuldig over. *Die ruzies zijn iets tussen ons. Daar heb jij eigenlijk niets mee te maken.*

Als u vreest dat een gesprek kan uitmonden in verwijten en roepen, plan het gesprek dan wanneer uw kind er niet is. Bespreek uw problemen met elkaar, niet met uw kind. Als het niet gaat met elkaar, vraag raad aan een andere volwassene.

Uw kind ziet twee ouders

De meeste ouders zien elkaar op den duur enkel als ouders. Tijdens de scheiding is dat anders. U ziet een ex-vrouw die ook de moeder van uw kind is. Of u ziet een ex-man die ook de vader van uw kind is. Uw kind ziet geen ex-partner. Uw kind ziet enkel twee ouders. Uw ex-partner is voor uw kind enkel een mama of een papa. Uw kind wil zijn mama en zijn papa graag zien.

Als u kwaad bent op uw ex-partner dan weet en voelt uw kind dat. Kinderen denken soms dat zij dan ook moeten kwaad zijn op hun andere ouder. Of ze voelen zich schuldig omdat zij niet kwaad kunnen of willen zijn op hun andere ouder.

Kinderen weten dikwijls niet dat zij de andere ouder mogen blijven graag zien, ondanks kwaadheid van ex-partners op elkaar. U kunt dat gewoon zeggen, dat stelt uw kind gerust. *Het is niet omdat mama (als ex-vrouw) boos is op papa (als ex-man), dat jij ook boos moet zijn op papa.* En omgekeerd: *het is niet omdat papa boos is op mama, dat jij ook boos moet zijn op mama.* Dan kan uw kind beide ouders graag zien, zonder zich schuldig te voelen.

Kinderen voelen zich snel onder druk om partij te moeten kiezen voor de ene ouder tegen de andere ouder. Bijvoorbeeld als de ene ouder vraagt een vervelende boodschap over te brengen naar de andere ouder. Of als de ene ouder klaagt over de andere ouder, of lelijke dingen zegt over de andere ouder. Kinderen kunnen het daar heel moeilijk mee krijgen. Het is voor een kind veel gemakkelijker als ouders zelf en rechtstreeks hun persoonlijke boodschappen overbrengen. En bij familie of vrienden klagen over de andere ouder. Kinderen horen liever geen kwaad spreken over gebeurtenissen waar ze niets mee te maken hebben.

Sommige kinderen zeggen wat zij niet prettig vinden. Anderen zeggen dat niet, omdat ze hun ouders niet willen kwetsen of bang zijn van de reactie. *Je zegt niet veel... Vind je het vervelend dat ik je zo veel vragen stel over je mama/papa? Heb je liever dat ik dan niet meer doe?*

Ouders voelen zich soms onaangenaam geraakt als hun kind vertelt over de leuke kanten van de andere ouder, of over leuke dingen die ze bij de andere ouder gedaan hebben of kunnen doen. U kunt het ook anders bekijken. Als uw kind positieve dingen vertelt na een verblijf bij de andere ouder, geeft uw kind u een compliment. Uw kind weet dat het van u zijn andere ouder mag graag zien. *Zie mij als een kind van twee ouders die ik beiden graag zie. Zo zie ik mezelf. Zo mag ik mezelf zien.*

Richt u tot uw kind als ouder

Uw kind heeft met u alleen te maken als ouder. Als u zich tot uw kind richt als ouder dan kan uw kind zich tot u richten als ouder. Dan wordt uw kind niet meegesleurd in verwickelingen tussen ex-partners. Kinderen zijn niet graag bezig met de partnerrelatie van hun ouders.

Hoe blijft u duidelijk 'de ouder'? Kijk als ouder naar uw kind. *Wat houdt mijn kind bezig? Wat denkt en voelt mijn kind? Wat vindt mijn kind belangrijk? Wat zegt mijn kind? Wat zegt mijn kind niet? Wat doet mijn kind het meest verdriet? Wat maakt mijn kind kwaad? Hoe kan ik mijn kind steunen?*

Als mensen emotioneel zijn doen ze soms domme dingen. Zo richten ouders zich wel eens vanuit een ex-partner rol tot hun kind, bijvoorbeeld tijdens een ruzie *Emiel stond erbij. Hij heeft gezien dat jij begonnen bent met roepen, niet ik. Nietwaar Emiel?* U kunt dan nadien uw ouderrol terug op de voorgrond zetten *Dat we jou soms betrekken in onze ruzies zou niet mogen, en toch gebeurt het. Dit is moeilijk voor jou Emiel, sorry.*

Samen of apart ouder zijn?

Alle ouders moeten overstappen van samen-ouders naar apart-ouder. De mate waarin ze op elkaar betrokken blijven of samen dingen doen, verschilt. Wat is best voor uw kind? Elkaar ondersteunen betekent niet noodzakelijk dat u zoveel mogelijk samen ouder bent. Afstand houden en ontmoetingen kort en zakelijk houden, is soms de beste manier om spanningen in te perken. U kunt ook apart ouder zijn en toch elkaar ondersteunen. Er bestaat geen aanpak die goed is voor iedereen. Sommige ouders vermijden ruzies door weinig te overleggen en apart activiteiten te organiseren, anderen door veel te overleggen en veel samen te doen.

U voelt zelf aan wat en hoe u best met elkaar en met uw kinderen omgaat. Gaat u samen of apart naar de schoolvergaderingen? Gaat u samen of apart uitleg geven aan uw kind? Blijft u samen verjaardagsfeestjes en uitstapjes organiseren of elk apart? Wat is goed, en haalbaar? Feesten (een verjaardag, een communie, het Suikerfeest, een lentefeest) kunnen gelegenheden zijn om samen dingen te doen. Als u samen één feest voor uw kind organiseert, bespreek wat het beste is: met of zonder eventuele nieuwe partners. Maak uw leven niet te ingewikkeld. Misschien is het eenvoudiger de feesten apart te organiseren...

Sommige ouders regelen hun ouderschap met veel dingen ‘samen’, anderen met veel dingen ‘apart’. Sommige ouders kiezen voor co-ouderschap, anderen organiseren zich apart. Wat voor de een goed werkt, werkt niet voor een ander. *Oefent u samen gezag uit of oefent één ouder apart gezag uit?* Bijna alle ouders hebben gezagsco-ouderschap. Zij moeten samen belangrijke beslissingen nemen. *Is er één hoofdverblijf of verblijft uw kind evenveel bij elke ouder?* De meeste kinderen hebben één hoofdverblijf en verblijven regelmatig bij de andere ouder. Sommige kinderen hebben verblijfsco-ouderschap. *Beheert één ouder apart de kosten of beheert u samen de kosten?* Meestal beheert één ouder de kosten. Niet zoveel ouders kiezen voor kostenco-ouderschap, omdat het een ingewikkelde regeling is. Meer hierover vindt u onder *Uw ouderschap goed regelen. Wat regelen?*

U hebt heel waarschijnlijk gezagsco-ouderschap. U moet overleggen en alle belangrijke beslissingen samen nemen. Voor de uitvoering van een gezamenlijk genomen beslissing kunt u kiezen. Wat past bij u? De regel kan zijn: *Eén ouder mag een gezamenlijk genomen beslissing met toestemming van de andere ouder apart uitvoeren.* Dan kan bijvoorbeeld één ouder uw kind inschrijven in de school die u samen heeft gekozen. Of de regel kan zijn: *De ouders moeten belangrijke beslissingen niet alleen samen nemen maar ook samen uitvoeren.* Dan moet u samen uw kind inschrijven in de school.

Kritiek is een vraag naar verandering

Elkaar kritiek geven kan een manier zijn om elkaar te ondersteunen. Ouders zetten elkaar onder druk. Zij geven elkaar kritiek. Kritiek is eigenlijk een vraag naar verandering. Hoe kan het beter tussen ons? Wat wil ik dat de andere ouder anders doet? Wat precies kan hij of zij doen om mijn vertrouwen te winnen?

Ik heb moeite om de vader van mijn kind te vertrouwen omdat hij de verblijfsregeling altijd verandert. Hij zou mij tenminste drie dagen op voorhand moeten opbellen en eventuele wijzigingen tot eens per maand beperken. Dat zou beter zijn voor iedereen.

Meestal werkt kritiek averechts. Hoe komt dat? Wapens – zoals de andere ouder verwijten, belachelijk maken, niet luisteren, gelijk willen halen – vergroten conflicten. Zij vergroten het wantrouwen.

Het is moeilijk vechten met iemand die niet terugvecht. Wanneer de andere ouder aanvalt, schiet niet in de verdediging, spreek hem dan niet tegen, doe geen poging om hem te overtuigen van zijn ongelijk. Luister naar wat verteld wordt en ga daar ernstig op in. Herhaal met eigen woorden wat u denkt gehoord te hebben. Vraag of dit klopt en of de andere ouder inderdaad dat bedoelde. *Ik denk dat ik begrepen heb wat je wilt zeggen. Vind je het goed als ik zeg hoe ik het zie?* Zet meningen naast elkaar.

Kritiek lezen en verwoorden als een vraag naar verandering, en zelf geen wapens gebruiken, vraagt enige oefening... Meestal lukt het slechts af en toe.

Als elkaar ondersteunen moeilijk is...

Als u probeert zelf als ouder recht te blijven staan is 'de andere ouder ondersteunen' een onmogelijke opdracht. De andere ouder niet onderuit halen, kan een haalbare kaart zijn. Kwetsuren kunt u niet vermijden. U kwetst elkaar als ouders onbedoeld, subtiel en vaak ongemerkt. U kunt proberen elkaar zo weinig mogelijk te kwetsen.

Wat doet de andere ouder goed? Zeg er iets over. *Ik waardeer dat jij meer tijd in ons kind wilt investeren. Ik waardeer dat jij mij als ouder ruimte wilt geven. Ik waardeer dat jij in het belang van ons kind met mij wilt overleggen. Ik waardeer dat jij ons kind uit onze ruzie probeert te houden. Ik waardeer dat jij ons kind niet tegen mij opstoott. Ik waardeer dat jij zoveel tijd en energie investeert in het zoeken naar leuke kleren.*

Zwijgen is beter dan negatieve opmerkingen maken. Zeg niet: *Jij hebt je nooit beziggehouden met ons kind. Jij was nooit geïnteresseerd in schoolresultaten. Jij hebt geen gezag over ons kind. Ons kind zal je niet missen. Ons kind is liever bij mij. Jij wilt nu voor ons kind zorgen omdat jouw vriendin... Je bent geen goed voorbeeld voor ons kind.* U zwijgt beter.

Niemand kan met het zelfbeeld van 'slechte' of 'mislukte' of 'waardeloze' of 'onbestaande' ouder leven. Als men toch wordt aangevallen, zal men zich met hand en tand verzetten. Om lang aanslepende spanningen te vermijden is het nodig elkaars bestaansrecht als ouder te erkennen en daarnaar handelen. Als elkaar ondersteunen onmogelijk is dan is elkaar respecteren heel veel waard. Een kind moet immers voort met beide ouders. De ouders niet. Zij dienen hun aparte weg te gaan.

Koppel uw verleden als ouders los van uw toekomst als ouders. Kwetsende uitspraken over het gedrag van de andere ouder in het verleden, helpen uw kind niet. Benoem de vaardigheden die de andere ouder in de toekomst in uw kind kan investeren. Zet verleden naast toekomst.

Aanhoudende kwaadheid op uw ex vindt uw kind heel lastig omdat uw kind voort moet met uw ex. Uw kind wil u beiden blijven graag zien of moet in elk geval met u beiden voort. Dat lukt beter als het geen kwaad hoort spreken over situaties of gebeurtenissen waar het niets mee te maken heeft. Uw kind is ook het kind van de andere ouder. Wat u samen overhoudt is iets dierbaars: uw kind. Een slechte partner is daarom nog geen slechte ouder. Misschien lukt het in aanwezigheid van uw kind uitingen van woede en wrok ten aanzien van uw ex te beperken.

Als u een luisterend oor nodig heeft: bel niet naar uw ex-partner, niet naar uw kind. Zij zijn niet in de mogelijkheid uw verdriet of kwaadheid op te vangen. Uw kind heeft behoefte aan uw aandacht. Bel naar vrienden of familie, of naar uw huisarts, of naar een hulpverlener. Als uw kind uw kwaadheid begrijpt, bedank hem of haar voor het begrip en zeg ook: *Zie je, het is wel óns probleem, van je moeder/vader en van mij.*

De meeste kinderen zeggen dat ze in de eerste plaats willen dat de ruzie tussen hun ouders stopt. Ze maken zich meer zorgen over ruzies dan over de scheiding. Kinderen zijn enorm gebaat met grootouders, met ooms en tantes, met andere familieleden en of met vrienden die ervoor zorgen dat verwijten tussen ex-partners niet eindeloos blijven duren. Vraag aan omstanders geen olie op het vuur te gooien. Zij kunnen uw kind best helpen door u aan te moedigen zakelijk met elkaar om te gaan en verstandige initiatieven te nemen. Ze kunnen met u kijken naar uw kind. *Wat denkt en voelt en zegt je kind? Wat zegt je kind niet? Waar is je kind mee bezig? Hoe kun je nu voor je kind zorgen?*

Misschien kunt u deze inspanningen niet opbrengen als ex-partner maar wel als ouder. Over wie gaat het? Over uw ex of over uw kind? U wilt niets doen voor uw ex? Oké, doe het voor uw kind.

Hoe beter u tijdens de scheiding met uw emoties tav elkaar en tav de scheiding omgaat, hoe meer energie u in uw ouderschap kunt steken. U blijft ouder van uw kind. Investeer vooral in uw relatie met uw kind. *Hoe kan ik mijn kind ondersteunen?* Uw ouderschap zakelijk regelen kan daartoe veel bijdra-

gen. Onderhandel zakelijk over uw regelingen, niet te veel afgeleid door emoties. Onderhandel over uw kind als ouder, niet als ex-partner. Het is al heel wat als ouders elkaar niet tegenwerken en rond enkele heel belangrijke zaken samenwerken.

DE PERFECTE OUDER BESTAAT NIET



Uw kind rekt op u. Ouders moeten dit, ouders moeten dat. De druk is soms heel groot. Men vraagt vaak te veel. Uw kind steunen tijdens een crisis is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Geen enkele ouder slaagt er in om altijd verstandig te reageren en eigen emoties opzij te zetten. Vooral pubers, die zo al niet gemakkelijk zijn, kunnen het hun scheidende ouders knap lastig maken. Kinderen leren veel van de menselijke reactie van hun ouders. Als ouders zeggen dat ze niet perfect zijn, kunnen ook kinderen aanvaarden dat ze niet perfect zijn. Net als ouders kunnen kinderen niet voldoen aan alle verwachtingen. Dat is niet erg. Niemand is perfect.

Geef uw kind uitleg over de spanningen die er zijn. Als mensen emotioneel zijn zeggen ze soms domme dingen. In sommige omstandigheden maken ouders elkaar zwart. Zeg dat het niet zou mogen maar dat u niet perfect bent.

- *Ik vind het heel moeilijk. Ik heb erg ongelijk om zo negatief over je moeder te spreken.*
- *We zijn soms zo sterk met onze eigen zaken bezig dat we er minder zijn voor jullie. Dan zien we niet hoeveel jullie ons nodig hebben. Dat zou niet mogen.*
- *We doen ons best, maar het lukt niet altijd al te goed.*
- *Dat we jou soms betrekken in onze ruzies zou niet mogen, en toch gebeurt het. Dit is moeilijk voor jou.*

Hoezeer u ook als ouder zou proberen, u kunt niet vermijden dat uw kind uw scheiding lastig vindt. De overgang van samenwonen naar apart wonen hoeft voor uw kind geen te zware last te zijn. De meerderheid van de kinderen functioneert goed ondanks de last van de scheiding. Kinderen hebben veerkracht. Als ze hun krachten kunnen aanspreken, houden ze goed stand. U kunt de last niet overnemen, wel erkennen en draaglijk houden.

Uiteindelijk weet niemand met zekerheid wat goed is voor uw kind. Wat goed is voor de een, is niet goed voor de ander. Soms heeft een goedbedoelde actie een goed effect, soms geen of zelfs een tegenovergesteld effect. Elke ouder denkt wel eens: *Zo doe ik het goed*. En elke ouder denkt wel eens: *Voortaan doe ik het anders*. Misschien is een goede ouder een ouder die het zoeken niet opgeeft. Een ouder die blijft uitproberen wat goed werkt.

Maak uw leven niet te ingewikkeld. Geef u zelf geen onmogelijke opdrachten. Een beetje minder kan ook. Wat is haalbaar? Doe niets wat niet haalbaar voelt. Doe iets anders. Als u bijvoorbeeld aanvoelt dat face to face overleggen met de andere ouder niet kan, overleg dan via mail. Als u aanvoelt dat u nu geen uitleg kan geven aan uw kind, doe het dan later. Als u voelt dat u niet aandachtig kunt luisteren, spoor uw kind aan om met een andere volwassene die u vertrouwt te praten. Als u elkaar niet kunt ondersteunen, werk elkaar dan niet tegen. Dat is al heel wat.

De moeilijke overgangsfase gaat over. Uiteindelijk beseffen kinderen heus wel dat hun ouders van hen houden. Twee huizen, twee warme nesten. *Petit à petit l'oiseau fait son nid*.

PERSPECTIEF BEMIDDELAARS

CONTEXT MAKEN OM ZAKELIJK TE REGELEN
Kinderen zitten niet klem

BESPREEKBAAR MAKEN
Kinderen tellen mee
Kinderen weten waarom
Kinderen spreken met woorden

Wat kunnen bemiddelaars doen?

Wij hebben met u een omweg gemaakt. We hebben u eerst meegenomen naar wetenschappelijk onderzoek. Wat steunt kinderen? Wat vinden kinderen lastig? Wat stelt kinderen gerust? Wat zegt de wetenschap hierover? Dan hebben we u laten kijken door de ogen van kinderen. Wat kunnen kinderen zelf doen om de last van een scheiding draaglijk te houden? Als derde stap hebben we u meegenomen naar het perspectief van de ouders. Hoe kunnen ouders de draagkracht van hun kinderen ondersteunen?

Als laatste stap gaan we terug naar uw eigen perspectief.
Hoe kunt u kinderen steunen door hun ouders te steunen?

We hebben de vier perspectieven telkens onderverdeeld in dezelfde vier richtlijnen. Zo vormen we een kaart om met 'kinderen in bemiddeling' om te gaan. Wat doen kinderen en ouders met het gegeven dat 'spreken, weten waarom, meetellen en niet klem zitten' het welbevinden van kinderen ten goede komt? Voor uw perspectief hebben we de volgorde omgekeerd. Alle bemiddelaars zetten zich immers, door het bemiddelen op zich, in voor 'conflicthantering' en voor 'rekening houden met bekommernissen van kinderen'. Bemiddelaars investeren extra in het bespreekbaar maken van het de betekenis van 'een goede uitleg geven aan de scheiding' en 'spreken over de scheiding'.



VIER RICHTLIJNEN EN VIER PERSPECTIEVEN



Vier richtlijnen

Wat zegt de wetenschap over kinderen van wie de ouders apart wonen? Vooral de manier waarop de scheiding verloopt is belangrijk. Kinderen voelen zich beter als zij niet betrokken zijn in de ruzies tussen hun ouders. Als ze met hun ouders spreken over de scheiding, als ze weten waarom hun ouders scheiden, als ze meetellen en als iedereen zijn best doet om regelingen goed uit te voeren. Een bemiddelaar kan via de ouders helpen om dat te realiseren. Elke ouderschapsbemiddelaar heeft dus invloed op hoe de scheiding verloopt. Via de ouders werkt hij of zij aan wat er voor de kinderen belangrijk is. Bijvoorbeeld: dat de ruzies tussen de ouders niet blijven duren, dat het kind kan zeggen wat het belangrijk vindt, dat het veel vragen kan stellen en dat het gevoelens en gedachten passend kan verwoorden.

Vier perspectieven

Aangezien veel ouders apart wonen, werd al uitgebreid onderzoek verricht naar wat zij belangrijk vinden voor een kind. Er bestaat ook aanzienlijk wat literatuur over. Voor een bemiddelaar is dat nuttige informatie. Zo kan hij/zij immers ten volle rekening houden met het kind en begrijpen hoe het zelf naar de dingen kijkt.

Ook uw tussenkomsten via de ouders zullen nog efficiënter blijken als u rekening houdt met wat kinderen zelf zeggen dat ze belangrijk vinden. In *Perspectief kinderen* en *Perspectief ouders* van dit werkboek hebt u door de ogen van het kind en door de ogen van de ouders kunnen kijken. Als u het apart wonen bekijkt vanuit het standpunt van het kind is de kans groter dat u als bemiddelaar de 'veerkracht' van het kind ondersteunt. Met andere woorden: rekening houden met het perspectief van het kind bepaalt mee wat je beter wel of niet doet.

Een bemiddelaar blijft op de achtergrond

Goed bemiddelen is veel doen voor het kind

Kinderen geven aan dat ze in de eerste plaats willen dat ruzies stoppen, dat conflicten niet blijven duren en dat de ouders tot regelingen komen. Dat is net zo goed de bekommernis van elke ouderschapsbemiddelaar. Een goede bemiddelingspraktijk is kindgericht en bevordert de levenskwaliteit van de ouders én het kind.

Uit onderzoek blijkt dat conflictbeheersing de belangrijkste factor is voor de levenskwaliteit van ouders en kinderen. Bemiddeling biedt ouders een context waarin ze dingen zakelijk kunnen regelen, waardoor ze de mogelijke last van het apart wonen, voor de kinderen kunnen beperken. Een ouderschapsbemiddelaar die ouders helpt om zakelijk te regelen, heeft dus goed gewerkt voor het kind, ook al kwamen er geen extra interventies aan te pas.

Kinderen zijn geen vragende partij om steun te krijgen van een professionele buitenstaander. Kinderen ervaren de transitie van samenwonende ouders naar apart wonende ouders als iets wat behoort tot de privésfeer.

Brenn Neale (2002)

‘Young people see professional support as a last resort. One of the main problems, as children see it, in talking to ‘outsiders’ is precisely their perception that family issues are best kept in the family and that by talking to professional agencies it becomes out of control.’ ... ‘The children’s accounts also suggest that ongoing conversations conducted as a daily part of family life are more likely to hold value for them than stilted, ‘one-off’ consultations with socio-legal professionals.’

Het kind maximaal betrekken in bemiddeling, betekent een antwoord zoeken op de vraag: hoe kunnen ouders in de loop van de bemiddeling hun kinderen zelf ondersteunen? Met andere woorden: wat kan ik als bemiddelaar doen om de ouders te helpen hun kind te ondersteunen.

U wordt niet geacht de rol van de ouders over te nemen en hun eventuele ‘problemen’ op te lossen. U verdwijnt na de bemiddeling uit beeld en treedt niet verder op de voorgrond.

Kinderen leven immers verder met hun ouders, niet met u. U kan via de ouders cruciale invloed hebben op de ouder-kindrelatie. Belangrijk is dus dat de bemiddelaar-kindrelatie niet centraal staat. De dagelijkse dingen (het kind

informerend, betrekken, steunen, spreken) zijn taken voor de ouders. U blijft zoveel mogelijk op de achtergrond omdat de ouders de experts van hun kinderen zijn. Kinderen hebben baat bij competente ouders die verantwoordelijkheid nemen en die door anderen beschouwd worden als competent. De bemiddelaar neemt de ouderrol dus niet over. Het zou de indruk kunnen wekken dat hij/zij beter weet wat goed is voor het kind dan de ouder. Veel goedbedoelde inzet van bemiddelaars wekt bij ouders de indruk dat ze beter alles aan een deskundige zouden overlaten. Het maakt hen onzeker en verhindert hen om zichzelf als deskundige in hun eigen situatie te beschouwen. Het zo weinig mogelijk uit handen nemen is dus de boodschap.

Als ouders veel zelf doen, kan je hen erkennen en hun inzet bevestigen. Dat is een ondersteuning voor de toekomst. Ouders zullen hun kinderen erkennen voor wat ze doen en vice versa. Zoek daarom eerst naar interventies waar ouders de kans krijgen om hun inzet voor hun kind te tonen.

Uw belangrijkste opdracht is om het kind in beeld te brengen bij de ouders. Kinderen hebben baat bij ouders die belangrijke beslissingen over het kind, zelf kunnen nemen. En gelukkige, zelfverzekerde ouders maken gelukkige, zelfverzekerde kinderen. U hebt de opdracht om de ouderlijke verantwoordelijkheid te versterken, niet te verzwakken. Vermijd dat je als buitenstaander, een standpunt inneemt in dergelijke beslissingen. Door dingen bespreekbaar te maken levert u een positieve bijdrage aan een groter verantwoordelijkheidsgevoel.

Eigen mogelijkheden en beperkingen kennen

Kinderen die tijdens en rond de periode dat de ouders apart gaan wonen met een derde, professioneel, hebben gesproken, signaleren dat hen dat niet heeft geholpen. Enerzijds blijkt dat ze – zoals beschreven – een zinvolle conversatie met hun ouders willen, en dat binnen de privésfeer. Anderzijds blijkt het moeilijk om over dit thema met kinderen te praten, zeker op een manier die achteraf een positief effect kan hebben. Een ogenschijnlijk ‘goed gesprek’ in de ogen van de professioneel kan voor kinderen achteraf vaak weinig waardevol blijken. Zelfs in het Australische ‘child-inclusive mediation’ model is men heel voorzichtig.

Een voorbeeld

Jennifer McIntosh (2007)

‘*In light of the complexities that necessarily accompany protracted disputes in family law, the child consultant must be equipped with an adequate*

social science background. Substantial formal training in developmental, attachment, trauma and family systems theories and experience in the clinical application of these theories is requisite. A postgraduate qualification in counseling psychology or psychotherapy is recommended as a minimum benchmark for the formal qualifications, coupled with two year's experience in working with children, adolescents and their families in a mental health or community health setting.' 'Such standards are important to achieve quality outcomes. The risks clearly are that such a powerful method in inexperienced or poorly supported hands may add to, rather than lift, the complexity of parents' journeys through dispute resolution.' 'If one goes into a child consultation with the idea that we simply 'hear the child's voice' and come out of it knowing 'what the child wants' with respect to living arrangements, then 'tell the parents', the potential of the process is underutilised, and worse, potentially corrupt.'

Het is dus belangrijk om een zicht te hebben op eigen competenties, op eigen mogelijkheden en eigen beperkingen, vooraleer stappen te zetten of tussenkomsten te overwegen.

De ouders bepalen of u al dan niet extra taken opneemt

Wat beschreven wordt in de punten *context maken om zakelijk te regelen en in bekommernissen van het kind bespreekbaar maken*, beschouwt men als standaardinterventies die elke ouderschapsbemiddelaar doet of zou kunnen doen. De overige interventies zijn bijkomende, kindgerichte interventies die een ouderschapsbemiddelaar bijkomend kan doen. Ouders komen naar u omdat u bemiddelaar bent. Ze vragen u hen te helpen om zelf te kunnen onderhandelen, met het oog op een schriftelijke ouderschapsovereenkomst. U doet een aantal standaardinterventies die behoren tot uw bemiddelingsopdracht. Wil u ook extra taken op u nemen, dan verlaat u het terrein van strikte bemiddeling. U begeeft zich op het terrein van de gezinsrelaties en de kwaliteit van relaties tussen ouders en kind.

Daarom de vraag: *Willen de ouders dat u meer doet dan standaard bemiddelen?* Aansluitend bij de ethiek van een bemiddelaar - mensen beslissen - is het noodzakelijk om dat eerst met de ouders te bespreken. In de veronderstelling dat je extra interventies kan/wil doen, gaat u na of ze daarin geïnteresseerd zijn. Dat kan bijvoorbeeld naar aanleiding van de bespreking van het bemiddelingsprotocol.

U kunt dit aanbrengen als: *Goed, behalve wat we nu afgesproken hebben, kan ik jullie nog iets aanbieden. Naast mijn bemiddelingsopdracht kan ik samen met jullie extra aandacht besteden aan aspecten die mogelijk een positief effect hebben op de kwaliteit van leven van uw kind in de context van het apart wonen. Wat ik eventueel kan doen is....*

Zo kan u datgene wat afgesproken wordt in het bemiddelingsprotocol duidelijk vastleggen en toch binnen uw opdracht blijven.

Ouders kunnen kiezen om hier al dan niet op in te gaan. Ook ouders die dat niet doen, zetten zich in voor hun kind. Als de ouders voor de standaardinterventies kiezen, hebben ze daar goede redenen voor. Het vergt immers al heel wat moeite om via bemiddeling, in overleg naar een akkoord te zoeken. Als ouders het bijkomende voorstel afslaan, maar toch vragen hebben, kunt u hen eventueel doorverwijzen naar andere dienstverleners. De praktijk toont wel dat heel wat ouders tevreden zijn met dit extra aanbod, zelfs al betekent dit dat de bemiddeling wat langer zal duren.

Voor therapeuten-bemiddelaars is het extra belangrijk om waakzaam te zijn. Als ouders uw voorstel aanvaarden, is het nodig voldoende binnen de grenzen van de bemiddeling te blijven en niet af te glijden in ouderschapstherapie. De grens bewaken is niet altijd even evident: maak dus duidelijke afspraken.

Een bemiddelaar werkt strategisch

Doelgericht: Wat is mijn doel? Hoe?

Werken voor het kind betekent zicht hebben op het effect van uw handelen op dat kind. Intuïtie is een onderdeel van bemiddeling. U doet tussenkomsten en interventies die voor een stuk gebaseerd zijn op wat u op een bepaald moment aanvoelt. Bemiddelen is echter een moeilijk vak waarbij een aantal aanknopingspunten nodig zijn om bewust de meest geschikte manier van tussenkomen te kunnen kiezen. Zonder weloverwogen strategie bent u stuurloos. In dit werkboek schuiven we geen waarheid naar voor. Het is een aanbod en een poging om aan te zetten tot reflectie om weloverwogen en doordacht aan de slag te gaan.

De centrale structuur in het perspectief bemiddelaar is van daaruit ook opgebouwd. *Wat is mijn doel? Hoe wil ik mijn doel bereiken? Heb ik mijn doel bereikt?* Aangezien u via de ouders voor het kind werkt, bent u niet zeker dat wat

u doet ook het gewenste effect heeft op het kind. U bent geïnteresseerd in het effect van uw handelen. U stelt zich de vraag of de bedoeling van uw strategie ook het gewenste effect heeft. Om daarop een antwoord te kunnen formuleren kunt u zich baseren op werkelijk waarneembaar/observeerbaar gedrag. Of op de antwoorden van ouders op vragen naar het effect. Hebben uw acties niet het gewenste effect dan stuurt u bij. Bijsturen doet u niet door de ouders of het kind bij te sturen, maar wel door andere interventies of een andere strategie te zoeken die mogelijk wel het gewenste effect heeft. Een bemiddelaar stelt zijn handelen voortdurend in vraag.

Het is onmogelijk om op voorhand alle effecten van uw interventies in te schatten. Achteraf reflecteren over *Heb ik mijn doel bereikt of in welke mate heb ik mijn doel bereikt*, is dus de boodschap. Niet alleen reflecteren over wat zie ik/merk ik/hoor ik aan gewenste effecten maar evenzeer over mogelijk ongewenste effecten. Elke interventie houdt mogelijkheden en risico's in. Interventies die alleen maar en altijd goed werken bestaan niet.

Dit hangt samen met het gegeven dat u intentionele invloed hebt (mijn bedoeling is zus, dus ik handel zo) maar even goed onintentionele invloed, invloed die we niet bedoelden te hebben maar die er blijkbaar toch is. Met andere woorden de invloed die u uitoefent, hebt u nooit helemaal onder controle. Dat is ook niet nodig, op voorwaarde dat u rekening houdt met het effect dat u ziet.

Een duidelijk omschreven doel voor ogen hebben, vergroot de kans dat u het gewenste effect bereikt. Weten welk doel u wilt bereiken, draagt immers bij tot het kiezen van die strategie die daarvoor het meest geschikt is.

Onduidelijke doelen geven vaak onduidelijke interventies en onduidelijkheid over het al of niet bereiken van het doel.

De instrumenten die in dit werkboek worden aangeboden, bieden geen garantie op een gewild en goed effect. Ze bieden geen zekerheid over het daadwerkelijke effect op de kwaliteit van leven van het kind. U kunt interventies doen met een bepaalde – uiteraard goede – bedoeling en toch een ander effect bekomen. Interventies vanuit goede bedoelingen kunnen in het slechtste geval een nadelig effect hebben. Ga er daarom nooit vanuit dat de 'juiste interventie' ook het gewenste effect heeft.

In dit werkboek gaan we er ook vanuit dat elke ouderschapsbemiddelaar in staat is om zichzelf te evalueren en dat ook doet. U evalueert uzelf door u af te vragen: welke interventies liggen mij, welke interventies kan ik vlot hanteren,

welke interventies liggen moeilijk voor mij, welke interventies wil ik leren hanteren, van welke interventies blijf ik beter af, wil ik extra taken opnemen of niet, ...

Het komt erop neer dat u voor zichzelf duidelijk kan omschrijven wat tot uw mogelijkheden behoort en wat niet.

Aan het einde van elk onderdeel vindt u een aanzet tot zelfevaluatie i.v.m. het al dan niet bereiken van uw doel. Dat is zeker geen grondig uitgekende evaluatiemethode. Het is de bedoeling om enkel een aanzet te geven tot reflectie en voorbeeldvragen te geven. Een zelfevaluatie is immers enkel zinvol als die rekening houdt met wat u wel en niet doet en met het bemiddelingsmodel dat u hanteert.

Doel: Kinderen zitten niet klem

- ***Hoe: door een context te maken waarin ouders 'zakelijk regelen'***

Elke ouderschapsbemiddelaar vertrekt vanuit het gegeven dat de overgang van samenwonen naar apart wonen effect heeft op ouders én kind. U helpt ouders zoeken naar regelingen met een positief effect op ouders én kind. Het is een hele opdracht om ouders te helpen zakelijk te regelen met het oog op een duurzame ouderschapsovereenkomst. Bemiddelen is een moeilijk vak. Twee mensen helpen om doelmatig te onderhandelen vereist heel wat vakmanschap, zeker als de relatie erg gespannen is. Een ouderschapsbemiddelaar die er in slaagt een context te maken waarin het voor ouders mogelijk wordt om zakelijk te regelen, heeft heel wat gedaan voor de levenskwaliteit van de betrokken kinderen.

Doel: Kinderen spreken, weten en tellen mee

- ***Hoe: door 'welbevinden van het kind' bespreekbaar te maken***

Kinderen hebben nood aan zinvolle conversatie met hun ouders over hun apart wonen. Ze hebben vaak allerlei vragen over het waarom van het apart wonen, over de verblijfsregeling en over hoe dat hun leven beïnvloedt. Zo'n gesprekken kunnen de last die kinderen door het apart wonen kunnen ondervinden beperken.

Als bemiddelaar iets doen dat bijdraagt aan de kwaliteit van leven van het kind betekent ouders ondersteunen om zelf met hun kinderen te spreken en hen zo te ondersteunen. Kinderen betrekken in bemiddeling betekent vooral heel wat

thema's rond ouderschap en apart wonen bespreekbaar maken samen met de ouders. Op die manier kunnen ouders zich gesteund voelen om zelf de conversatie met hun kinderen aan te gaan. U biedt via het bespreekbaar maken woordenschat aan om te gebruiken. U stelt ouders vragen en zet hen op die manier aan tot reflectie, zonder te proberen overtuigen.

Iets bespreekbaar maken als bemiddelaar betekent tezelfdertijd toch buiten de inhoud blijven. Dat is niet altijd zo gemakkelijk want ouders vragen vaak uitdrukkelijk of impliciet naar uw mening als bemiddelaar.

Daarnaast worstelen ouders ook vaak met vragen over hun rol als ouders. Ben je nog wel een goede ouder als je niet opkomt voor verblijfsco-ouderschap? Of als je er niet in slaagt om in overleg beslissingen te nemen voor de kinderen? Ben je nog wel een goede ouder als je zo weinig mogelijk contact wil met de andere ouder?

Wanneer ben je als ouder die apart woont op de goede weg?

Iedereen heeft zijn eigen kijk hierop.

Betekent ouder-zijn dat de ouders zodra ze apart wonen geen conflict hebben en veel overleggen? Betekent het 'samen ouders blijven'? Of moeten ze net 'apart ouder zijn' en niet te veel contact hebben met elkaar om conflicten te vermijden? Betekent het kiezen voor een bepaalde verblijfsregeling en dus best verblijfsco-ouderschap? Dit zijn maar enkele vragen die spelen. Het is hierbij belangrijk niet deel te nemen aan de inhoudelijke discussie en niet te handelen als inhoudelijk deskundige, opvoedingsexpert of adviseur.

Als u probeert een onderwerp bespreekbaar te maken, is het belangrijk dat niet op beleerende manier te doen. Elke ouder wil fundamenteel gezien worden als een goede ouder die het goed doet voor zijn kind. Dat geldt ook voor de ouder die uw hulp inroept om iets extra te doen. Als ouders ondervinden dat zij gezien worden als goede ouders kan hen dat helpen om het spontaan nog beter te doen voor hun kinderen.

Ouders die apart gaan wonen vertellen vaak zelf dat ze te horen krijgen: *Zorg dat je geen conflicten hebt, dat is belangrijk voor de kinderen of Zorg dat je goed overeenkomt in het belang van de kinderen.* De bemiddelaar wordt maatschappelijk gemakkelijk geassocieerd met *Dat is iemand die probeert ervoor te zorgen dat ouders goed overeenkomen.* Het gevaar bestaat dan ook dat ouders ervan uitgaan dat u zelf ook die norm hanteert. Als bemiddelaar is het dus opletten om niet als de normzetter gezien te worden of u niet als normzetter op

te werpen. Ouders kunnen hun kinderen gemakkelijker ondersteunen als hun handelen gebaseerd is op hun eigen invulling van ouder-zijn. Dan kunnen zij rekening houden met hun eigen gewoontes en met hun unieke ouder-kindrelatie. Het is aan u om niet in deze valkuil te trappen en niet te handelen vanuit inhoudelijke standpunten i.v.m. het welzijn van de kinderen. Als u taken overneemt van de ouders of inhoudelijke uitspraken doet over het belang van het kind, versterkt bij ouders makkelijk het gevoel dat ze het zelf niet goed genoeg kunnen.

De film ‘kindgerichte ouderschapsbemiddeling’

Als bijlage bij dit werkboek vindt u een dvd met een aantal fragmenten uit een ouderschapsbemiddeling.

• *Wat is de bedoeling van de film?*

De film ‘kindgerichte ouderschapsbemiddeling’ wil stof tot reflectie bieden. Hij kan helpen om een antwoord te formuleren op de vraag: Komt het effect overeen met mijn bedoeling? Eventueel kan de film inspiratie geven om een antwoord te formuleren op de vraag: Wat kan ik meer of minder of anders doen? Veel bemiddelaars vragen zich af Doe ik wel genoeg voor de kinderen, moet ik niet meer doen. Veel bemiddelaars maken zich daar zorgen over. Dit toont de grote betrokkenheid van bemiddelaars. De film toont de standaardinterventies die elke ouderschapsbemiddelaar via de ouders doet of kan doen. Als een ouderschapsbemiddelaar deze interventies doet, heeft hij veel gedaan voor ouders en kind. ‘Gewoon’ bemiddelen is al veel doen.

Soms vergeet men dat een ouderschapsbemiddelaar zonder extra taken op te nemen al heel kindgericht werkt. Soms vergeet men dat een ouderschapsbemiddelaar die met de ouders werkt, het kind voortdurend betreft in de bemiddeling. Ook bemiddelaars die nu enkel over de goederen bemiddelen en doorverwijzen als het over de kinderen gaat, weten best dat ze goed doen voor de kinderen door de ouders te helpen om dingen zakelijk te regelen. De film heeft niet de bedoeling om de enige juiste manier van tussenkomen te tonen. In de film ziet u vast tussenkomsten die u anders zou doen, waar u anders over denkt. De film wil ouderschapsbemiddelaars vooral prikkelen om na te denken over eigen interventies.

- **Wat vindt u op de dvd?**

Deel 1 bestaat uit één lang fragment en deel 2 bestaat uit drie kortere fragmenten. Elk fragment toont een bepaald aspect van wat elke ouderschapsbemiddelaar doet. Aan het einde van elk fragment is er een korte commentaar op het fragment.

- **Deel 1: Ouders regelen als ouder en niet als ex-partner**

In dit fragment worden een aantal tussenkomsten van een ouderschapsbemiddelaar getoond die ouders kunnen ondersteunen om ouder-zijn en ex-partner-zijn naast elkaar te zetten tijdens de onderhandelingen en ondertussen niet te veel afgeleid te worden door emoties.

- **Deel 2: Mag/moet ik mee beslissen?**

- *Fragment 1: Hoe willen de ouders hun kind laten meetellen in de regelingen?*

Dit fragment toont een aantal tussenkomsten van een ouderschapsbemiddelaar die willen bespreekbaar maken hoe ouders rekening willen houden met wat hun kind belangrijk vindt.

- *Fragment 2: Ouders hebben een akkoord over de bekommernissen.*

Dit fragment toont een aantal tussenkomsten van een ouderschapsbemiddelaar die er op gericht zijn om tot een akkoord te komen over de bekommernissen van het kind.

- *Fragment 3: Ouders houden rekening met de bekommernissen.*

Dit fragment toont een aantal tussenkomsten van een ouderschapsbemiddelaar die er op gericht zijn om bij het beslissen van de verblijfsregeling rekening te houden met de bekommernissen van het kind.

• *Gebruik van de dvd*

U hoeft de dvd niet volledig te bekijken of chronologisch te doorlopen. U kunt de fragmenten in willekeurige volgorde bekijken, afhankelijk van waarin u geïnteresseerd bent of wat u wilt bestuderen. Indien u een fragment bekijkt is het zinvol om het bijhorende deel uit dit werkboek erbij te nemen. We situeren daarom de fragmenten binnen het overzichtsschema:

Voor deel 1: Ouders regelen als ouder en niet als ex-partner

- **bemiddelaar:** onderdeel van Context maken om zakelijk te regelen
- **ouders:** onderdeel van Elkaar steunen
- **kind:** onderdeel van Als ouders blijven ruzie maken
- **wetenschap:** onderdeel van Kinderen zitten niet klem

Voor deel 2: Mag/moet ik mee beslissen?

- **bemiddelaar:** onderdeel van Bekommernissen van het kind bespreekbaar maken
- **ouders:** onderdeel van Iets doen met wat uw kind zegt
- **kind:** onderdeel van Ik zeg wat ik belangrijk vind
- **wetenschap:** onderdeel van Kinderen tellen mee



CONTEXT MAKEN WAARIN OUDERS 'ZAKELIJK REGELEN'

Wat is mijn doel?

Als conflicten blijven duren, kunnen kinderen daarin gekneld raken.

Dit *betekent voor kinderen*: zij willen dat de ruzies niet blijven duren.

Dit *betekent voor de ouders*: elkaar steunen (of ten minste elkaar niet tegenwerken) draagt bij aan de kwaliteit van leven van hun kind.

Dit *betekent voor de bemiddelaar* (die via de ouders werkt): dat als ouders zakelijk kunnen regelen het misschien makkelijker wordt voor hen om elkaar te steunen.

Door te bemiddelen helpt u via de ouders het kind in wat het belangrijk vindt.

Wat is 'zakelijk regelen'?

Niet te veel afgeleid door emoties

U helpt de ouders overstappen van wat zij niet willen - verleden, emoties - naar wat zij wel willen -toekomst. U zet hun geschiedenis als koppel naast hun toekomst als ouders. Vragen over oorzaken koppelt u los van vragen over oplossingen. Hoewel in de complexe interactie steeds inhoudelijke en relationele conflicten door elkaar lopen, brengt vereenvoudigen rust in een situatie die men als chaotisch en verwarrend beleeft.

Sommige ex-partners voeren tijdens de bemiddelingsbijeenkomsten dezelfde eindeloze discussies over het verleden als thuis. *Wie heeft het meest gewerkt in het huis? Wie heeft het meest voor de kinderen gezorgd? Wie is het minst schuldig? Wie laat zich teveel beïnvloeden door zijn familie?* U heroriënteert het gesprek naar toekomstperspectieven. U belicht uit de verwijten die elementen die verwijzen naar bezorgdheden over en betrachtingen voor de kinderen. Ouder: *Ik heb er recht op dat de kinderen meer tijd bij mij doorbrengen. Jij hebt er nooit veel voor gezorgd, laat staan iets voor hen gelaten. Zolang je dat niet toegeeft, kunnen we evengoed stoppen met die bemiddeling hier.*

Bemiddelaar: *Ik hoor dat u heel veel heeft geïnvesteerd in de kinderen. En dat u zou willen dat zij meer tijd bij u doorbrengen dan bij de andere ouder. Hebt u zo nog andere wensen?*

U kunt de bemiddelingsprocedure formeel en expliciet voorbehouden voor zakelijke, inhoudelijke onderhandelingen. U verwijst naar ouderschapsbemiddeling in een zakelijke terminologie: bijeenkomsten, agendapunten, samen zaken regelen, onderhandelen. Emoties zijn slechte raadgevers. Als u emotionele uitbarstingen toelaat, zijn de ouders bovendien geneigd elkaar te versterken. Zij belanden in een negatieve spiraal waarin de verwijten escaleren. Zij voelen zich dan in de bemiddelingsbijeenkomsten even hulpeloos als tijdens hun eindeloze ruzies thuis. Ouderschapsbemiddeling is gericht op een duurzame overeenkomst. U koppelt actuele, tijdelijke emoties los van zakelijke afspraken voor de toekomst op lange termijn. U helpt ouders een overeenkomst opstellen die inhoudelijk zo weinig mogelijk beïnvloed wordt door tijdelijke relationele spanningen en bijbehorende emoties. U vraagt de ouders hoe zij hun afspraken zouden bekijken zodra hun emoties bedaard zijn.

U voert conversatieregels in. Voorbeelden: De ouders mogen elkaar geen rechtstreekse kritiek geven, wel vragen naar verandering. U vraagt om geen gedachten te lezen en geen dreigementen te gebruiken. Slechts één persoon mag het woord hebben, men mag elkaar niet onderbreken. De bemiddelaar mag tussenbeide komen wanneer hij vreest dat een van beide zich gekwetst voelt. Hij mag tussenbeide komen wanneer hij merkt dat een hooglopende discussie hen niet helpt. Deze regels kunnen in het begin of tijdens de procedure worden afgesproken.

Bemiddelen is geen gezapig luisterproces. U moedigt actief productieve uitwisselingen aan en ontmoedigt destructieve uitspraken. Negatieve emoties verdwijnen niet omdat u zegt dat er in ouderschapsbemiddeling geen plaats is voor emoties. Mensen zitten niet zo eenvoudig in elkaar. Ontkenning van de complexiteit kan kwetsend overkomen.

Negatieve emoties bedaren wanneer u ze kort zichtbaar maakt, begrijpt, erkent maar naar elders verhuist. Normaliseren van actuele gevoelens, geeft de ouders bovendien hoop dat ze toch kunnen onderhandelen. Wanneer u merkt dat emoties de discussie beheersen, kunt u de procedure onderbreken. U kunt kort benoemen wat u denkt gezien of gehoord te hebben. U kunt checken of uw lezing klopt, zonder te oordelen. U kunt dan voorstellen niet te werken met relationele aspecten. Of u kunt verwijzen naar een therapeut of naar een andere bemiddelingsbijeenkomst waarbinnen de betrokken relationele aspecten beter passen.

Een therapeut-bemiddelaar kan een klant een aparte afspraak voorstellen om het teveel aan kwaadheid te ventileren, los van de zakelijke onderhandelingen.

Sommige ouders worden emotioneel bij een rechtstreeks gesprek met de andere ouder. Zij zijn wel in staat om zonder de fysieke aanwezigheid van de ander, zakelijk, inhoudelijk te reflecteren. U kunt hen vragen thuis, alleen, hun bezorgdheden en wensen i.v.m. bijvoorbeeld de verblijfsregeling van de kinderen, te noteren. Tijdens het gezamenlijke gesprek kan een schriftelijk verslag van deze reflectie helpen om te focussen op inhoud. Soms kunnen emoties van de tweede of de eerste beslisser het zakelijk onderhandelen onmogelijk maken. Ouderschapsbemiddeling moet dan worden uitgesteld of stopgezet totdat tijd en/of een therapie de relationele spanningen minder op de voorgrond zet.

Ouders regelen als ouder niet als ex-partner

Met een verkeerde pet op praten over een bepaalde inhoud, is een ander courant relationeel verschijnsel dat zakelijke onderhandelingen belemmert. Wederzijdse gekwetstheid in hun zelfbeeld als (ex)partner, en pogingen om door de ander als ex-partner gezien te worden zoals ze gezien willen worden, kan zinvol overleg over de kinderen verhinderen. Wanneer ouders hun standpunten i.v.m. de gezags-, verblijfs- en/of kostenregeling van hun kinderen verwoorden, zeggen ze dat vaak niet als moeder of vader. Eigenlijk praten ze over hun relatie als ex-partners.

De regelingen dienen besproken te worden met de passende petten. U installeert een context die past bij de tekst. U regisseert de context door de rolbezetting te bewaken. Hierdoor wordt verwarrende complexiteit gereduceerd. Door de verwarring van hun ex-partner- en ouderrollen discussiëren ouders soms erg bitsig en verwijtend over hun kinderen. Wanneer u de kunst verstaat om hun ex-partnerpetten en ouderpetten gepast op te zetten, verlopen hun onderhandelingen over de kinderen veel constructiever.

Met de ouders concrete filmpjes draaien over mogelijke verblijfsregelingen, kan een effectieve aanleiding zijn om ouderpetten op te zetten.

Veronderstel dat jullie zouden kiezen voor deze verblijfsregeling, hoe zullen jullie dan na de scheiding functioneren? Hoe gaan de kinderen zich daarbij voelen? Hoe gaat u als moeder zich daarbij voelen? Hoe gaat u als vader zich daarbij voelen? Hoe zal de relatie van de kinderen met moeder zijn? Hoe zal de relatie van de kinderen met vader zijn? Hoe zal jullie onderlinge relatie als ouders eruitzien?

De ouders hebben gedachten en emoties als ex-partners. U herkent en erkent wat er leeft als ex-partners om dit een niet storende plaats te geven als het gaat over de kinderen. U herhaalt voortdurend de woorden van de ex-partners en zet er bevraged de juiste pet op. U keurt niet af dat er ook gedachten en emoties als ex-partners zijn, u diskwalificeert niet.

Niet te veel afgeleid door emoties

Bemiddelingsprincipes toepassen

Bemiddeling is een proces waarbij een derde de betrokkenen helpt ethisch en efficiënt te onderhandelen. Elke ouderschapsbemiddelaar dient de algemene bemiddelingsprincipes voor ogen te houden. Hierdoor onderscheidt bemiddeling zich van andere dienstverleningen. U focust op ouders die ‘zakelijk regelen’ in functie van het bereiken van een overeenkomst. De algemene bemiddelingsprincipes bepalen de manier waarop u de ouders helpt om zelf te onderhandelen. Bemiddelen is mensen op een zakelijke manier doen omgaan met verschil en is niet in eerste instantie gericht op het vinden van een oplossing.

Het eerste bemiddelingsprincipe *Ouders beslissen zelf*.

Een bemiddelaar is eerder going along dan going towards. Een bemiddelaar is de gangmaker van overleg en onderhandeling, en is niet de gangmaker van een overeenkomst. Inhoud is pas zinvol als het relationele niveau oké zit. Zoniet denkt u dat de ouders met zaken bezig zijn terwijl ze eigenlijk met mensen bezig zijn. Investeren in het relationele niveau is een conditio sine qua non voor efficiënt onderhandelen. U installeert eerst samenwerking en stelt dan pas een overeenkomst op. Ook voor betrokken jonge kinderen is het akkoord belangrijker dan de inhoud van het akkoord. Of hun ouders nu kiezen voor een hoofdverblijf bij één van de ouders of voor verblijfsco-ouderschap, het belangrijkste is dat hun ruzie stopt.

Het doel is: de autonomie en de zin voor verantwoordelijkheid van ouders maximaal ondersteunen en aanspreken. Gevolg is dat u dus inhoudelijk geen standpunt inneemt, niet ‘het beste’ advies geeft, niet probeert ouders te overtuigen, niet bepaalt welke overwegingen wel en niet mogen spelen voor ouders, geen knopen doorhakt. U helpt de ouders om dat wat hen verhindert om dingen zakelijk te regelen een niet storende plaats te geven. U nodigt ouders uit, stimu-

leert hen op een niet dwingende manier om regelingen i.v.m. het ouderschap als ouders te beslissen en niet als ex-partners.

Het tweede bemiddelingsprincipe *Beide ouders hebben gelijkwaardige invloed*. Beslissingen waarbij iedereen evenveel te zeggen heeft, worden achteraf vaker als rechtvaardig ervaren. Dat gaat over evenwaardige invloed op de keuze van de oplossingsweg, op de inhoud tijdens de onderhandelingen en op de uiteindelijk gemaakte afspraken.

Het derde bemiddelingsprincipe *Beide ouders zijn correct geïnformeerd*. Om weloverwogen en zelf te kunnen beslissen is het nodig om over de nodige informatie te beschikken. U bent verantwoordelijk voor de informatie bij alle betrokkenen: informeren over de wet, mogelijke organisatie van ouderschap n.a.v. apart wonen, mogelijke effecten van apart wonen op kinderen, ... het is noodzakelijk. De manier waarop u informeert dient wel in overeenstemming te zijn met de eerste twee principes.

Een bemiddelingsprocedure volgen

U werkt gefaseerd en doelgericht. Het doel is ouders ethisch en efficiënt helpen onderhandelen over de kindregelingen (gezagsregeling, verblijfsregeling en kostenregeling). Het volgen van een stapsgewijze bemiddelingsprocedure helpt om de bomen door het bos te blijven zien. Een begreind kader vermindert de kans op ontsporen. Onderhandel eerst over de oplossingstrajecten en de manier van onderhandelen en dan pas over de inhoud. Maak eerst een akkoord over de weg die men wil volgen om tot oplossingen te komen vooraleer over mogelijke oplossingen te spreken. De bemiddelingsprocedure vertrekt van de persoonlijke omstandigheden en bekommernissen van de twee ouders en van de bekommernissen van de kinderen. *Wat vinden beide ouders belangrijk en wat vinden de kinderen belangrijk?*, dat staat centraal.

Een bemiddelingsprocedure kan er als volgt uitzien:

- **Stap 1: Hoe willen de ouders het apart wonen regelen?**
- **Stap 2: Hoe willen de ouders onderhandelen?**
- **Stap 3: Wat is de situatie van de ouders?**
- **Stap 4: Wat zijn de bekommernissen van de ouders en wat zijn de bekommernissen van de kinderen?**
- **Stap 5: Welke regelingen passen bij de bekommernissen van de ouders en van de kinderen?**

De chronologie en het werken met verschillende stappen van de bemiddelingsprocedure heeft tot doel het voor de ouders mogelijk te maken om de onderhandelingen stap voor stap te voeren.

Geduldig zijn

Proberen de ander te overtuigen van de meerwaarde van de eigen kijk zit veelal ingebakken in de manier waarop onderhandelaars met elkaar spreken.

Degene die de beslissing nam tot apart wonen wil er zeker van zijn en zeker van blijven dat hij niet gezien wordt als de (enige) schuldige.

De ouder die tot hiertoe minder tijd doorbracht met de kinderen wil niet gezien worden als een ouder die daardoor nu minder recht zou hebben op evenveel tijd met de kinderen.

De ouder die het gedurende een periode in zijn leven zelf emotioneel moeilijk heeft gehad wil niet gezien worden als een ouder die daardoor minder goed voor de kinderen zou kunnen zorgen.

Dit zijn slechts een paar voorbeelden van onderliggende overwegingen die invloed hebben op hoe een ouder zich tijdens de onderhandelingen opstelt. Het is niet omdat u dit als bemiddelaar gemerkt hebt en dit benoemd hebt dat de vrees van de ouder om toch zo gezien te worden daardoor voorgoed verdwenen is.

Als bemiddelaar merkt u vaak dat, ondanks uw tussenkomst, een ouder vijf minuten later terug vanuit dezelfde vrees reageert. Dit is normaal en begrijpelijk. Hoe een ouder wil gezien worden of hoe een ouder zeker niet wil gezien worden is van fundamenteel belang. Het is niet omdat die ouder ondanks uw tussenkomst terug hetzelfde doet dat hij of zij niet van goede wil is of probeert dwars te liggen. Een ouder die bijvoorbeeld vreest gezien te worden als iemand die minder recht heeft, haalt die vrees vaak uit hoe die ouder ondervonden heeft dat de andere ouder, en/of familie, en/of collega's, en/of ex-schoonfamilie, en/of andere professionelen met hem omgaan. En vaak ook uit wat hij weet of denkt te weten dat de bestaande maatschappelijke verwachting hierover is.

Om ervoor te zorgen dat een ouder zich echt gerespecteerd zou kunnen voelen, komt het er niet op aan om telkens nieuwe interventies te doen en te zoeken. Het komt er wel op aan om met het nodige geduld dezelfde interventies telkens met iets andere woorden consequent te herhalen. U kunt dit een beetje vergelijkbaar met het introduceren van de afspraak dat de ouders elkaar zullen laten uitspreken. Het is niet omdat u die afspraak met hen gemaakt hebt dat zij er zullen in slagen om zich daar ook strikt aan te houden. Ook hier is herhalen

op een niet- belerende en niet-berispende manier nodig. Het is normaal dat mensen door de emotie van het moment de gemaakte afspraak niet kunnen toepassen, zelfs al staan ze achter de afspraak en vinden ze die zinvol. Net zoals het normaal is dat een ouder die vreest dat de bemiddelaar naar hem/haar kijkt als een ouder die zijn kinderen onnodige last bezorgt niet door één interventie van de bemiddelaar zal overtuigd zijn van het tegendeel. Het is vaak pas door veelvuldige herhaling en met een geduldige houding dat die ouder ook kan ondervinden dat wat u zegt en wat u doet in overeenstemming is.

Holding both realities

U probeert ieders realiteit even goed te begrijpen. U laat geen eigen voorkeuren blijken. Ouders hebben, gebaseerd op het verleden, hun eigen unieke kijk op wat belangrijk is voor hun kinderen. Beoordelen maakt geen deel uit van uw opdracht als bemiddelaar.

Als beide ouders ondervinden dat u zich inspant om ieders visie en opvatting even goed te begrijpen, kan dit bijdragen tot een evenwicht. Ouders hebben dit nodig om zelf bij te dragen aan de onderhandelingen. Door te laten horen hoe u hen begrijpt, ondervinden de ouders dat u hen beiden even goed begrijpt. Dit is niet altijd even gemakkelijk zeker als de ene ouder een meer gangbaar standpunt heeft dan de andere.

Kijken met mildheid

Van een ouderschapsbemiddelaar wordt verwacht dat hij/zij in staat is om met de eventuele antipathieke houding van een ouder op een positieve manier te werken. Dus ook met uitspraken die botsen met wat uzelf als bemiddelaar denkt dat in het belang is van het kind. Bepaald gedrag van ouders kan botsen met uw eigen overtuigingen en waarden als bemiddelaar. Als bemiddelaar dient u afstand te nemen en stil te staan bij de vraag: *Hoe kan ik anders, positiever kijken naar deze ouder?* De overtuiging dat antipathiek gedrag niet zozeer persoons- dan wel contextgebonden is, en dat deze ouder zich in een andere context heel aangenaam kan gedragen, kan de ergernis milderden. De overtuiging dat elk gedrag fundamenteel gestuurd wordt door een streven naar een positief zelfbeeld, maakt ruimte voor mildheid. Bijvoorbeeld: *een ouder blijft negatieve uitspraken doen over de andere ouder*. U beseft dat het voor de kinderen waarschijnlijk nefast is om dit te moeten horen. U probeert een aantal interventies te doen maar die ouder blijft zich op dezelfde manier gedragen. De overtuiging kan helpen dat ook deze ouder het, ondanks zijn gedrag, goed voor heeft met

zijn kinderen. Van daaruit kan een volgende stap gezet worden om antwoorden te zoeken op de vraag: *In welk fundamenteel zelfbeeld werd deze ouder zo sterk gekwetst dat hij zich zo onaangenaam opstelt? Wat gebeurt er waardoor het voor deze ouder nodig is om zich nu zo op te stellen?* De bereidheid om vanuit deze milde kijk antwoorden te zoeken op deze vragen is een voorwaarde om met ouders in crisissituaties te werken.

Als u ook werkt met gerechtelijke ouderschapsbemiddeling is de kans groot dat u te maken krijgt met ouders die al langere tijd in conflicten verweven zitten. Langdurige en destructieve conflicten maken het voor u als bemiddelaar soms moeilijk om nog naar deze ouders te kijken als mensen die bereid zijn om in functie van hun kinderen te handelen. Het is net dan dat u als bemiddelaar beseft dat de intensiteit en duur van de conflicten ervoor kan zorgen dat het voor de ouders bijna onmogelijk wordt om het conflict los te laten en op een andere manier met elkaar om te gaan. Net in deze situaties waarin het moeilijk is om mild te kijken is het nog belangrijker om tijd te nemen om op zoek te gaan naar: *Waarom is het voor deze ouders nodig om zich zo tegenover elkaar op te stellen?*

Inzet van de ouders erkennen

Ouders die merken dat u hun inzet als ouder ziet voelen zich als ouders gestimuleerd. Ouders doen veel voor hun kinderen, dat merkt u als bemiddelaar telkens opnieuw. Maar het is niet genoeg dat ouders hun kinderen graag zien om ook te doen wat best is voor de kinderen. Soms zitten heel wat overwegingen als ex-partners of onzekerheid rond goederen en geld in de weg die ervoor zorgen dat nadenken als ouder niet zo evident is. Het helpt ouders niet vooruit hen te wijzen op wat ze niet doen, of waar ze niet in slagen. Integendeel, in de moeilijke periode van het apart wonen voelen vele ouders heel wat druk i.v.m. wat er allemaal van hen wordt verwacht versus hun kinderen. Ouders vooral wijzen op wat ze niet doen of wat ze misschien beter anders zouden doen, kan zorgen voor een nog grotere onzekerheid. Ouders krijgen dan (nog maar eens) de boodschap dat ze het eigenlijk niet zo goed doen als ouders. Dit komt hun zelfbeeld als ouder niet ten goede en heeft vaak een omgekeerd effect. De meeste ouders willen net tonen dat ze zich inzetten en willen dus ook zo gezien worden. Tijdens de bemiddeling is het belangrijk om de inzet van ouders te erkennen en dit te benoemen. Als de ouders zich erkend voelen door u wordt hun zelfbeeld als ouder ondersteund. Als zij een positief gevoel hebben over hoe u naar hen kijkt, vergroot de kans dat het makkelijker wordt voor hen om er als ouder nog meer te zijn voor hun kinderen.

Standpunten gelijkwaardig naast elkaar zetten

Kinderen ondersteunen betekent ouders ondersteunen in hun unieke kijk op hun eigen situatie en die van hun kind. Het betekent geïnteresseerd zijn. Verschil in opvatting tussen de ouders is geen probleem dat zo snel mogelijk dient te verdwijnen. Verschil opent net nieuwe mogelijkheden om tot creatieve oplossingen te komen. U zet standpunten niet tegenover, maar evenwaardig naast elkaar op een niet bedreigende manier. Door verschil bespreekbaar te maken, kan het vertrouwen groeien. Ouders die een positief gevoel hebben kunnen makkelijker hun kind ondersteunen. Opkomen voor een eigen standpunt en hierdoor ernstige meningsverschillen hebben is vaak het resultaat van een grote gemeenschappelijke bezorgdheid voor hun kind. Het is op dit niveau dat u ervoor probeert te zorgen dat verschillen verbindend werken. Niet door er een andere, eigen waarheid aan toe te voegen.

Verleden naast toekomst zetten

Nadenken over goede ouderschapsregelingen gaat niet alleen over de toekomst. Reflecteren over ouderschap brengt automatisch het verleden en het heden in beeld. Ouders die een positief beeld hebben over hoe het ouderschap tot hiertoe verliep, komen vaak vrij gemakkelijk tot regelingen voor de toekomst. Wil één of willen beide ouders het apart wonen gebruiken als aanleiding om te sleutelen aan het ouder-zijn zelf, dan verloopt deze overgang vaak moeilijker. Soms betekent het apart wonen voor de ene ouder een kans en voor de andere ouder een moeilijkheid. Een voorbeeld: *Naar aanleiding van de geboorte van het tweede kind is moeder parttime beginnen werken, vader is fulltime blijven werken. Het dagdagelijkse gebeuren met de kinderen wordt veel meer door moeder opgenomen dan door vader. Beide ouders hebben deze beslissing bewust genomen. Moeder wilde een periode parttime werken, om meer tijd te kunnen doorbrengen met de kinderen. Allebei minder werken was niet haalbaar want dan zou het inkomen te laag zijn. Vader gaat naar aanleiding van het inkomensverlies wat harder werken en is daardoor nog minder thuis. Moeder bouwt eigen gewoontes op met de kinderen en vader heeft het gevoel minder invloed te hebben op de opvoeding. Zij beslissen om te scheiden. Voor vader voelt het als een kans om terug meer tijd met de kinderen door te brengen en er meer te zijn voor hen. Voor moeder voelt het als een probleem, want zij zal naar aanleiding van de scheiding weer meer buitenshuis werken en minder tijd met de kinderen kunnen doorbrengen. Bovendien wil vader met de kinderen weer dingen doen die hij lange tijd niet meer heeft kunnen doen.*

Ouderschap regelen gaat dus over veel meer dan alleen maar over de toekomst. Het gaat wel over wat ouders in de toekomst willen, maar ook over hoe dat verschilt van hoe het in het verleden was. U helpt ouders zoeken naar een goede regeling voor de toekomst. Om dit mogelijk te maken is het vaak nodig om het verleden in beeld te brengen.

Ouders regelen als ouder niet als ex-partner

Ouder en ex-partner naast elkaar zetten

Als ouders onderhandelen over de regelingen voor hun kinderen zijn ze naast ouders ook ex-partners. Ouderschapsregelingen gebaseerd op overwegingen als ouders en niet enkel of vooral gebaseerd op overwegingen als ex-partners, dragen bij tot een duurzame overeenkomst. Heel dikwijls staat een waaier aan gedachten en overwegingen als ex-partners in de weg. Het is een opgave voor ouders om tijdens de onderhandelingen over de regelingen voor de kinderen al deze gedachten en overwegingen onder controle te houden. Een overeenkomst die echter teveel gebaseerd is op deze (meestal) tijdelijke overwegingen werkt vaak op termijn niet goed. Bijvoorbeeld: *Ik ga niet akkoord met een verblijfsco-ouderschap want je laat mij in de steek als ex-partner en dan moet je daar maar de gevolgen van dragen, namelijk je kinderen minder zien.* Op termijn stapt ook deze ouder als ex-partner in een nieuwe relatie en wil eigenlijk wat meer tijd voor zichzelf. De overwegingen die op de voorgrond stonden op het moment van de onderhandeling verdwijnen op de achtergrond en nieuwe overwegingen komen in beeld.

Opdat een overeenkomst ook op termijn goed zou werken, doet u tussenkomsten die de ouders helpen om zowel ex-partner als ouder in beeld te krijgen.

Gekwetst zijn als ex-partner en toch een positieve houding aannemen als ouder is theoretisch evident, maar in de praktijk is dit voor veel ouders zeer moeilijk. Apart gaan wonen als ex-partners en u herorganiseren als ouders is een transitie die niet enkel gestuurd wordt door redelijke overwegingen. Het is voor velen een periode in het leven waarbij fundamentele vragen worden gesteld. Een breed spectrum van allerlei wisselende gedachten en emoties passeren de revue. U werkt met mensen die vaak middenin deze moeilijke transitieperiode zitten. Vooral rekenen op de redelijkheid en de zin voor verantwoordelijkheid van de ouders is niet voldoende. De ouders proberen overtuigen om zich in het belang van de kinderen redelijk te gedragen helpt hen niet vooruit. Overtuigen werkt

niet en gaat ook in tegen het bemiddelingsprincipe dat mensen zelf beslissen. Het is niet aan u om te bepalen wat goed of niet goed is. Door zowel de overwegingen als ouders en de overwegingen als ex-partners te erkennen en ruimte te geven, wordt het vaak gemakkelijker om het ouder-zijn op de voorgrond te krijgen.

Bijvoorbeeld: een ex-partner die niet gekozen heeft om apart te gaan wonen en die toch zijn uiterste best doet om mee te werken aan het organiseren van het apart wonen, dat vraagt veel inzet. Onderhandelen over de kindregelingen betekent spreken over de kinderen binnen een context waar hij/zij niet voor kiest. Overwegingen in het belang van de kinderen worden dan vaak doorweven met overwegingen vanuit het idee van ‘gedwongen’ te worden tot iets dat je eigenlijk niet wil. Als deze ouder van u de boodschap krijgt om vanuit redelijkheid en in het belang van de kinderen te handelen is de kans groot dat hij/zij afhaakt. Maar als deze onderhandelaar merkt dat de beide overwegingen (zowel die van ouder als die van ex-partner) au sérieux genomen worden, is de kans groter dat hij/zij de overwegingen als ouder voldoende ruimte kan geven.

TIPS

- Blijf geïnteresseerd in zowel de uitspraken als ex-partner en de uitspraken als ouder.
- Spreek mensen aan met de juiste pet van waaruit u zou willen dat ze antwoorden.
- Bepaal niet voor hen met welke pet op ze wel en niet mogen antwoorden.
- Blijf geduldig, ook al blijft een ouder het moeilijk hebben om de juiste pet op te zetten. Dit is gewoon moeilijk voor ouders en er is zeker geen slechte wil.
- Als er emoties als ex-partners spelen tijdens de onderhandelingen over de kinderen, dan is het niet mogelijk om die zomaar los te laten. Deze zijn vaak bij de start onlosmakelijk met elkaar verbonden.
- Laat de ouders ondervinden dat u hun uitspraken als ex-partners respecteert.
- Luister zelf goed met welke pet op iemand antwoordt en benoem die pet.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Wat denkt u daar als vader/moeder over?*
- *Wat waren, naast jullie meningsverschillen als ex-partners, jullie belangrijkste meningsverschillen als ouders?*
- *Het is vrij duidelijk dat jullie een aantal fundamentele meningsverschillen hadden als ex-partners. Waren/zijn die er ook als ouders?*
- *Wordt het anders als jullie dit bekijken als vader/moeder?*

- *Wat denkt u daar als ex-partner over?*
- *Wat vragen jullie zich als vader/moeder af?*
- *Wat vragen jullie zich als ex-partner af?*
- *Ik merk vaak dat het voor ouders niet altijd even makkelijk is om al de kwaadheid die er is als vrouw/man plots opzij te schuiven als het om de kinderen gaat. Denken jullie dat het zinvol/nodig is om dit te proberen?*
- *Ik meen te horen dat jullie het daarover als ex-partners grondig oneens zijn. Speelt dit ook mee als jullie als vader en moeder met elkaar spreken?*
- *Het feit dat mijnheer beslist heeft om te scheiden, moet dit volgens u als moeder meebepalen hoe de verblijfsregeling voor de kinderen eruit ziet?*
- *Zou het kunnen dat u al langer bezig bent met de beslissing om te scheiden en dat mevrouw daar minder lang mee bezig is, dus nog niet de tijd heeft gehad om over een aantal onderwerpen na te denken?*
- *Klopt het, mevrouw, dat u eigenlijk zegt: ‘Het feit dat ik hier zit bij u is al een grote stap voor mij. Eigenlijk wil ik helemaal geen scheiding en ondanks dat probeer ik toch constructief mee te werken?’*
- *Op een bepaald moment beslist één van jullie dat scheiden misschien een goede oplossing is. De ander is daar helemaal niet mee bezig en ziet scheiden niet als een mogelijke oplossing. Ik kan me voorstellen dat het niet makkelijk is om elkaar te verstaan. Puur juridisch gezien kan mijnheer u niet verplichten, mevrouw, om mee te werken aan een scheiding. Langs de andere kant denk ik te merken dat u beseft dat het niet enkel gaat om een juridische realiteit maar ook om een relationele realiteit. Ik denk te verstaan dat u dit beseft en dat het feit dat u zegt dat u gedwongen wordt vooral gebaseerd is op het besef dat het weinig zin heeft om iemand te dwingen om een relatie verder te zetten. Klopt dit?*
- *Klopt het, mijnheer, dat u eigenlijk zegt: ‘Het is niet omdat ik als eerste beslis om te scheiden dat ik vind dat ik alleen verantwoordelijk ben voor alles wat we samen gedaan of niet gedaan hebben. Ik ben bereid om de verantwoordelijkheid voor de keuze van de scheiding als oplossing op mij te nemen, maar dit wil niet zeggen dat hoe het zover is kunnen komen alleen bij mij ligt. Daarvoor vind ik dat we beiden verantwoordelijk zijn.’*
- *Als ik probeert mee te kijken door jullie bril, als ex-partners kan ik mij voorstellen dat dit voor jullie niet zo makkelijk was. Speelde dit ook mee als vader/moeder?*
- *Mag ik mij permitteren om jullie uit te nodigen om hier ook als ouders over te spreken?*
- *Mijnheer, hoe denkt u dat mevrouw daar als moeder over denkt?*
- *Mevrouw, hoe denkt u dat mijnheer daar als vader over denkt?*

Inhoudelijke conflicten een plaats geven

• *Wie is schuldig?*

Ouderschapsbemiddeling is niet gericht op het oplossen van inhoudelijke conflicten i.v.m. de oorzaken van de scheiding of conflicten over het feit of scheiden al dan niet een goede oplossing is. Gerechtelijke ouderschapsbemiddeling is niet gericht op het oplossen van conflicten over het al of niet juist zijn van de feiten beschreven in het verzoekschrift. Nochtans zijn het vaak deze inhoud die voor één van beide (of voor beide) ouders bij het begin van de bemiddeling voorop staan. De meningsverschillen gebaseerd op de verschillende positie van de eerste beslisser en de tweede beslisser in de scheidingsbeslissing bijvoorbeeld, staan bij de start van de bemiddeling vaak centraal. Een ouder die zich door de bemiddelaar niet erkend voelt in het feit dat deze inhoudelijke overwegingen een rol spelen en van belang zijn kan afhaken. Als een ouder de indruk krijgt dat deze overwegingen niet ernstig worden genomen, vergroot de kans dat hij/zij dit nog meer zal proberen duidelijk maken. Het risico dat het ouderschap nog meer op de achtergrond verdwijnt wordt groter. Nochtans is de inhoud van ouderschapsbemiddeling de regelingen voor de kinderen. Als bemiddelaar houdt u het doel van de onderhandeling voor ogen.

TIPS

- Ga niet in tegen degene die het over een onderwerp heeft waar het niet over gaat.
- Probeer niet te overtuigen dat iets geen gespreksonderwerp is waarover onderhandeld zou moeten worden.
- Luister naar de inhoud en bekijk of beide ouders vinden dat er moet over gepraat worden.
- Bevraag de ouder over het belang van verdere bespreking van die specifieke inhoud.
- Bekijk of de andere ouder dit ook een relevant onderwerp vindt.
- Zet de standpunten evenwaardig naast elkaar.
- Spreek af of er een nieuwe inhoud wordt toegevoegd aan de onderhandelingsonderwerpen. Bepaal dus niet zelf wat er wel en niet kan besproken worden tijdens de bemiddeling.
- Vraag of het bespreken van het onderwerp van doorslaggevend belang is om over de reeds afgesproken onderwerpen verder te kunnen onderhandelen.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik denk te horen dat jullie nu over de regeling over het huis spreken en niet over de regelingen voor de kinderen, klopt dit?*
- *Als ik goed naar u luister dan denk ik dat u eigenlijk zegt: 'Ik weet dat we hier zitten om te onderhandelen over de regelingen voor de kinderen, maar ik heb toch niet beslist om te scheiden.' Klopt dit?*
- *Is het gegeven dat u niet als eerste beslist heeft om te scheiden een onderwerp waar u verder wil over spreken?*
- *Ik meen te horen dat de regeling i.v.m. het huis ook meespeelt voor u om uiteindelijk te beslissen of er een goed akkoord over de kinderen kan bereikt worden. Vinden jullie het nodig om hier tijdens deze onderhandelingen over de kinderen verder op in te gaan, of zeggen jullie 'Wij bekijken het wel, maar weet dat dit voor ons speelt?'*
- *Kunnen jullie mij zeggen op welke manier deze onderwerpen voor jullie verbonden zijn met de regelingen voor de kinderen?*
- *Stel dat mevrouw/mijnheer daar niet verder wenst op in te gaan, is dit een probleem voor u?*
- *U hebt gehoord dat het voor mijnheer/mevrouw belangrijk is om ook met rekening te houden. Kan het voor u om dit ook mee te nemen in de verdere onderhandelingen of ligt dit voor u anders?*
- *Het is niet aan mij om te bepalen waarover er hier wel en niet gesproken wordt. Ik wil wel terug in beeld brengen waarover we afgesproken hadden dat er zou onderhandeld worden. Ik hoor nu dat het voor u eigenlijk gaat over Ik heb mij geëngageerd om voor jullie beiden even goed te werken. Ik moet dus ook eerst nagaan of het voor de ander belangrijk is om dit als gespreksonderwerp naar voor te schuiven. Mag ik hier eerst eventjes de tijd voor nemen?*
- *Als we spreken over het officiële adres van de kinderen, spreken we dan alleen over het administratieve belang, of het gaat het ook nog over iets anders?*
- *Ik hoor dat u (vader /moeder) het belangrijk vindt om, naast de gezagsregeling, ook een aantal afspraken te maken i.v.m. ik hoor dat u (vader/moeder)) daar anders over denkt. Misschien moeten we eerst de tijd nemen om te zien of jullie het kunnen eens worden of dit al dan niet een bijkomend onderhandelingsonderwerp wordt. Als ik hier nu gewoon op doorga dan ben ik misschien goed aan het werken voor u (vader/moeder) en misschien niet voor u (moeder/vader). Ik heb mij geëngageerd om voor jullie beiden even goed te werken, vandaar mijn voorstel.*

• **Wapengebruik**

Als ouders verstrikt raken in een strijd om de waarheid, vervalt een zinvolle discussie in een zinloos inhoudelijk conflict. De eigen waarheid wordt verdedigd door het gebruik van wapens. Een wapen is een gedrag waarmee men, in de opinie van de ander, op een unfaire manier de eigen waarheid verdedigt. De ander voelt zich hierdoor gedwongen eveneens met wapens terug te vechten. Voorbeelden van verbale wapens: spot, belachelijk maken, onderbreken, negeren, extreem maken van een mening, chantage, ... Voorbeelden van non-verbale wapens: weglopen, wenkbrauwen fronsen, niets meer zeggen met woorden, ... Als bemiddelaar weet u dat wapens niet effectief zijn om tot overleg te komen. Wapens versterken tegenstellingen en leiden tot verstarring i.p.v. versoepeling van meningsvorming. Het is voor bemiddelaars moeilijk om niet in het gevecht verwickeld te raken over onderwerpen waar u intens bij betrokken bent.

TIPS

- Merk het wapengebruik op. Confronteer ouders niet met hun wapengebruik. Probeer hen niet te overtuigen om geen wapens te gebruiken. Veroordeel de ouder die wapens gebruikt niet. Laat horen dat u dit begrijpt.
- Bevraag de ene ouder over het mogelijke effect hiervan op de andere ouder en de verdere onderhandelingen.
- Ga na of beiden u de toestemming geven om bij wapengebruik tussen te komen en wapengebruik te verhinderen.
- Leg uit waarom u denkt dat wapengebruik niet bijdraagt aan het bereiken van een overeenkomst.
- Spreek af wat er hen zou kunnen helpen om ervoor te zorgen dat het misschien niet meer nodig zou zijn om wapens te gebruiken.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik heb de indruk mijnheer/mevrouw dat, als we spreken over de duur van het verblijf bij u, het dan niet makkelijk is om mijnheer/mevrouw ook te laten uitspreken. Vindt u dat moeilijk of vergis ik mij?*
- *Telkens als we het hebben over de kostenregeling voor de kinderen, dan denk ik te merken dat mijnheer/mevrouw u de ander probeert te overtuigen van zijn/ haar ongelijk, klopt dit? Ik heb de indruk dat dit onderwerp zeer belangrijk is en het u op een bijzondere manier bezighoudt. Ik vind het belangrijk om goed te begrijpen wat precies het belang is voor u. Kunt u mij dit wat meer uitleggen?*

- *Mag ik mij permitteren om even tussen te komen? Ik merk dat als u de ander onderbreekt, die het gevoel heeft nog meer te moeten duidelijk maken wat hij/zij precies bedoelt. Ik merk dat het dan niet evident is om elkaar nog te verstaan. Herkennen jullie dit?*
- *Ik heb de indruk dat als u harder praat u uw argumenten nog meer kracht probeert bij te zetten, zodat de ander u dan beter zal horen. Ik heb echter de indruk dat het op die manier niet echt lukt om gehoord te voelen, klopt dit?*
- *Stel dat jullie elkaar op deze manier het belang van dit onderwerp duidelijk blijven maken, denken jullie dat dit zal bijdragen om tot een akkoord te komen?*
- *Als u het gevoel hebt dat er hier dingen gezegd worden die voor u niet oké zijn en we spreken af dat u dit dan ook zegt en dat we daar dan eventjes tijd voor nemen, lijkt dit haalbaar voor u?*
- *Af en toe zie ik dingen gebeuren waarbij ik denk dat die niet echt helpen om tot een akkoord te komen. Als ik dergelijke momenten zie, vinden jullie het beiden oké als ik dan tussenkom? Aan de ene kant is het niet mijn bedoeling om voor jullie te bepalen wat er hier wel en niet kan. Aan de andere kant heb ik gehoord dat jullie het belangrijk vinden om tot een akkoord te komen. Als ik dan dingen zie gebeuren die daar niet toe bijdragen en ik onderneem niets, dan vind ik dit jammer. Wat denken jullie?*

Pseudo-inhoudelijke meningsverschillen herkennen

Als de ouders een meningsverschil hebben, maar ondertussen eigenlijk iets anders proberen duidelijk te maken, dan spreken we over pseudo-inhoudelijke meningsverschillen of conflicten.

Bijvoorbeeld: *een ouder spreekt met woorden over de verblijfsregeling van de kinderen maar wil eigenlijk begrepen worden in zijn/haar standpunt dat scheiden geen goede oplossing is, of wil begrepen worden in zijn beeld dat de andere ex-partner de oorzaak is van de scheiding.* De ouders spreken dus met woorden over een bepaalde inhoud maar proberen iets anders, iets relationeels duidelijk te maken.

Of een ouder praat over de inhoud maar de andere ouder begrijpt het op relationeel niveau en spreekt dan zelf verder over het onderliggende relationele.

Bijvoorbeeld: *een ouder zegt: 'Ik vind dat er niet te veel overlegd moet worden'. De andere ouder begrijpt dit als: 'Je vindt het dus niet belangrijk wat ik te zeggen heb.'* Er wordt dan verder gesproken over datgene wat eigenlijk niet

gezegd is of zo bedoeld is. Men spreekt verder over datgene waar het eigenlijk niet over gaat.

Pseudo-inhoudelijke conflicten zorgen vooral voor meer verwarring. De woorden die gezegd worden stemmen niet meer overeen met wat eigenlijk bedoeld wordt. Dit draagt niet bij tot het vinden van concrete regelingen. Op het moment dat de intensiteit van het conflict niet meer in overeenstemming is met de inhoud waarover gesproken wordt, hebt u vaak te maken met pseudo-inhoudelijke conflicten.

TIPS

- Ouders zijn zich vaak niet bewust dat ze de inhoud en de relatie door elkaar halen. Probeer hier voorzichtig mee om te gaan.
- Leg het probleem niet bij de ouders, maar neem het op u, zeg dat het voor u niet meer duidelijk is.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *We zijn nu al aan het spreken over de regeling op de verjaardagen van de kinderen. Telkens als we het hier over hebben lijkt de sfeer anders te worden. Het is duidelijk dat dit voor jullie beiden iets heel belangrijk is. Ik vraag me af waarom de manier van discussiëren telkens opnieuw anders wordt. Is jullie dit ook al opgevallen?*
- *Misschien moeten we dit blijkbaar gevoelige punt toch nog wat van naderbij bekijken. Ik merk dat ik niet goed begrijp wat er voor jullie samenhangt met dit onderwerp. Kunnen jullie mij dit wat meer uitleggen?*
- *Als we over de kostenregeling van de kinderen spreken, stijgt de spanning telkens. Ik merk dat dit voor jullie beiden zeer belangrijk is. Als we over andere onderwerpen spreken, meen ik dit minder of niet te merken. Ik vraag mij dan af, heeft dit te maken met het gevoelige punt geld of is er nog iets anders?*

Waarom door de ogen van het kind kijken?

U werkt met beide ouders rond de tafel. De beste hulp voor kinderen is via hun ouders. Als bemiddelaar helpt u ouders om naast hun perspectief als ouders en als ex-partners ook te proberen kijken door de bril van hun kind. Vaak gaan ouders ervan uit dat wat zij zelf belangrijk vinden, het kind ook wel belangrijk zal vinden.

Bijvoorbeeld: *Ik vind het belangrijk als ouder dat mijn kind één nest heeft en zijn gerief niet te veel heen-en-weer moet sleuren. Als ouder wil ik mijn kind die last en dat ongemak besparen en wil ik mijn kind de veiligheid van één vaste plaats geven.* Dit is uiteraard een bekommernis die oké is. Vraag is echter of wat je hier als ouder zelf over voelt ook overeenstemt met wat het kind hierover voelt. Het is niet omdat een ouder bepaalde dingen belangrijk vindt dat dit automatisch samenvalt met wat hun kind belangrijk vindt. Zeker als heel veel overwegingen vanuit het ex-partnerschap spelen is het niet altijd even gemakkelijk voor ouders om door de ogen van hun kinderen te kijken.

TIPS

- Maak het onderscheid tussen wat vindt de ouder als ouder belangrijk en wat denkt de ouder dat zijn kind belangrijk vindt.
- Besef dat het voor ouders, die midden in een periode van apart gaan wonen zitten, niet zo evident is om ook nog door de bril van de kinderen naar de zaken te kijken. Als u merkt dat ouders dit moeilijk vinden, dat is maar normaal.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik merk vaker dat ouders en kinderen soms op dezelfde manier kijken naar wat er gebeurt en soms op een totaal verschillende manier. Soms kijken twee ouders op dezelfde manier en soms ook helemaal niet. Vinden jullie het zinnig om ook door de bril van de kinderen te proberen kijken?*
- *Mag ik af en toe ook een vraag te stellen over hoe de kinderen over bepaalde dingen denken. Wat zij belangrijk zouden vinden.*
- *Stel dat jullie kinderen hier aan de tafel zouden zitten, hoe denken jullie dat zij dit zouden bekijken?*
- *Wat denkt u als vader/moeder wat de kinderen bezighoudt?*
- *Stel dat jullie dit aan de kinderen zouden vragen, wat denken jullie dat zij zouden zeggen/willen/antwoorden?*
- *Het is niet altijd even voor de hand liggend te weten waar een kind precies mee bezig is. Wat is tot hiertoe jullie manier om dit op te lossen?*

Bemiddelingsfilmpje voorstellen

U vindt het bemiddelingsfilmpje op de site Tweehuizen

Waarom via een filmpje?

Als bemiddelaar houdt u zich buiten de inhoudelijke beslissing over het te volgen oplossingstraject voor het apart wonen. Sommige ouders aarzelen of ze al

of niet zullen kiezen voor bemiddeling. U geeft informatie over bemiddeling maar u doet geen uitspraken waaruit uw voorkeur blijkt. Het is niet altijd even gemakkelijk om tijdens het geven van informatie (zeker als iemand aarzelt) niet te proberen overtuigen. Als ouders aarzelen, kan het handig zijn om hen te verwijzen naar het bemiddelingsfilmpje om extra informatie te geven en toch van de inhoud af te blijven.

Daarnaast is het ook niet altijd gemakkelijk om precies uit te leggen wat bemiddeling wel en niet is en wat nu precies het onderscheid is met andere oplossings-trajecten in overleg. Wat maakt dat ouders aarzelen om de stap te zetten naar een bemiddelaar? Dikwijls twee dingen. De vrees dat rechtstreeks met elkaar spreken te emotioneel en eventueel kwetsend wordt, zelfs met een bemiddelaar erbij. En anderzijds de vrees dat de andere ouder de bemiddelaar zou kunnen overtuigen van zijn gelijk. Het filmpje probeert ouders gerust te stellen.

U weet dat u even goed voor beiden zult werken en dat u ouders ondersteunt om te handelen als ouders en niet als ex-partners. In de praktijk blijkt regelmatig dat ouders (of een ouder) vrezen dat ze niet evenwaardig aan bod zullen kunnen komen of dat alles wat speelt als ex-partners teveel ruimte zal innemen. Door te kijken naar het filmpje kunnen ouders eventueel wat gerustgesteld worden over hoe het er aan toe gaat in bemiddeling. Zien wat een ouderschapsbemiddelaar doet kan veel meer verhelderend zijn dan een theoretische uitleg.

Wat is er te zien op het bemiddelingsfilmpje?

Het bemiddelingsfilmpje toont korte fragmenten uit een ouderschapsbemiddeling. Het bestaat uit twee delen: *'geen partij'* en *'geen partner'*. Ouders leren bemiddeling kennen als een mogelijk interessant traject om hun ouderschap te regelen. Wat weerhoudt ouders om naar een bemiddelaar te gaan? Het filmpje wil ouders geruststellen: onderhandelingen worden gevoerd als ouders niet als ex-partners, en een bemiddelaar kiest geen partij.

'geen partij' en *'geen ex-partner'* toont tussenkomsten die duidelijk maken dat u geen partij kiest en ouders helpt om als ouders te handelen en niet als ex-partners.

TIPS

- Ga eerst en vooral na of de ouders geïnteresseerd zijn om bijkomende informatie te krijgen.
- Breng dit ter sprake als een mogelijkheid om informatie op te doen.
- Benadruk dat ook deze informatie niet absoluut is.

- Bevraag de ouder over wat zij met hun reflecties willen doen, en in hoeverre zij u als bemiddelaar daar wel of niet willen bij betrekken.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik merk vaak dat ouders zich afvragen: ‘Zal bemiddeling wel iets voor mij zijn?’ Sommige ouders vragen zich af: ‘Ga ik wel genoeg aan bod komen?’ Sommige ouders denken: ‘Ik zal toch niet tegen de ander op kunnen en die bemiddelaar zal daar ook niet voor kunnen zorgen.’ Ik zou natuurlijk van alles kunnen uitleggen, maar misschien zijn jullie geïnteresseerd om naar een kort filmpje over bemiddeling te kijken. Misschien zegt dat meer dan wat ik jullie zou vertellen. Lijkt dit iets?*
- *Wat lijkt jullie het meest zinvolle, dat we samen het filmpje bekijken en daarna wat tijd nemen om wat jullie vinden en denken na het bekijken naast elkaar te leggen? Of lijkt het jullie meer aangewezen dat jullie (samen of apart) tijd nemen om het te bekijken?*
- *Oké, nadat jullie tijd hebben genomen om dit apart door te nemen, wat verwachten jullie verder van mij? Hebben jullie zoiets van ‘Het is al goed, bemiddelaar, we praten er samen wel verder over’, of hebben jullie iets van ‘Het zou beter zijn om het daar achteraf met u nog eens over te hebben’?*
- *Weet dat als jullie toch zouden vinden dat het misschien zinnig is om het nog eens te bespreken, dat dit kan.*

Heb ik mijn doel bereikt?

Komt het effect overeen met mijn bedoeling?

Als ouders tijdens de onderhandelingen niet te veel afgeleid zijn door emoties, als ze de beslissingen nemen als ouders en niet als ex-partners, vergroot de kans dat ze de dingen zakelijk kunnen regelen. Dan vergroot de kans dat ze elkaar steunen of in elk geval niet tegenwerken. Als de ouders elkaar steunen, vergroot de kans dat het kind ondervindt dat ruzies niet blijven duren. Als ruzies niet blijven duren, vergroot de kans dat het kind niet of minder klem zit tussen deze ruzies. Als ik als bemiddelaar een context creëer om de dingen zakelijk te regelen, ben ik goed aan het werk voor het kind.

U vraagt zich af: *komt het kind door mijn handelen niet of minder klem te zitten?*

• ***Wat kan ik observeren?***

Zijn deze ouders te veel afgeleid door emoties?

- Doen deze ouders kwetsende uitspraken over elkaar?
- Praten deze ouders over het verleden en over de toekomst?
- Praten deze ouders over wat ze wel willen?
- Laten deze ouders elkaar uitspreken?
- Luisteren deze ouders naar elkaar?
- Volgen deze ouders de afgesproken communicatieregels?
- Zien deze ouders de inzet van elkaar?
- Proberen deze ouders actief/zichtbaar om elkaar te verstaan?

• ***Beslissen deze ouders als ouder en niet als ex-partner?***

- Blijven deze ouders over de inhoud spreken over regelingen voor de kinderen?
- Gebruiken deze ouders wapens bij inhoudelijke conflicten?
- Doen deze ouders uitspraken over de beslissing om te scheiden?
- Praten deze ouders over de inhoud of over de relatie?
- Zijn er conflicten over de relatie als ouders?
- Zijn er conflicten over de relatie met de kinderen?
- Lopen uitspraken als ouder en ex-partner door elkaar?
- Is het mogelijk voor deze ouders om vanuit het perspectief van hun kind te kijken?

• ***Wat kan ik zelf meer, minder of anders doen?***

Om niet te veel afgeleid te zijn door emoties:

- ouders ondersteunen om zelf te beslissen;
- (on)evenwichten hanteren;
- informatie beheren;
- de bemiddelingsprocedure sturen;
- geduld hebben;
- voldoende herhalen;
- elke visie even goed verstaan;
- standpunten evenwaardig naast elkaar zetten;
- verleden naast toekomst zetten.

Om te regelen als ouders niet als (ex-)ex-partners:

- inhoudelijke conflicten een niet-storende plaats geven;
- pseudo-inhoudelijke conflicten een niet-storende plaats geven;
- de kijk vanuit ouderpet en ex-partnerpet voldoende ruimte geven;
- het kind in beeld brengen;

- zien en benoemen van de inzet van beide ouders;
 - tussenkomen gestuurd vanuit eigen milde kijk;
 - geïnteresseerd zijn in verschillen.
- **Ben ik in valkuilen getrapt?**
 - Heb ik zelf inhoudelijke uitspraken gedaan over het belang van het kind?
 - Heb ik overgenomen van de ouders?
 - Heb ik voorkeuren laten blijken?
 - Heb ik afkeuring laten blijken?

‘KINDEREN TELLEN MEE’ BESPREEKBAAR MAKEN

Wat is mijn doel?

Gebaseerd op wat kinderen vertellen *zegt de wetenschap* dat het belangrijk is dat het kind ondervindt dat het meetelt.

Dit *betekent voor het kind*: het kan zeggen wat het belangrijk vindt en ondervindt dat de ouders daar iets mee doen.

Dit *betekent voor de ouders*: we doen iets waardoor ons kind merkt dat het meetelt.

Dit *betekent voor u als bemiddelaar (die via de ouders werkt)*: dat u ouders ondersteunt om iets te doen met wat het kind zegt.

U ondersteunt via de ouders het kind door ‘rekening houden met wat het kind belangrijk vindt’ bespreekbaar te maken.

Meetellen in wat?

Meetellen in bemiddeling: Wat is bemiddeling?

Kinderen voelen zich gesteund als ze informatie krijgen en hierdoor beter kunnen begrijpen wat er in hun leefsituatie gebeurt. Kinderen hebben behoefte om te ondervinden dat de ouder-kindrelatie beschermd wordt. Tijdens de overgangperiode van samenwonende ouders naar apart wonende ouders stellen kinderen zich vragen over de gebeurtenissen. Kinderen hebben behoefte aan geruststelling zodanig dat ze zich niet te veel zorgen moeten maken. Ouders die de stap zetten naar u, komen door het oplossingstraject sowieso al tegemoet aan deze fundamentele bekommernissen van hun kind. Dit is echter vaak de stille inzet van de ouders. Inzet die niet automatisch bijdraagt aan het gevoel bij

het kind van mee te tellen. Ouders die hun kinderen informeren dat ze zakelijk proberen regelen, houden niet alleen rekening met de bekommernissen van hun kind, maar laten het kind dat ook ondervinden. Ze laten hun kind ondervinden dat ze beseffen dat hun kind bekommernissen heeft over hoe het allemaal zal lopen. Geïnformeerd worden over welke weg zal gevolgd worden betekent voor het kind voor 'vol' aanzien worden, ernstig genomen worden, meetellen. Door dit onderwerp met de ouders bespreekbaar te maken betreft u, via de ouders, het kind niet alleen bij de regelingen maar ook bij het verloop. U helpt ouders om hun eigen inzet in de verf te zetten en dat die tegemoetkomt aan de bekommernissen van de kinderen. De relationele boodschap die kinderen kunnen krijgen is: *Ik kan fier zijn op mijn ouders, want mijn ouders beseffen dat de manier waarop ze dit doen belangrijk is voor mij Of: Mijn ouders vinden mij belangrijk want zij spreken met mij over welke weg zij zullen volgen om het apart wonen te proberen regelen.*

Naar aanleiding van het informeren over bemiddeling kunnen ouders ook peilen naar de bijkomende bekommernissen van de kinderen. Als ouders het kind informeren dat ze in overleg via bemiddeling tot een oplossing proberen komen, scheppen zij bij het kind verwachtingen. Het kind informeren over de resultaten van deze poging is aangewezen. Niet enkel als er een akkoord wordt bereikt maar ook als er geen akkoord wordt bereikt.

Een kind wil meestal weten waarom zijn ouders op een bepaald moment overstappen naar een ander oplossingstraject. Het kan voor het kind heel verwarrend zijn om eerst te horen: *We proberen er in overleg uit te raken* en nadien, zonder te weten waarom, te zien dat zijn ouders stoppen om in overleg te regelen. Voor het kind is het nodig om ook deze overgang te kunnen begrijpen. Niet meer verder gaan via bemiddeling betekent niet: *'mislukken als ouders'*. Ouders hebben zich ingezet en kiezen nu om een andere weg te volgen. Ouders die niet tot een akkoord komen via bemiddeling zetten zich ook voor hun kinderen in. Beslissen om een derde (een rechter) te laten beslissen en op die manier de meningsverschillen en conflicten te stoppen is een evenwaardig oplossingstraject naast het oplossingstraject bemiddeling. Ook dit kan inzet voor het kind zijn. Het voornaamste voor het kind is dat het weet waarom de ouders een andere weg inslaan. Als *'niet in overleg tot een akkoord komen'* de betekenis krijgt van *'ouders mislukken'* dan loert het gevaar om de hoek dat ouders het niet goed doen voor hun kind. Dit heeft geen positieve invloed op het zelfbeeld van de ouders en heeft bijgevolg ook geen ondersteunend effect voor de kinderen.

Meetellen in onderhandeling: Mag/moet ik mee beslissen?

Men kan veronderstellen dat een goed werkende ouderschapsovereenkomst een overeenkomst is die maximaal rekening houdt met zowel de bekommernissen van beide ouders als met de bekommernissen van de kinderen. Kinderen kunnen het gevoel hebben dat ze meetellen omdat er bij het afspreken van regelingen, en in het bijzonder de verblijfsregeling, rekening wordt gehouden met wat zij belangrijk vinden.

Na het apart wonen van de ouders leeft het kind in twee huizen. Welke verblijfsregeling uiteindelijk zal gehanteerd worden heeft een grote invloed op hoe het leven van het kind er na het apart wonen zal uitzien. Of het kind al dan niet het gevoel heeft mee te tellen wordt in belangrijke mate beïnvloed door het gevoel van het kind of er al dan niet rekening gehouden is met zijn bekommernissen inzake de verblijfsregeling. Er is een fundamenteel onderscheid voor een kind tussen ondervinden dat er rekening gehouden wordt met wat het belangrijk vindt en meebeslissen. De meeste kinderen zijn geen vragende partij om mee te beslissen. Zij willen niet de verantwoordelijkheid voor de finale beslissingen nemen.

Het vraagt heel wat inzet van de ouders om via bemiddeling tot een oplossing te komen. Zij kiezen niet voor de gemakkelijkste weg. Samen rond de tafel zitten en zelf de verantwoordelijkheid nemen voor de beslissingen vraagt moed en volharding. Het betekent rechtstreeks de confrontatie aangaan met elkaar, ondanks de vaak bijhorende pijnlijke en moeilijke momenten die dit kan opleveren. Expliciet rekening houden met wat hun kind belangrijk vindt is vaak stille inzet van de ouders. Als het kind deze inzet ook merkt en ondervindt, draagt het bij tot de levenskwaliteit van het kind. Door 'rekening houden met de bekommernissen van het kind' als gespreksonderwerp te introduceren tijdens de bemiddeling steunt u de ouders om daar iets mee te doen t.a.v. het kind. Het is niet de bedoeling dat u vertrekt van een vooropgestelde, enig juiste manier. U vertrekt niet vanuit een vooropgestelde, enige juiste manier. U houdt rekening met hoe ouders hier zelf naar kijken en hierover denken. U bepaalt niet wat er moet gebeuren en geeft geen onmogelijke opdrachten.

Afhankelijk van de kijk van de ouders zijn er bij het bespreekbaar maken veel verschillende startsituaties mogelijk.

Er zijn ouders die bij de start van een bemiddeling zicht hebben op de bekommernissen van hun kinderen. Veel ouders voelen dit intuïtief aan of hebben daarover al met hun kinderen gesproken en blijven dit ook verder doen. Er zijn ook ouders voor wie de drempel om met hun kinderen over de bekommernissen van die kinderen te spreken echter hoog is.

Geregeld hoor je als bemiddelaar: *Het gaat eigenlijk goed met onze kinderen. Het gaat goed op school, ze stellen weinig vragen, alles gaat zowat zijn gewone gangetje.* Kortom, er zijn geen signalen die erop wijzen dat de kinderen het lastig hebben of dat het misschien nodig is om iets extra te doen. Ouders hopen dan vaak in stilte dat het zo mag blijven: *Laat het ons zo houden, alles loopt nu goed.*

Het is niet gemakkelijk en vrij confronterend voor ouders om met hun kinderen te praten over apart gaan wonen, de zorgen die je kind zich maakt te horen, het verdriet en de kwaadheid die er vaak zijn te beluisteren. U kunt in deze situaties de ouders helpen door te reflecteren over wat volgens hen de mogelijke voor- en nadelen zijn om met hun kinderen te spreken over hun bekommernissen.

Er zijn ouders voor wie het extra moeilijk is naar de bekommernissen van hun kinderen te kijken. Scheiden als partners kan immers veel verdriet en onzekerheid geven. Wanneer ex-partners strijden om hun psychologisch evenwicht te herwinnen, is het voor hen soms nodig om een verhaal te ontwikkelen dat hen vooruit helpt bij het vinden van dit evenwicht. Perspectieven en reacties kunnen dan heel verschillend zijn. Wanneer ouders zich emotioneel kwetsbaar voelen, kan het gevoel van ‘gelijk te hebben’ hen helpen om zich gerechtvaardigd te voelen in hun gedachten en gevoelens. Het is dan soms gemakkelijker voor elke ouder om ervan uit te gaan dat je gelijk hebt, door er ook van uit te gaan dat de kinderen hetzelfde willen. Ouders kunnen dan soms het verschil niet meer merken tussen hun eigen beleving en de beleving van hun kind. Daarom kunnen ouders de neiging hebben om aan te nemen dat de visie van hun kind niet anders kan zijn dan hun eigen visie. Vaak is dit echter niet zo. Kinderen kijken anders naar de regelingen en vinden andere dingen belangrijk. U kunt in deze situaties de ouders helpen door het verschil, kijken door de bril van het kind en kijken door de bril van de ouder, bespreekbaar te maken.

Wat is bemiddeling?

Ouders geven hun kind uitleg bij de start van de bemiddeling

• *Wat wil ons kind weten?*

Dit is een overzicht ter inspiratie. Welke informatie ouders zullen geven wordt uiteraard niet bepaald door u. Ouders kunnen ervoor kiezen om minder informatie te geven omdat dit beter past bij hun gewoontes met hun kind.

Relevante informatie kan zijn:

- De verschillende scheidingstrajecten waaronder bemiddeling;
- Wat ouders moeten/kunnen regelen als ze apart gaan wonen;
- Wat zegt de wet over verblijf en ouderlijk gezag;
- Het feit dat kiezen voor bemiddeling onder andere ook te maken heeft met rekening willen houden met wat het kind belangrijk vindt;
- Hoe verloopt een bemiddeling;
- Wat bepaalt mee wat een goede overeenkomst is;
- Wat zijn de stappen als bemiddeling niet tot een overeenkomst leidt;
- Wat zijn verdere stappen als er wel een overeenkomst is;
- Wat zegt de wet over de rechten van het kind;
- Wat vinden de ouders over hoe het kind zich kan inzetten.

• *Waarom uitleg geven over bemiddeling?*

U vertrekt als bemiddelaar niet van wat er moet gebeuren. U gaat uit van de normale manier van uitwisselen van informatie tussen deze ouders en dit kind. U bepaalt niet wat ouders moeten doen. U vertrekt van wat ouders al hebben gedaan, van de inzet van de ouders dusver. Door dit onderwerp bespreekbaar te maken reikt u ouders eventueel nieuwe ideeën aan. Vaak hebben ouders wel met hun kinderen gesproken over het feit dat zij apart gaan wonen. Veel minder vaak hebben ouders erbij stilgestaan dat zij hun kind zelf kunnen helpen door uitleg te geven over het oplossingstraject dat zij zullen volgen. Veel ouders gaan zeer bescheiden om met de grote inzet die ze tonen i.v.m. de manier waarop ze willen regelen. Ze willen hun kinderen ondersteunen door over de eindresultaten te spreken maar niet over het verloop. Uit onderzoek komt naar voor dat, als kinderen ook geïnformeerd worden over het verloop, dat hen kan helpen. Het geeft hen ook de kans om vragen te stellen. Als u zicht hebt op hoe de ouders zelf kijken naar ‘hun kind informeren’, kunt u hier verder op inspelen en even-

tueel bijkomende ideeën met hen doornemen. U kunt, indien de ouders hierin geïnteresseerd zijn, een concreet scenario met hen uitwerken over het geven van informatie. U kunt hulpmiddelen aanreiken voor het geven van informatie.

TIPS

- Stel u geïnteresseerd op in de manier waarop ouders tot hiertoe omgaan met het geven van informatie aan hun kinderen.
- Stel u geïnteresseerd op in hoe het kind omgaat met het krijgen van informatie.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Jullie hebben daarnet het bemiddelingsprotocol ondertekend. Jullie engageren zich om via bemiddeling naar een oplossing te zoeken. Ik denk gehoord te hebben dat één van jullie overwegingen daarvoor is dat jullie het belangrijk vinden voor jullie kind om samen naar oplossingen te zoeken. Denken jullie dat jullie kind beseft dat jullie zich inzetten om dit te doen?*
- *Stel dat jullie kind hier zou aanwezig zijn en dat het zou merken dat jullie deze inspanning leveren, wat zou dit voor jullie kind betekenen?*
- *Weet jullie kind dat jullie naar een bemiddelaar gaan om te streven naar een regeling in overleg?*
- *Indien jullie kind zou weten dat jullie naar een bemiddelaar gaan en dat het ook zou weten wat jullie hier doen, hoe zou dat voor jullie kind voelen?*
- *Sommige kinderen hebben grote behoefte aan duidelijkheid. Weten wat de verschillende oplossingstrajecten zijn en welk oplossingstraject zijn ouders nemen zorgt er voor kinderen soms voor dat ze de situatie beter begrijpen. Wat denken jullie dat de behoeften van jullie kind op dit vlak zijn?*

• **Scenario maken**

Indien ouders geïnteresseerd zijn om hun kind meer informatie te geven, kan het nuttig zijn om een concreet scenario te maken. Het maken van een scenario heeft als doel de eventuele verschillende meningen en vragen te bespreken. Het geven van informatie aan het kind kan voor het kind iets bijdragen als er een akkoord is tussen de ouders over wie, wat, wanneer en hoe informatie zal geven.

TIPS

- Vraag de ouders of ze het zinvol vinden om tijd te nemen om na te denken over wie, wat, wanneer en hoe het kind zal geïnformeerd worden.

- Informeren kan maar bijdragen indien het kind ondervindt dat er een akkoord is over de informatie.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Interesseert het jullie om samen te bekijken op welke manier jullie informatie over bemiddeling aan jullie kind zullen geven?*
- *Is het zinvol dat we tijdens dit gesprek tijd nemen om concreet te bekijken wie wat zal zeggen? Of bespreken jullie dit onderling verder?*
- *Ik heb gemerkt dat sommige ouders het belangrijk vinden om eerst en vooral afspraken te maken over wie, wat, wanneer zal zeggen. Stellen jullie zich daar vragen over?*

MOGELIJKE AFSPRAKEN BIJ HET MAKEN VAN EEN SCENARIO

- *Lijkt het haalbaar/zinnig om de informatie samen te geven of lijkt het beter om dit apart te doen?*
- *Denken jullie dat het beter is om alle kinderen samen te informeren of elk kind apart, of...*
- *Wat is volgens jullie een goed moment voor de kinderen? In het weekend aan de ontbijttafel, of eerder in de privacy van zijn/haar eigen kamer?*
- *Hoe denken jullie dat jullie kind zal reageren?*
- *Stel dat het inderdaad reageert zoals verwacht, zeggen jullie dan 'Ik weet dan wel wat te doen', of hebben jullie daar vragen over?*
- *Stel dat jullie kind totaal anders reageert dan verwacht?*
- *Stel dat jullie kind er helemaal niet op ingaat?*
- *Voor een aantal kinderen is het ook belangrijk om te weten hoe zij verder op de hoogte zullen blijven. Wat denken jullie dat jullie kinderen hierover verwachten?*
- *Wie zal wanneer met de kinderen spreken?*
- *Nadat jullie met de kinderen hebben gesproken, gaan jullie het daar onderling (nog voor de volgende bijeenkomst in bemiddeling) over hebben? Wat verwachten jullie op dat vlak van elkaar?*
- *Gaan jullie achteraf vragen aan de kinderen wat zij van de andere ouder hebben gehoord?*
- *Ik heb al vaker gemerkt dat kinderen niet altijd aan elke ouder dezelfde vragen stellen. Als jullie dit zouden merken, weet dan dat dit niet echt een probleem hoeft te zijn. Sommige kinderen hebben net de bekommernis om bepaalde vragen aan mama te stellen en dan weer andere vragen aan papa. Zeggen jullie hierover iets aan elkaar of niet?*

• *Clausule in het bemiddelingsprotocol voorstellen*

U kunt niet ‘niets’ doen met informatie. Ook kiezen om weinig te informeren is iets doen met informatie. Er ligt geen clausule vast die bepaalt wat ouders moeten doen. Door in het bemiddelingsprotocol een clausule op te nemen die verwijst naar informatie geven, kunt u dit als een aandachtspunt naar voor schuiven. Een clausule inlassen heeft het voordeel dat het normaal is dat er afspraken zijn over hoe het kind geïnformeerd wordt. Als het een ‘standaardonderdeel’ is van uw protocol heeft het ter sprake brengen niets te maken met die ouders en dat kind in hun situatie maar zit het ingebakken in bemiddeling.

VOORBEELD VAN EEN MOGELIJKE CLAUSULE

‘De ouders spreken af dat zij het kind op de volgende manier en over de volgende onderwerpen i.v.m. bemiddeling zullen informeren:’

.....
.....

VOORBEELD VAN MOGELIJKE INVULLING

De ouders engageren zich om hun kind te informeren over de start van een bemiddeling. Zij vinden het belangrijk om aan hun kind uit te leggen wat bemiddeling is, welke verschillende oplossingstrajecten er bestaan, wat zij zullen proberen regelen (gezagsregeling, verblijfsregeling en kostenregeling) tijdens de bemiddeling en wat de wet daarover zegt. Zij engageren zich om bij de afronding van de bemiddeling (al dan niet met een akkoord) hun kind te informeren over de stand van zaken. Zij engageren zich om de manier waarop en het moment van informeren in overleg af te spreken.

• *Folder over bemiddeling voorstellen*

Waarom via een folder?

Het gebruik van de informatiefolder kan een handig middel zijn voor de ouders, het kind en ook voor u als bemiddelaar.

Voor de ouders kan het een houvast zijn om het gesprek met hun kind te starten en te onderhouden. Voor u kan het een handig hulpmiddel zijn om enerzijds uit pragmatische overwegingen (bemiddeling kost tijd en ook geld) niet alles te moeten overlopen met de ouders. Anderzijds kan het helpen om via de folder stof tot reflectie te geven en dus, overeenkomstig uw rol als bemiddelaar, zelf geen inhoudelijk standpunt te moeten innemen. U kunt hierdoor gemakkelijker uit de inhoud blijven. Voor het kind kan het een instrument zijn om direct te

ervaren dat het voor zijn ouders ook meetelt. Het lezen van de folder en die samen met zijn ouders bespreken, geeft ook aanleiding om vragen te stellen. De kans dat het niet bij een eenmalig gesprek blijft wordt groter. Het kind en de ouders kunnen de folder doornemen, herlezen en op basis daarvan meteen of ook later vragen stellen.

Welke informatie vinden ouders en kinderen in de folder?

In de twee folders, folder kind en folder jongere, wordt dezelfde informatie gegeven, aangepast aan de leeftijd. De informatie is gericht naar het kind en gaat over:

- Wat moeten/kunnen ouders regelen als ze apart gaan wonen;
- Informatie over bemiddeling;
- Informatie over andere oplossingstrajecten naast bemiddeling.

Hoe de folder gebruiken?

U kunt de ouders verwijzen naar de site Tweehuizen vanwaar ze de folder kunnen printen en doornemen, om dan de conversatie met hun kind te kunnen aangaan. U kunt zelf de folder aan de ouders geven en op basis daarvan het gesprek over 'het kind informeren' voeren.

TIPS

- Stel de folder niet voor als de enige manier om te informeren maar als een mogelijkheid.
- Bekijk samen met ouders wat voor hun kind eventueel andere relevante informatie kan zijn.

• Bemiddelingsfilmpje voorstellen

Via het filmpje kunnen ouders hun kind tonen wat bemiddeling is. Een filmpje is aanschouwelijk, het kind kan zich makkelijker iets voorstellen bij bemiddeling. Hoe duidelijker en aanschouwelijker dit wordt voor het kind, hoe concreter de conversatie tussen ouders en kind kan zijn.

TIPS

- Ga even na of beide ouders het gebruik van het filmpje zinnig vinden.
- Neem eventueel tijd om voordelen en nadelen op een rijtje te zetten.
- Bekijk of ze het eens zijn over hoe ze dit gaan doen.
- Bekijk of ze er een idee van hebben hoe het kind zou kunnen reageren en wat ze met de eventuele reacties gaan doen.

Ouders geven hun kind uitleg bij de afronding van ‘bemiddeling met overeenkomst’

• *Waarom uitleg geven over het verloop van de bemiddeling?*

Het kind kan zich gerespecteerd voelen en het gevoel hebben mee te tellen als het niet alleen geïnformeerd wordt over wat zijn ouders zullen proberen, maar evengoed over de afloop van wat zij proberen. Indien de ouders tot een akkoord gekomen zijn is het zinvol het kind informatie te geven over de afronding van de bemiddeling. Het kind krijgt hierdoor duidelijkheid dat de periode van zoeken afgerond is en dat de fase van omzetten in de praktijk begint. De ouders hebben zich ingezet om tot een akkoord te komen en hebben daar vaak veel inspanning voor geleverd. Tot een akkoord komen is vaak niet voor de hand liggend en gaat niet vanzelf. Door de kinderen te informeren over de afronding met een akkoord hebben de kinderen ook zicht op de afloop en kunnen de ouders zichzelf een pluim geven. Ouders die zichzelf een pluim geven, geven hun kind de kans om positief over hun ouders te denken. Dit ondersteunt het kind en kan bijdragen aan een prettige ouder-kindrelatie.

• *Scenario maken*

‘Uitleg geven over afronding bemiddeling’ als onderwerp introduceren.

Als bij het begin van de bemiddeling afgesproken werd om op het einde van de bemiddeling het kind te informeren, kunt aan u deze afspraak herinneren. Indien dat niet expliciet werd afgesproken, kunt u dit onderwerp toch opnieuw ter sprake brengen. De focus kan liggen op het verloop van de bemiddeling zelf, de inspanningen die de ouders geleverd hebben. Eventueel kunnen de ouders ook iets zeggen over een aantal moeilijke momenten die er geweest zijn en over hoe zij beiden staan tegenover de overeenkomst.

Ouders erkennen in hun inzet om tot een akkoord te komen wordt vaak uit het oog verloren op het einde van de bemiddeling. Doorheen de bemiddeling zetten ouders stappen en evolueren ze in de richting van een akkoord, waardoor de inzet die dat heeft gekost op de achtergrond geraakt. Het wordt bijna voor de hand liggend en iets normaals.

Dit is het vaak zeker niet. U kunt dit doorbreken door terug te kijken op het verloop en eventueel de moeilijke momenten opnieuw in beeld te brengen. Dat kan ouders ondersteunen de stap te zetten om hun inzet zichtbaar te maken en met hun kinderen te delen. Als bemiddelaar een klein ritueelje inlassen om

eventjes stil te staan bij en ‘te klinken op het resultaat dat de ouders hebben bereikt’ is misschien wel op zijn plaats.

TIPS

- Geef feedback aan de ouders over de inzet die u bij beiden hebt gezien in de loop van de bemiddeling.
- Geef eventueel een aantal voorbeelden van momenten waarvan u als bemiddelaar denkt dat ze voor de een of de ander moeilijk waren.
- Waak er bij het geven van feedback en voorbeelden over dat die geformuleerd zijn als een hypothese.
- Waak erover dat zowel de feedback als de voorbeelden uw rol van evenwichtsbewaker niet in het gedrang brengen.
- Waak erover dat het pluimen zijn voor de ouders en geen pluimen voor u als bemiddelaar.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Jullie hebben daarnet de ouderschapsovereenkomst ondertekend. Ondanks de meningsverschillen in het begin zijn jullie tot een akkoord gekomen. Hadden jullie dit zelf verwacht?*
- *Deze overeenkomst is er niet zomaar gekomen. Ik heb gemerkt dat jullie beiden heel wat inspanning hebben geleverd om de soms moeilijke ‘knopen’ uiteindelijk door te hakken. Mag ik daar toch eventjes iets over zeggen?*
- *Er zijn ook een aantal moeilijke momenten geweest, maar ondanks die momenten hebben jullie toch volgehouden. Soms was het denk ik voor u als vader En voor u als moeder*
- *Hoe zouden jullie kinderen hiernaar kijken?*
- *Stel dat jullie kinderen zicht zouden hebben op hoe jullie dit hier hebben gedaan, hoe denken jullie dat zij zich zouden voelen bij de inspanning van hun ouders?*

• **Concreet scenario maken**

Bij de afronding van een bemiddeling is het evenwicht tussen de ouders soms broos. Het blijft vaak zinvol om te bekijken of de ouders een akkoord hebben over wie, wat, wanneer zal zeggen over hoe de bemiddeling verlopen is. Vaak hebben de ouders daar een eigen manier voor en is het niet nodig om een scenario te schrijven. Soms blijft het van belang om de achterdocht over ‘wie zegt wat aan de kinderen’ weg te nemen en daarover duidelijke afspraken te maken.

Ouders die beiden weten wat ze zullen zeggen, hoe ze dit zullen zeggen en ook wanneer, voelen zich vaak veiliger bij het geven van informatie.

TIPS

- Vraag de ouders of ze het zinvol vinden om na te denken over wie, wat, wanneer en, hoe aan het kind zal zeggen.
- Informeren kan slechts helpen als het kind ondervindt dat er een akkoord is over de informatie.

MOGELIJKE AFSPRAKEN BIJ HET MAKEN VAN EEN SCENARIO

- *Lijkt het haalbaar/zinnig om de informatie samen te geven of lijkt het beter om dit apart te doen?*
- *Denken jullie dat het beter is om alle kinderen samen te informeren of elk kind apart, of...*
- *Wat is volgens jullie een goed moment om de kinderen te informeren? In het weekend aan de ontbijttafel, of eerder in de privacy van zijn/haar eigen kamer?*
- *Hoe denken jullie dat jullie kind zal reageren?*
- *Stel dat jullie kind inderdaad reageert zoals verwacht, zeggen jullie dan: 'Ik weet dan wel wat te doen' of hebben jullie daar vragen over?'*
- *Stel dat jullie kind totaal anders reageert dan verwacht?*
- *Stel dat jullie kind er helemaal niet op ingaat?*
- *Sommige kinderen willen graag weten hoe ze op de hoogte zullen blijven. Wat denken jullie dat jullie kinderen hierover verwachten?*
- *Wie zal wanneer met de kinderen spreken?*
- *Nadat jullie met de kinderen hebben gesproken, gaan jullie het daar onderling over hebben? Wat verwachten jullie op dat vlak van elkaar?*
- *Gaan jullie achteraf aan de kinderen vragen wat zij van de andere ouder hebben gehoord?*

Ouders geven hun kind uitleg bij afronding 'bemiddeling zonder overeenkomst'

- ***Waarom uitleg geven over de overstap naar een ander traject?***

Als de bemiddeling afgerond wordt zonder een akkoord volgt er vaak een periode van onduidelijkheid over het verdere verloop. Ouders kunnen beslissen om af te wachten en gedurende een bepaalde periode met tijdelijke regelingen verdergaan. Of zij stappen over naar een ander oplossingstraject waarbij een

derde (bijvoorbeeld een rechter in het kader van een EOO) zal beslissen. De context verandert en dit heeft invloed op de onderlinge relatie tussen de ouders en dus ook op het kind. Door het kind bij de start van de bemiddeling te informeren over de bemiddeling hebben de ouders bij het kind bepaalde verwachtingen gewekt. Voor het kind kan het verwarrend zijn geen informatie te krijgen over de verandering van koers. *Waarom doen mijn ouders niet verder wat ze gezegd hebben? Hoe komt het dat mijn mama nu niet meer verder wil praten met mijn papa? Waarom wordt papa nu zo boos op mama? Heb ik iets gedaan, is het mijn schuld?*

In deze omstandigheden blijft het heel belangrijk dat het kind ervaart dat het meetelt. Dat het antwoorden krijgt op zijn vragen. Dat het ondervindt dat paniek niet nodig is. Dat het kind er voor niets tussen zit. Als ouders beslissen, of één ouder beslist om niet meer verder te kiezen voor bemiddeling, geeft dit geregeld aanleiding tot een conflictueuze sfeer. Een (of beide) ouders is ontgoocheld, voelt dit aan als een mislukking, geeft de ander de schuld van het niet bereiken van een akkoord. Het is niet makkelijk voor ouders om in deze omstandigheden de alertheid te hebben om hun kind hierover te informeren. Laat staan om samen te zoeken naar wat ze aan hun kind zullen zeggen. Ouders zijn zelf soms in paniek, weten niet goed wat te doen of wat er zal volgen. Hun gedachten en gevoelens worden hierdoor soms helemaal ingenomen. Weloverwogen nadenken over de ondersteuning van hun kind is op die momenten niet gemakkelijk. Sommige ouders vrezen dat hun kind ontgoocheld zal zijn en willen het niet extra belasten.

• **Scenario maken**

‘Uitleg geven over afronding bemiddeling’ als onderwerp introduceren.

Er bestaan verschillende, evenwaardige oplossingstrajecten. Ouders die niet via bemiddeling tot een regeling komen zijn geen minder goede ouders of zijn geen ouders die mislukken. Kiezen voor een ander oplossingstraject kan een even zinvolle keuze zijn. Uiteraard staat u als bemiddelaar achter het oplossingstraject via bemiddeling. Uiteraard is de kans dat kinderen zich niet gekneld voelen groter als ouders kiezen voor een weg in overleg. Ondanks dat zijn noch ouders, noch kinderen geholpen met een bemiddelaar die de boodschap geeft *‘jullie mislukken’*. Dit draagt niet bij tot een positief zelfbeeld van de ouders en draagt ook niets bij voor het kind. Ouders proberen overtuigen om in het belang van hun kind toch verder te gaan met bemiddeling is een risicovolle onderneming.

Als de bemiddeling wordt stopgezet in een gespannen sfeer is het niet altijd gemakkelijk om communicatie daar rond naar voren te schuiven. Het werkt vaak gemakkelijker als u bij de start van de bemiddeling niet alleen oog hebt voor de informatie die ouders geven over bemiddeling aan hun kind, maar ook stilstaat bij ‘wat als er geen akkoord bereikt wordt’. Is er bij het begin van de bemiddeling hierover al gesproken of zelfs een afspraak gemaakt, dan kunt u hierop steeds terugvallen. Als dit voor de eerste keer ter sprake komt zodra men al beslist heeft om te stoppen, kan het voor de ouders moeilijk zijn om de relevantie van dit onderwerp te zien.

TIPS

- Vraag de ouders of ze het zinvol vinden om te bekijken wat ze aan hun kind zullen zeggen.
- Blijf af van de inhoud van de eventuele meningsverschillen tussen de ouders over wat wiens fout is.
- Probeer de inzet die er wel is geweest bij beiden te blijven zien en ook te benoemen.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Jullie hadden gekozen voor een weg via bemiddeling om tot een oplossing te komen. Dat is geen makkelijke opgave. Uiteraard sta ik achter bemiddeling, anders zou ik dit werk niet doen. Ik ben er echter ook van overtuigd dat er niet één juist oplossingstraject bestaat. Soms is het mogelijk om via bemiddeling tot een akkoord te komen, soms is dit niet mogelijk. Bemiddeling is niet ‘alles heilig makend’. Voor mij betekent dit geen mislukking. Jullie willen allebei dat er oplossingen komen, dat lijkt mij vrij duidelijk.*
- *Bij de start van de bemiddeling hebben jullie jullie kind geïnformeerd over wat bemiddeling is en wat jullie gaan doen. Jullie kind heeft toen ook heel wat vragen gesteld naar aanleiding van die uitleg. Herinneren jullie zich dat nog? Jullie vonden het allebei belangrijk dat jullie kind kon ondervinden welke inspanning jullie leverden. Vinden jullie het oké om ook tijd te nemen voor wat jullie over de keuze voor een ander oplossingstraject gaan zeggen?*
- *Ik denk te horen dat jullie zich wat ontgoocheld voelen dat er geen akkoord is. Het lijkt mij verstaanbaar dat jullie het gevoel kunnen hebben dat het jammer is dat jullie inzet niet het gewenste resultaat heeft. Ook beslissingen genomen door een rechter kunnen voor een oplossing zorgen. Wat denken jullie dat jullie kind zich hierbij afvraagt?*

- *Als jullie kind zou ondervinden dat jullie ook nu informatie geven over de verandering van koers, wat denken jullie dat het effect daarvan zou zijn op jullie kind?*
- *Ik heb al een aantal keren gemerkt dat als ouders uitleg geven over het waarom van een ander traject, kinderen dan het gevoel hebben: ‘Mijn mama en papa vinden mij belangrijk want ze zorgen ervoor dat ik kan begrijpen wat er gebeurt en waarom dit gebeurt’.*

• **Concreet scenario maken**

Ouders beleven het stopzetten zonder akkoord vaak zelf als een mislukking. Het is niet de bedoeling om deze gedachten en emoties weg te nemen, ze te verwerpen of ze te ontkennen. Het is de bedoeling om er iets naast te zetten. Ouders hebben zich gedurende een bepaalde periode ingezet om in overleg tot een regeling te komen. Behalve dat ze het gewenste resultaat niet bereiken, betekent dit niet dat dit niets heeft opgeleverd. De ouders hebben in elk geval geprobeerd en ze hebben zich sowieso ingezet. Door er iets anders naast te zetten vergroot de kans dat ouders het gevoel hebben dat ze iets zinvol kunnen zeggen tegen hun kind. Als bemiddelaar kunt u de inzet van beide ouders ter sprake brengen. Op die manier reikt u inspiratie en woorden aan die het de ouders gemakkelijker kunnen maken om de stap te zetten naar uitleg aan hun kind. Ouders willen niet dat hun kind naar hen kijkt als ouders die mislukken. Ze willen hen deze ontgoocheling besparen en vinden van daaruit niet altijd de woorden die toch relevant zijn voor hun kind.

TIPS

- **Formuleer hypothesen over wat u aan inzet bij hen denkt gezien te hebben.**
- **Zorg dat er evenwicht is in wat u formuleert: inzet van de ene en van de andere ouder evenwaardig naast elkaar.**

VOORBEELDEN VAN MOGELIJKE UITLEG

- *Mama en papa hebben veel gepraat. Mama vindt een aantal dingen belangrijk en papa vindt een aantal andere dingen belangrijk. Mama weet wat papa belangrijk vindt, maar denkt daar anders over. Papa weet wat mama belangrijk vindt en denkt daar anders over. Mama en papa zullen nu vragen aan de rechter om te beslissen. Mama en papa denken dat het nodig is dat er een beslissing wordt genomen en dat iemand anders zegt hoe dat moet gebeuren. Mama en papa vinden het niet goed om te blijven praten*

en te discussiëren. Soms hebben mensen een verschillend idee en dan is het soms nodig dat iemand anders beslist.

- *Over een aantal dingen hebben mama en papa een akkoord. Over een aantal andere dingen niet. Mama denkt over sommige dingen dat haar oplossing de beste is en papa denkt dat zijn oplossing de beste is. Soms hebben mama en papa daar wat ruzie over en mama en papa willen eigenlijk geen ruzie maken. Mama en papa denken dat het beter is dat de rechter gaat zeggen wat ze het beste doen. Mama en papa vinden het beter dat de ruzies niet te lang duren en dat er oplossingen komen.*

Mag/moet ik mee beslissen?

In welke mate willen de ouders dat hun kind meetelt in de regelingen?

- ***Wat betekenen onze regelingen voor ons kind?***

Ouders en kinderen beïnvloeden elkaar voortdurend. Ouders hebben invloed op hun kind en het kind heeft invloed op zijn ouders. Elke ouder-kindrelatie is op vlak van beïnvloeding op een unieke manier georganiseerd. Er bestaat niet zoiets als: je moet als ouder ‘zoveel beïnvloeding’ toelaten om een goede ouder te zijn en vanaf een bepaald punt laat je teveel beïnvloeding toe. Elke ouder-kindrelatie is op een unieke manier georganiseerd als het gaat over de balans tussen leiding geven en leiding aanvaarden bij het afspreken of regelen van bepaalde onderwerpen.

Hoeveel en welke invloed laat de ouder toe en hoeveel en welke invloed laat het kind toe? Bijvoorbeeld: *Iedereen heeft een vrije dag*. In het ene gezin zullen de ouders beslissen waar ze naartoe trekken om een leuke dag te hebben. In het andere gezin zullen de ouders vragen aan hun kinderen wat ze graag zouden doen en zal er dan in overleg iets worden uitgekozen. Voor sommige kinderen zal het beslissen van de ouders goed werken en voor andere kinderen dan weer niet. Hoeveel leiding u moet nemen als ouder en hoeveel u moet loslaten ligt met andere woorden niet vast. In de meeste gezinnen heeft men zo zijn eigen manier gevonden in de wisselwerking tussen geven en nemen. ‘Goed werken’ betekent dat zowel ouder als kind het gevoel hebben dat er voldoende rekening gehouden wordt met wat iemand belangrijk vindt. Sommige kinderen zullen het vervelend vinden om zelf voorstellen te moeten doen en andere zullen het dan weer vervelend vinden om er geen te kunnen doen. Dit kan ook sterk variëren naargelang de leeftijd en de levensfase van het kind.

Vele ouders willen hun kinderen niet nog meer belasten en kiezen er dan ook voor om zelf eerst alles te regelen en pas dan de getroffen regelingen aan hun kinderen mee te delen. Dit vanuit de hoop dat het kind zich minder zorgen zal maken als het bij het horen van de beslissing van het apart wonen, meteen ook de regelingen te horen krijgt. Ouders proberen op die manier veel verantwoordelijkheid te nemen voor hun kinderen. Dit kan goed werken, maar niet altijd. Het kind kan het gevoel krijgen dat er geen rekening gehouden is met wat het zelf belangrijk vindt. Met andere woorden, dat het niet echt kan zeggen wat het zelf belangrijk vindt. Ervoor zorgen dat het kind het gevoel heeft mee te tellen is dus een evenwichtsoefening voor de ouders.

Evenwicht tussen enerzijds door voldoende duidelijkheid te geven voor voldoende veiligheid zorgen en anderzijds door voldoende opening te laten voldoende rekening te houden met. Dit is geen gemakkelijke evenwichtsoefening. Bij een belangrijke reorganisatie als het apart gaan wonen is het zinnig om even stil te staan bij de manier van leiding nemen en de manier van leiding overlaten aan de kinderen. En dat in alles wat moet geregeld worden.

U hebt niet de opdracht om te bepalen en/of aan de ouders aan te geven wat de goede of de minder goede manier is. Het komt er wel op aan om samen met de ouders tijdens de bemiddeling hierover na te denken. Reflecteren over wat zij een goede manier vinden om met beïnvloeding om te gaan. Welke manier hen past binnen de bestaande gewoontes en vanuit hun specifieke ouder-kindrelatie op dit vlak.

• *Hoe geven wij leiding en hoe nemen wij leiding?*

Ouders moeten over een aantal onderwerpen (gezagsregeling, verblijfsregeling en kostenregeling) spreken om hun ouderschap zakelijk te regelen. Hoe de ouders zullen omgaan met de invloed van hun kind op de uiteindelijke regelingen is niet altijd een voor de hand liggend onderhandelingsonderwerp. Het is een onderwerp waar ouders meestal wel zelf van alles rond voelen maar vaak niet de nodige woorden (kunnen) vinden. Als bemiddelaar kunt u de ouders woorden geven om dit bespreekbaar te maken. Het is niet de bedoeling om een theoretische uitleg te geven en de ouders iets te leren. Het is ook niet de bedoeling om te proberen de ouders te *'doen inzien'* hoe belangrijk dit wel is. Ouders hebben al genoeg hooi op de vork tijdens de overgangperiode van samenwonen naar apart wonen. De kunst is dit onderwerp op zo'n manier aanbrengen dat ouders zich aangesproken voelen om hier ook iets mee te doen.

Zodra dit onderwerp geïntroduceerd is, zal blijken of de ouders hier reeds bij stilgestaan hebben. Indien dit nog niet het geval is werkt het vaak goed om toch een aantal vragen te stellen en voor te stellen om hier tijdens een volgende bijeenkomst op terug te komen. Dit geeft de ouders tijd om daar zelf over na te denken en hun mening te vormen. Als blijkt dat de ouders daar al over nagedacht hebben, zal snel blijken of zij hierover vrij gelijklopende of vrij verschillende meningen hebben. Als blijkt dat er meningsverschillen over bestaan, kunt u voorstellen om dit als een mogelijk onderhandelingsonderwerp te bespreken en te proberen tot een akkoord te komen.

TIPS

- Vraag de ouders of ze het zinvol vinden om hier verder over te reflecteren.
- Vertrek van: 'Ik ben geïnteresseerd in jullie (unieke) manier van omgaan met leiding geven en leiding aanvaarden.'
- Gebruik voorbeelden om duidelijk te maken wat u precies bedoelt.
- Vertrek vanuit de vraag: 'Hoe zijn de ouders er tot hiertoe mee omgegaan?' Stel pas nadien vragen over hoe ze er nu wensen mee om te gaan.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Herinneren jullie zich dat jullie tijdens de eerste bijeenkomst afgesproken hebben dat jullie ook zouden bekijken wat de bekommernissen van de kinderen zijn op dit moment? Hebben jullie er zicht op waar zij momenteel mee bezig zijn, wat ze zich afvragen?*
- *Hebben jullie er zicht op in welke mate de kinderen zouden willen dat jullie ook met hen spreken over mogelijke regelingen?*
- *Ik meen te horen dat jullie zich afvragen in welke mate en op welke manier jullie de kinderen wel of niet kunnen betrekken als het gaat over de verblijfsregeling, klopt dit?*
- *Jullie vinden het beiden precies belangrijk om jullie kinderen niet extra te belasten over het apart wonen. Hebben jullie al nagedacht over wat de mogelijke manieren zijn om hen niet extra te belasten?*
- *Als jullie vroeger afspraken maakten in het gezin, bijvoorbeeld waar u op vakantie zou gaan, wat waren dan jullie gewoontes? Hadden jullie de gewoonte eerst samen als ouders uit te kijken en dit daarna voor te leggen aan jullie kinderen, of hadden jullie eerder de gewoonte hen op voorhand te bevragen en dan nadien te beslissen? Of misschien hadden jullie nog andere gewoontes?*
- *Als er beslissingen moesten genomen worden, bijvoorbeeld een school kiezen voor de kinderen, hoe verliep dit dan? Vonden jullie kinderen het*

belangrijk om daar ook hun zeg te over te doen of hadden zij liever dat jullie gewoon beslisten?

- *Wat denken jullie dat er voor jullie kinderen belangrijk is inzake de verblijfsregeling. Denken jullie dat zij behoefte hebben om daar met jullie over te spreken en te vertellen wat zij in dat verband belangrijk vinden? Wat zijn hun behoeften op dat vlak, denken jullie?*
- *Jullie hebben in deze periode zoveel te regelen en zoveel aan jullie hoofd. Het is misschien nog niet mogelijk geweest om ermee bezig te zijn hoe jullie de kinderen het gevoel gaan geven dat ze belangrijk zijn in het komen tot regelingen. We hebben daar nu eventjes over van gedachten gewisseld. Vinden jullie het zinnig als we zouden afspreken dat jullie elk apart wat tijd nemen om dit verder te bekijken en we daar dan aan het begin van onze volgende bijeenkomst op terugkomen?*
- *Jullie hebben duidelijk een verschillend idee over op welke manier jullie de kinderen best ruimte geven in het komen tot regelingen. Ik stel voor dat we wat tijd nemen om te bekijken wat jullie beiden hieraan belangrijk vinden en bekijken of jullie een akkoord kunnen vinden over de uiteindelijke manier die jullie zullen hanteren.*

• **Is er een verschil tussen meetellen en mee beslissen?**

Kinderen zijn meestal geen vragende partij om zelf te beslissen i.v.m. regelingen die met hen te maken hebben. Het gevoel van verantwoordelijkheid dat gekoppeld is aan het nemen van beslissingen willen de meeste kinderen niet. De meeste ouders merken dat kinderen geen vragende partij zijn om te beslissen. Ouders die dit merken vinden soms geen manier om aan hun kinderen te laten zien dat ze rekening willen houden met hen. Vaak is dit omdat ouders vrezen dat ze hun kind het gevoel gaan geven dat ze moeten beslissen. Indien dit onderwerp niet aan bod komt, kunt u dit zelf ter sprake brengen.

TIPS

- Vraag de ouders of ze het zinvol vinden om hierover te reflecteren.
- Vertrek vanuit: 'Ik ben geïnteresseerd in jullie idee over het onderscheid tussen het gevoel van mee te tellen en het gevoel mee te beslissen'.
- Vertrek niet vanuit uw eigen standpunt maar vanuit wat ouders zelf denken.
- Stel ouders voor om het professorenfilmje te bekijken en dit nadien te bespreken.
- Gebruik voorbeelden om duidelijk te maken wat u precies bedoelt.

- Neem tijd om ouders vragen te stellen over wat zij denken dat het gevoel te moeten meebeslissen bij kinderen wel of niet teweegbrengt.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Er is vaak veel discussie over moeten/mogen kinderen nu meebeslissen over de regelingen of niet. Hebben jullie er zicht op wat er vanuit onderzoek daarover gedacht wordt? Interesseert het jullie om daar wat meer over te horen?*
- *Zijn er in het verleden al momenten geweest dat jullie kind in de positie zat om zelf te moeten beslissen? Wat hebben jullie toen gemerkt?*
- *Hoe denken jullie dat het voor jullie kind voelt als hij/zij denkt hierover te moeten beslissen?*
- *Is er volgens jullie een verschil tussen jullie kind het gevoel geven van 'Ik ondervind dat het belangrijk is wat ik voel' en 'Ik ondervind dat mijn ouders willen dat ik een stelling inneem.'*
- *Wat denken jullie dat mogelijke effecten zijn voor jullie kinderen als zij het gevoel hebben dat jullie zouden willen dat zij een keuze maken?*
- *Ik stel voor dat we even tijd nemen om op een rijtje te zetten wat volgens jullie de voordelen en nadelen zijn van wel of niet meebeslissen. Op basis daarvan wordt het misschien mogelijk voor jullie om een keuze te maken.*
- *Jullie hebben elk apart naar het professorenfilmpje gekeken. Hebben jullie daar dingen gezien die jullie vooruit helpen?*
- *Stel dat jullie kinderen hier rond de tafel zouden zitten en ik zou aan hen vragen: 'wat zouden jullie willen dat jullie mama en papa doen, dat jullie zelf moeten beslissen of dat zij de beslissing nemen'. Wat denken jullie dat zij zouden zeggen?*

• **Hoe spreken wij over onze bekommernissen?**

U houdt er uiteraard rekening mee hoe de ouders zelf kijken naar, denken over, en spreken met hun kinderen over hun bekommernissen. U vertrekt niet vanuit: 'Ik zal jullie uitleggen hoe jullie het best met jullie kinderen spreken.' Om in overeenstemming te blijven met uw rol als bemiddelaar vertrekt u opnieuw niet vanuit de positie van inhoudelijk deskundige. Het feit dat de regelingen zullen gebaseerd worden op de bekommernissen van de ouders en de bekommernissen van de kinderen is wel een inhoudelijk standpunt dat in de onderhandelingen over de oplossingstrajecten is besproken en waartoe de ouders zich hebben geëngageerd. Er is dus een fundamenteel onderscheid tussen een inhoudelijk standpunt innemen over een aantal werkingsprincipes van bemiddeling en een

inhoudelijk standpunt innemen over wat u als bemiddelaar vindt dat het belang is van de kinderen.

TIPS

- Stel geïnteresseerde vragen om zicht te krijgen op zowel het kind, als de ouder, als de relatie ouder-kind i.v.m. het 'spreken met woorden'.
- Stel geïnteresseerde vragen om zicht te krijgen op zowel het kind, als de ouder, als de relatie ouder-kind i.v.m. het spreken via doe-taal.
- Als u merkt dat de ouders het moeilijk vinden, twijfelen of weigerachtig zijn, erken het feit dat dit moeilijk is.
- Vraag de ouders naar op welke bekommernissen van hun kinderen ze nu al zicht hebben.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Herinneren jullie zich dat jullie tijdens de eerste bijeenkomst afgesproken hebben dat jullie ook tijd zouden nemen om te bekijken wat de bekommernissen van de kinderen zijn op dit moment? Wat weten jullie daar nu al over?*
- *Wat zijn jullie gewoontes tot hiertoe bij moeilijke of ingrijpends gebeurtenissen?*
- *Als jullie kind geconfronteerd wordt met iets wat moeilijk is voor hem/haar wat helpt jullie kind, merken jullie?*
- *Doet jullie kind makkelijk uitspraken als jullie bijvoorbeeld een conflict hebben gehad? Of wat merken jullie dat hij/zij dan doet?*
- *Hebben jullie de gewoonte om vooral met woorden te spreken of hebben jullie ook of vooral andere manieren om met jullie kind te spreken? Sommige ouders vragen bijvoorbeeld aan hun kind om een tekening te maken en komen op die manier te weten wat er bij hun kind leeft.*
- *Welke manier zien jullie zelf om te weten te komen wat jullie kinderen bezighoudt?*
- *Begrijp ik het goed dat jullie wat twijfels hebben over het feit of het wel goed is om daar rechtstreeks met hen over te spreken? Ik hoor u precies zeggen, mijnheer: 'Als vader denk ik dat het wel goed zou zijn om dat te doen, maar ik aarzel en vind dit niet gemakkelijk.' Ik hoor u, mevrouw, als moeder zeggen: 'Ik vrees dat het te belastend zou kunnen zijn voor hen.' Jullie hebben er dus duidelijk al over nagedacht wat het voor hen zou betekenen om daar met hen over te spreken. Op zich houden jullie eigenlijk al rekening met wat jullie denken dat voor hen belangrijk is. Denken jullie dat jullie kinderen ook weten dat jullie zich daarvoor inzetten?*

- *Stel dat jullie er zouden voor kiezen om te spreken over de bekommernissen van jullie kind, zou het kunnen dat, naast het feit dat dit niet makkelijk is, bij hem/haar ook het gevoel zou kunnen ontstaan van ‘mijn mama en mijn papa vinden het precies goed dat ik iets zeg over de zorgen die ik mij maak’?*
- *Zou het kunnen dat bij hem/haar het gevoel ontstaat: ‘ik vind het leuk om te merken dat mijn mama en mijn papa het goed vinden dat ik niet alles leuk of gemakkelijk vind’.*
- *Mevrouw, ik denk te merken dat u als moeder meer de gewoonte hebt om te spreken met uw kind door het dingen te laten ondervinden, bijvoorbeeld door eens extra te knuffelen of een knipoog te geven. Klopt dit?*

• **Scenario maken**

Ouders zijn meestal bereid om de bekommernissen van hun kinderen te verkennen ondanks dat ze dit moeilijk vinden. Alleen weten ze vaak niet echt hoe daaraan te beginnen. Door samen met de ouders te zoeken naar een concreet scenario, naar een concrete manier van aanpakken om de bekommernissen te verkennen, wordt het vaak gemakkelijker voor hen om dit te doen.

Tijd nemen om met de ouders een concreet scenario te draaien zorgt er ook voor dat de ouders ondervinden dat wat ze als moeilijk ervaren inderdaad niet zo gemakkelijk en voor de hand liggend is. Hierdoor kunnen ze zich gesteund voelen om iets moeilijks toch te proberen. Het is niet de bedoeling dat de ouders de standpunten van hun kinderen i.v.m. de verblijfsregeling gaan bevragen. Het is wel de bedoeling te zoeken naar wat de achterliggende bekommernissen van de kinderen zijn als zij denken aan wonen in twee huizen.

Het zijn immers enkel de kinderen die in twee huizen zullen wonen. De ouders gaan elk in één huis wonen. Het perspectief van de kinderen is hierdoor vaak verschillend. Daardoor hebben de kinderen vaak andere zorgen of vragen zij zich andere dingen af dan de ouders.

U weet als bemiddelaar dat het niet altijd even gemakkelijk is voor mensen om het onderscheid tussen standpunten en bekommernissen te verstaan. U zoekt samen met de ouders hoe ze dit onderscheid op een duidelijke manier kunnen uitleggen aan hun kinderen. Als dat onderscheid niet duidelijk gemaakt wordt is de kans groot dat de ouders vooral standpunten van de kinderen bevragen. En dan wordt de grens voor het kind tussen meetellen en meebeslissen heel vaag.

TIPS

- Ga na of het onderscheid tussen standpunten en bekommernissen voor de ouders duidelijk is.
- Zoek samen met hen naar een uitleg over bekommernissen die de ouders kunnen gebruiken.
- Draai een scenario op maat. Het goede of het slechte scenario bestaat niet. Enkel wat voor de ouders haalbaar is kan voor hen werken. Geef geen onmogelijke opdrachten.
- Bespreek op voorhand een aantal moeilijkheden die zich zouden kunnen voordoen. Het vooraf afgesproken scenario geeft geen garantie op een vlot verloop.
- Leg uit wat de verdere bedoeling is en bespreek dat op voorhand. Op die manier is het duidelijk dat er ook iets zal gebeuren met wat uit het gesprek naar voren komt.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

voor de inhoud van het gesprek zelf

- *Om de kans dat het goed werkt voor jullie kinderen te vergroten, kunnen jullie eerst kort iets zeggen over waarom jullie met hen spreken en dat jullie daar beiden mee akkoord gaan om dat te doen. Bijvoorbeeld: 'Mama en papa hebben afgesproken dat we allebei met jullie apart gaan samenzitten. Mama vindt dat goed en papa vindt dat ook goed. Mama weet dat papa dit zal doen en papa weet dat mama dit zal doen.'*
- *Zoals gezegd het is hierbij niet de bedoeling om de kinderen mee te laten beslissen, maar wel om rekening te houden met wat zij belangrijk vinden, herinneren jullie zich dat nog? Zijn jullie het daar onderling over eens?*
- *Het is niet altijd even gemakkelijk om het verschil tussen de standpunten en de bekommernissen duidelijk te maken. Wat ik al gehoord heb van ouders is dat de volgende uitleg wel kan werken: 'Jullie weten dat we bij iemand gaan, een bemiddelaar, om te proberen afspraken te maken over het wonen in twee huizen. Mama en papa vinden het allebei belangrijk om goed te weten waar we daarbij aan moeten denken. Mama zou als ze hierover met papa spreekt, graag weten waar ze dan allemaal moet aan denken opdat het voor jullie ook goed zou kunnen zijn. Misschien moet mama eraan denken dat jullie niet graag een valies meenemen naar school, of dat er spullen op de twee plaatsen moeten zijn, of'.
'*
- *Jullie zeggen dat jullie dochter niet zo een prater is. Stel dat u aan haar zou vragen om een tekening te maken die u dan samen met haar zult doorne-
men, denkt u dat dit voor haar een gemakkelijker manier is om te spreken?*

- *Stel dat jullie aan jullie zoon voorstellen om de site Tweehuizen te bekijken en dat jullie nadien met hem daarover zullen spreken. Denkt u dat dit goed zou kunnen werken? Denkt u dat hij liefst zou hebben dat jullie de website samen met hem bekijken of doet hij dit liever op zijn eentje eerst apart?*

Onderwerpen om bij stil te staan voor het draaien van het scenario

- *Lijkt het haalbaar/zinnig om dit gesprek samen te doen of denken jullie dat het beter is om het elk apart te doen?*
- *Denken jullie dat het beter is om het met alle kinderen samen te doen of met elk kind apart of*
- *Wat is volgens jullie een goed moment om de kinderen te informeren? In het weekend aan de ontbijttafel, of eerder in de privacy van zijn/haar eigen kamer?*
- *Hoe denken jullie dat jullie kind zal reageren?*
- *Stel dat het inderdaad reageert zoals verwacht, zeggen jullie dan: ‘Ik weet dan wel wat te doen’, of hebben jullie daar vragen over?*
- *Stel dat jullie kind totaal anders reageert dan verwacht?*
- *Stel dat jullie kind er helemaal niet op ingaat?*
- *Voor veel kinderen is het ook belangrijk om te weten wat er achteraf zal gebeuren met wat zij zeggen. Dit vergroot vaak de veiligheid. Wat gaan jullie hierover zeggen?*
- *Wie zal wanneer met de kinderen spreken?*
- *Nadat jullie met de kinderen hebben gesproken, gaan jullie het daar onderling (nog voor de volgende bijeenkomst in bemiddeling) over hebben? Wat verwachten jullie op dat vlak van elkaar?*
- *Gaan jullie achteraf vragen aan de kinderen hoe het gesprek met de andere ouder is geweest?*
- *Ik heb al vaker gemerkt dat kinderen niet altijd aan elke ouder dezelfde vragen stellen. Als jullie dit zouden merken, weet dan dat dit niet echt een probleem hoeft te zijn. Sommige kinderen hebben net de bekommernis om bepaalde vragen aan mama te stellen en dan weer andere vragen aan papa. Tijdens onze volgende bijeenkomst kunnen we dan uitzoeken wat met de beide bekommernissen kan gebeuren.*
- *Het is de bedoeling dat jullie de bekommernissen tijdens onze volgende vergadering meebrengen, zodanig dat we daar bij de verdere bespreking rekening kunnen mee houden. Op welke manier gaan jullie die bijhouden?*

Ouders hebben een akkoord over de bekommernissen

• *Wat vindt ons kind belangrijk?*

Het gesprek met de kinderen kan heel verschillend verlopen zijn. Soms komen ouders met ongeveer gelijkaardige bekommernissen en hebben zij ongeveer hetzelfde gehoord/begrepen. Soms komen de ouders met totaal verschillende inhouden. Soms zijn de ouders het meteen eens over hoe zij naar de bekommernissen van de kinderen kijken, soms zijn de ouders het over veel dingen oneens. De bedoeling is om tot een akkoord te komen over welke bekommernissen uiteindelijk worden meegenomen in de verdere onderhandeling.

Het is niet omdat het gesprek was voorbereid en de ouders geprobeerd hebben om de bekommernissen van hun kinderen te vatten, dat wat zij inbrengen ook over bekommernissen gaat. Het is niet evident voor ouders om de bekommernissen van de kinderen te pakken te krijgen tijdens het gesprek. Regelmatig merkt u dat de ouders wel gesproken hebben met de kinderen, maar niet over de bekommernissen van de kinderen, dat het verder gaat over standpunten.

Het gebeurt ook geregeld dat ouders voor zichzelf de bekommernissen van de kinderen terug vertalen in standpunten. Door de tijd die verstrijkt tussen het gesprek en de volgende bijeenkomst geven ze hun eigen interpretaties aan wat ze gehoord hebben. Het gaat dan vaak om standpunten die aansluiten bij wat hun eigen standpunt is.

Uw opdracht is de ingebrachte informatie te bespreken en ondertussen de bekommernissen die elke ouder gehoord heeft te verzamelen en de eventuele standpunten die ingebracht worden te vertalen naar bekommernissen. Als een ouder een standpunt inbrengt is het niet de bedoeling dat te counteren. Het is wel de bedoeling om de ouder verder te bevragen en op die manier de bekommernissen die achter het standpunt zitten te pakken te krijgen. Dit gedeelte kan afgerond worden op het moment dat elke ouder kan zeggen *Ik ga akkoord met deze bekommernissen*.

Het komt vaak voor dat de twee ouders heel verschillende bekommernissen naar voren brengen. Verschil is ook hier geen probleem dat moet opgelost worden. Het is logisch dat kinderen in het aparte gesprek met hun twee ouders, verschillende bekommernissen naar voren brengen. Een kind heeft niet alleen een band met zijn twee ouders tegelijk. Een kind heeft ook een unieke en specifieke band met elke ouder apart. Elke ouder oefent ook zijn band met de kinderen op een unieke manier uit. De ene ouder neemt misschien meer tijd om sportactiviteiten met de kinderen te doen, de andere ouder is misschien meer bezig met

het huiswerk. De ene ouder is misschien meer een prater, de andere veel minder. De opa en de oma aan moeders kant vinden misschien regelmatig samenkomen belangrijk, terwijl de opa en de oma aan vaders kant de gewoonte hebben enkel op formele momenten samen te komen.

Een kind heeft dus bekommernissen die in de relatie met de ene ouder spelen en niet met de andere ouder. Verschil in bekommernissen die uit het gesprek met de twee ouders apart komen is dus heel logisch. In de context van het apart wonen is de manier waarop de band met elke ouder apart wordt ingevuld nog belangrijker. De band met de twee ouders samen zal zo goed als niet meer aan bod komen, dat is een realiteit. Misschien (meestal) hopen of dromen kinderen om dat wel nog te kunnen doen.

TIPS

- Neem eerst en vooral tijd om met de ouders door te nemen hoe het gesprek met hun kinderen verlopen is.
- Vooraleer de ouders beginnen met hun inbreng aan informatie, vraag toestemming om daar achteraf langer bij stil te staan.
- Werk vanuit het besef dat het een hele opgave is om precies te verstaan wat de bekommernissen van kinderen zijn.
- Luister eerst volledig naar wat elke ouder heeft in te brengen. Overloop nadien wat is ingebracht en neem tijd om bij wat als standpunten wordt geformuleerd, door te vragen naar de achterliggende bekommernissen.
- Beschouw verschil in bekommernissen niet als een probleem, integendeel.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Het is de bedoeling dat we vandaag verder op zoek gaan naar welke bekommernissen van jullie kinderen jullie als ouders belangrijk vinden om te laten meespelen in de verdere onderhandeling. Laat ons misschien eerst even stilstaan hoe het gesprek voor elk van jullie is verlopen. Hebben jullie het daar al over gehad?*
- *Ik stel voor dat we nu tijd nemen om de bekommernissen die jullie gehoord hebben te verzamelen. Misschien zal blijken dat jullie vooral dezelfde dingen gehoord hebben. Misschien zal blijken dat jullie veel verschillende dingen gehoord hebben. Dat is oké. Nadien zullen we tijd nemen om te bekijken welke bekommernissen jullie beiden belangrijk vinden om verder mee te werken.*
- *Stel dat ik iets niet zo goed begrijp, vinden jullie het oké dat ik tijd neem om nog een aantal bijkomende vragen te stellen?*

- *Het lijkt alsof jullie zoon ook wel een eigen standpunt heeft. Als hij dit zegt, wat denkt u dat hij zich dan misschien afvraagt, waar maakt hij zich misschien zorgen over?*
- *Uw dochter zegt: 'Ik wil in het weekend altijd bij papa zijn'. U vertelde ook dat zij het belangrijk vindt om naar de jeugdbeweging te kunnen blijven gaan. Zou er een link tussen die twee kunnen zijn?*

• **Wat vinden wij beiden belangrijke bekommernissen?**

Het is de bedoeling om een inventaris te maken van de te weerhouden bekommernissen van de kinderen. De praktijk toont dat ouders heel begaan zijn met waarmee de kinderen bezig zijn. Tijd nemen om een akkoord te bereiken zorgt meestal voor veel gemeenschappelijkheid. Ouders zijn gevoelig voor de zorgen die kinderen zich maken, de dingen die ze zich afvragen en wat ze belangrijk vinden.

Aangezien de kinderen ook en vooral een relatie met elke ouder apart hebben, is het nodig om voldoende aandacht te besteden aan de complementaire bekommernissen. Bekommernissen die niet spelen in de relatie met de ene ouder, maar wel in de relatie met de andere ouder. Indien u enkel op zoek gaat naar die bekommernissen die gelijk zijn is dit niet voldoende. Het is niet omdat de ene ouder bepaalde bekommernissen heeft gehoord die niet aan de andere ouder werden verteld dat die de andere ouder niet aangaan. Stel dat de ene ouder graag kookt, en de andere ouder is een kluns in de keuken. Tijdens het gesprek met de ouders heeft het kind met de ene ouder bekommernissen geuit over het eten. Bij de andere ouder is dat helemaal niet ter sprake gekomen.

Wat kan helpen is bij het verzamelen van de bekommernissen drie lijstjes te maken. Een lijstje met gemeenschappelijke bekommernissen, een lijstje met bekommernissen die spelen voor het kind in de relatie met de ene ouder en een lijstje met bekommernissen die spelen voor het kind in de relatie met de andere ouder. Het is niet de bedoeling om enkel te streven naar gelijkheid. Met andere woorden voldoende ruimte geven aan de complementaire bekommernissen is nodig. Indien er over bepaalde bekommernissen meningsverschillen blijken te zijn, betekent dat verder onderhandelen en de beide ouders bevragen i.v.m. hun bekommernissen indien die bekommernis van de kinderen zouden meespelen.

TIPS

- **Leg duidelijk uit wat de bedoeling is. Ouders zijn vaak geneigd om te handelen vanuit 'over alles hetzelfde moeten denken'. Bij deze stap is verschil laten bestaan van fundamenteel belang.**

- Noteer eerst en vooral de bekommernissen waar de ouders het over eens zijn.
- Verzamel nadien de bekommernissen die spelen in de relatie met de ene ouder en waar de andere ouder geen probleem mee heeft.
- Onderhandel pas dan over de bekommernissen waar echt een meningsverschil over is.

Ouders houden rekening met de bekommernissen

• *Bekommernissen in beeld brengen tijdens de brainstorming*

Ouders hebben de inspanning geleverd om de bekommernissen van het kind te verkennen en tot een akkoord te komen over welke bekommernissen van het kind belangrijk zijn. Bij het brainstormen over de mogelijke regelingen maken de ouders een moeilijke denkoefening. Niet alleen wat zij belangrijk vinden maar ook wat hun kind belangrijk vindt komt in beeld. Bij aanvang van de brainstorm is het nodig dat u de bekommernissen van het kind in beeld brengt. Vaak is dit een moeilijk moment in de onderhandelingen omdat het de bedoeling is dat ouders bereid zijn na te denken over meerdere oplossingen en niet enkel over hun oorspronkelijk ingenomen standpunt bij de start van de bemiddeling.

Het is niet de bedoeling dat de ouders hun beginstandpunt niet meer verwoorden. Ook dit standpunt kan uiteindelijk aanleiding geven tot een regeling die tegemoetkomt aan de bekommernissen van het kind. Het is wel de bedoeling dat de ouders bereid zijn naast die ene oplossing verder door te denken over andere mogelijke oplossingen. Tijdens een brainstorm hebben ouders vaak de neiging om meteen tussen te komen en beoordelende uitspraken te doen over een voorstel dat ze van de andere ouder horen. Een gedachtestroom op gang brengen met creatieve oplossingen als resultaat kan maar slagen als het zoeken naar voorstellen en het evalueren van die voorstellen duidelijk in de tijd ontkoppeld wordt.

TIPS

- Breng de bekommernissen van het kind niet alleen met woorden in beeld maar maak ze zichtbaar. Maak daarom tijdens het verkennen van de bekommernissen die lijstjes. Leg ze goed zichtbaar op tafel.
- Neem wat tijd om de lijstjes te overlopen en op die manier de bekommernissen in beeld te brengen.
- Zeg op voorhand aan de ouders dat dit vaak een moeilijke denkoefening is.
- Leg de regels van een brainstorm duidelijk uit. Zorg dat u de toestemming hebt om tussen te komen als er meteen beoordelende uitspraken worden gedaan.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Jullie hebben heel wat inspanning geleverd om zicht te krijgen op wat jullie kind belangrijk vindt i.v.m. de verblijfsregeling. Jullie zijn het erover eens dat jullie hier verder rekening willen mee houden. Om er voor te zorgen dat jullie dit bij het zoeken naar regelingen niet uit het oog verliezen, is het misschien nuttig dat ik het lijstje met wat jullie belangrijk vonden er terug bij haal en dat eventjes overloop. Akkoord dat we hiermee beginnen?*
- *Het is niet altijd even gemakkelijk om te zoeken naar regelingen die ervoor zorgen dat jullie kind merkt en ondervindt dat wat het belangrijk vindt ook meespeelt. Er is veel om rekening mee te houden. Er is wat u zelf belangrijk vindt, wat jullie beiden belangrijk vinden en wat jullie kind belangrijk vindt. Mag ik mij permitteren om hetgeen iedereen belangrijk vindt geregeld in beeld te brengen tijdens de zoektocht?*
- *Misschien horen jullie van elkaar af en toe een voorstel dat jullie op het eerste gezicht helemaal niet ziet zitten. Ik stel voor dat we nu nog niet gaan bekijken of een voorstel ook een goed voorstel is. Ik stel voor dat we eerst alle voorstellen verzamelen en pas nadien alle voorstellen wikken en wegen om te zien welk voorstel jullie uiteindelijk willen weerhouden.*

• **Bekommernissen in beeld brengen tijdens de beslissing**

Uit de verschillende voorstellen houden de ouders uiteindelijk één mogelijk beste voorstel over. Vooraleer definitief te beslissen, worden voor- en nadelen van dit voorstel nogmaals gewikt en gewogen. Tijdens het wikken en wegen kunt u opnieuw de bekommernissen van het kind in beeld brengen.

Het is zinvol om de overwegingen die de ouders maken te noteren en bij te houden. Deze overwegingen kunnen achteraf handig zijn voor de ouders op het moment dat zij aan het kind uitleg geven over het waarom van deze regelingen. De inzet die de ouders tonen om hun kind te laten meetellen kan maar ten volle effect hebben als het kind die inzet ook kan ondervinden.

U helpt ouders stilstaan bij wat de invloed van de regeling zal zijn op henzelf, op hun onderlinge relatie als ouders en bijkomend wat zij denken dat de invloed zal zijn op hun kind en op het gevoel van het kind bij zijn verhouding met zijn ouders. Met andere woorden, denken de ouders dat het kind het gevoel zal hebben dat er rekening is gehouden met wat het kind zelf heeft aangegeven dat het belangrijk vindt? De bijkomende toets die u doet is de toets aan de bekommernissen van het kind.

TIPS

- Maak het toetsen concreet voor de ouders, door filmpjes te draaien over mogelijke realistische situaties op termijn.
- Maak het toetsen levendig door de ouders uit te nodigen door de bril van hun kind te kijken.
- Blijf nog even verder werken vanuit ‘Stel dat jullie uiteindelijk beslissen om deze regeling te kiezen’. De ouders hebben immers nog niet definitief beslist.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *We hebben uitgezocht hoe jullie denken dat deze regeling voor jullie als ouders zou werken en wat de invloed van deze regeling zou zijn op jullie onderlinge relatie als ouders. Vinden jullie het oké als we nu ook bekijken hoe deze regeling voor jullie kind zou werken?*
- *Ik stel voor dat we de bekommernissen van jullie kind er terug bij halen om te zien of deze regeling ook tegemoet komt aan deze bekommernissen.*
- *Stel dat jullie kind hier aanwezig zou zijn en we zouden aan hem/haar vragen of deze regeling goed zou werken voor hem/haar, wat denken jullie dat jullie kind zou zeggen?*
- *Stel dat jullie kind op een bepaald moment op zaterdag een vaste activiteit heeft, denken jullie dat dit dan ook nog goed zal werken?*
- *Zien jullie ook bepaalde knelpunten voor jullie kind door deze regeling?*
- *Stel dat jullie kind een vriend/vriendin wil uitnodigen om te komen slapen. Hoe denken jullie dat dit dan zal werken?*

• **De verblijfskalender voorstellen**

Een verblijfskalender is een manier om de verblijfsregeling visueel en tastbaar te maken voor het kind en de ouders. Op de verblijfskalender worden de periodes aangeduid wanneer het kind bij papa en mama verblijft. Speciale dagen kunnen in de verf worden gezet. Het kind kan ook zelf dingen aanbrengen op de kalender en spreken over wat het belangrijk vindt. De bedoeling is dat het kind eenzelfde kalender ziet bij mama en papa. Op de kalender bij papa worden ook de perioden dat het kind bij mama verblijft aangeduid, en omgekeerd. De vis-à-vis verblijfskalender is ontworpen voor ouders die apart wonen. De kalender is gemaakt met steun van de Vlaamse overheid en de Koning Boudewijnstichting. De kalender kan aangeschaft worden in een pak van twee kalenders met als bedoeling dat beide ouders elk dezelfde kalender in huis hangen.

Hij is voorzien van een inleidende tekst voor kinderen, die hen aanzet tot reflectie en tot vragen stellen. Bedoeling is dat dit aanzet tot een gesprek tussen

ouders en kind. Er horen plakvisjes (mamavisjes, papavisjes en speciale-dagen-visjes) bij. Ouders en kind kunnen op die manier de verblijfsregeling telkens opnieuw visualiseren en bespreken.

Behalve aanzetten tot vragen stellen, spreken over en samen bezig zijn met de verblijfsregeling brengt de kalender beide ouders in beeld. De vissen zijn muilbroeders, een mama muilbroeder en een papa muilbroeder. Muilbroeders laten hun kindjes van muil tot muil zwemmen. Dit staat symbool voor de twee huizen. Per maand is er ook een tafereel met de vissen in situaties die zich voordoen als kinderen in twee huizen wonen.

Indien u meer informatie wenst over de vis-a-vis verblijfskalender surf dan naar: www.vis-a-vis.be.

U kunt ouders verwijzen naar de website als zij geïnteresseerd zijn om de kalender zelf te gebruiken. Op de website vinden zij ook meer uitleg over gebruik en bedoeling van de kalender. De website kan voor ouders ook een manier zijn om een verblijfsregeling bespreekbaar te maken.

Heb ik mijn doel bereikt?

Komt het effect overeen met mijn bedoeling?

Als ouders in de loop van de bemiddeling reflecteren over spreken en over de bekommernissen van het kind, wordt de kans groter dat de ouders hier zelf met hun kind over spreken. De ouders gaan dan misschien iets doen met wat het kind zegt. Het kind krijgt het gevoel dat het zinvol is om te spreken met zijn ouders over wat het belangrijk vindt. Zo krijgt het kind het gevoel dat het meetelt. Als u als bemiddelaar het spreken van de ouders met het kind over zijn bekommernissen bespreekbaar maakt, bent u goed aan het werk voor het kind.

U vraagt zich dus af: is het effect van mijn handelen dat het kind meer ondervindt dat het meetelt?

• Wat kan ik observeren?

I.v.m. meetellen in bemiddeling:

- Zijn de ouders geïnteresseerd om er met mij over te spreken?
- Hebben de ouders vragen over hoe zij dit zullen doen?
- Hebben de ouders zicht op mogelijke hulpmiddelen om dit zelf te doen?
- Hebben de ouders een akkoord over welke informatie zij willen geven?

- Hebben de ouders een akkoord over hoe en wanneer zij informatie zullen geven?
- Hebben de ouders voldoende taal om dit te doen?
- Hebben de ouders een houvast om hun engagement in de praktijk om te zetten?
- Blijven de ouders akkoord om bij de afronding van de bemiddeling het kind te informeren?

I.v.m. meetellen in de onderhandeling:

- Zijn de ouders geïnteresseerd om er met mij over te spreken?
- Hebben de ouders een akkoord om hier met hun kind over te spreken?
- Hebben de ouders vragen over hoe zij dit zullen doen?
- Hebben de ouders een akkoord over het onderscheid tussen meetellen en meebeslissen?
- Hebben de ouders een akkoord over de bekommernissen van het kind?
- Hebben de ouders een akkoord over de manier waarop de bekommernissen van het kind zullen meegenomen worden in de verdere onderhandeling?
- Hebben de ouders een akkoord over hoe en wanneer zij met hun kinderen zullen spreken?
- Hebben de ouders voldoende taal om dit te doen?
- Hebben de ouders nood aan extra houvast om dit te doen?

• *Wat kan ik zelf meer of minder of anders doen?*

- Ouders ondersteunen door de inzet extra te benoemen;
- Interesse tonen in de visie van de ouders;
- Hulpmiddelen zoeken die de ouders aanspreken;
- Ouders taal aanreiken;
- Interesse tonen in verschil in visie van de ouders;
- Interesse tonen in de manier waarop ouders tot hiertoe omgaan met informeren;
- Het kind in beeld brengen;
- Concreet scenario maken.

• *Ben ik in valkuilen getrapt?*

- Heb ik zelf inhoudelijke uitspraken gedaan?
- Heb ik overgenomen van de ouders?
- Heb ik voorkeuren laten blijken?
- Heb ik afkeuring laten blijken?

'KINDEREN WETEN WAAROM' BESPREEKBAAR MAKEN

Wat is mijn doel?

Gebaseerd op wat kinderen vertellen zegt de wetenschap dat het belangrijk is dat het kind weet waarom. Kinderen hebben voornamelijk vragen over twee dingen: waarom scheiden mijn ouders en waarom deze regelingen? Kinderen hebben nood aan verklaringen om vooruit te kunnen. Het is gemakkelijker om je aan te passen aan veranderingen als je de reden begrijpt van die veranderingen. Op die manier kan een kind gemakkelijker de volgen van die verandering accepteren.

Dit *betekent voor het kind* dat het veel vragen kan stellen.

Dit *betekent voor de ouders* dat zij zelf uitleg geven aan het kind.

Dit *betekent voor u bemiddelaar* die via de ouders werkt dat u de ouders ondersteunt door 'uitleg geven aan het kind door de ouders' bespreekbaar te maken.

Waarover uitleg geven?

Over de reden van de scheiding: Waarom scheiden jullie?

Voor kinderen is er een verschil tussen weten dat hun ouders apart gaan wonen en weten waarom. Weten waarom wil niet zeggen: op zoek gaan naar de enige waarheid, de enige juiste reden van het apart wonen waar beide ouders het over eens zijn. In dialoog maken ouders en kind een uitleg waarom ze apart gaan wonen. De uitleg van vader kan gelijk of verschillend zijn van de uitleg van moeder. Het belangrijkste is niet dat er één verhaal is, het belangrijkste is dat het kind het als een echt verhaal ervaart. Een verhaal waar het kind het gevoel heeft dat het overeenstemt met wat er in de dagdagelijkse realiteit gebeurt.

Kinderen ondersteunen betekent ouders ondersteunen om op zoek te gaan naar wat zij aan hun kind willen of kunnen zeggen over de redenen van de scheiding. U kunt ouders ondersteunen om hun kind aan te moedigen om vragen te stellen over de redenen van de scheiding. Met andere woorden het kind aanmoedigen om vragen te stellen over zijn/haar gezinsrelaties.

Het is niet de bedoeling dat ouders hun kinderen alle details en persoonlijke beweegredenen meedelen. Het is wel de bedoeling na te denken over welke goede reden ze kunnen meedelen aan het kind. Er kan een verschil zijn tussen menselijke privéredenen van de ouders en mededeelbare redenen. Redenen waardoor

het kind een verhaal kan maken waarmee het vooruit kan. Redenen waardoor het kind zich kan neerleggen bij de situatie. Dit helpt het verwerkingsproces vooruit.

Over de keuze van de regelingen: Waarom deze verblijfsregeling?

Na de scheiding zijn het de kinderen die in twee huizen zullen wonen. Het zijn de kinderen die heen-en-weer moeten en die blijvend gevolgen ondervinden van het apart wonen van hun ouders. Het zijn niet de ouders die heen-en-weer moeten. De meeste kinderen verhuizen niet graag telkens opnieuw. Als kinderen hun 'heen-en-weer moeten' situatie vergelijken met kinderen waarvan de ouders samenwonen, dan gaan ze vaak vergelijken en kunnen zich hierdoor benadeeld voelen. Kinderen ondervinden sowieso gevolgen van de verblijfsregeling: ze moeten meer nadenken om geen gerief te vergeten, of weten niet hoe en aan wie te vragen of er een vriendinnetje mag blijven slapen 'want ik ben dan bij papa'. Of in het weekend is er iets leuks te doen bij papa maar 'dan ben ik bij mama'. 'Zou ik vragen aan mama om bij papa te mogen zijn?'

Heen-en-weer moeten is gewoon af en toe moeilijker en maakt het leven van het kind een stuk complexer. Wat niet wil zeggen, dat het leven daardoor minder kwaliteitsvol wordt. Als ouders een verblijfsregeling voor de kinderen afspreken, dan vormen de kinderen zich daar een bepaald beeld van. Dat beeld is soms verschillend van het beeld dat de ouders hierover hebben. Weten waarom helpt kinderen om de gevolgen van in twee huizen te wonen met zo weinig mogelijk gevoelens van benadeling te dragen. Als ze het gevoel hebben dat er goede redenen zijn, kunnen ze er gemakkelijker een aantal gevolgen bij nemen. Als ze niet dat gevoel hebben, is dat vaak veel moeilijker.

Als bemiddelaar ondersteunt u het kind, door 'uitleg geven aan het kind door de ouders' over 'waarom deze verblijfsregeling' bespreekbaar te maken.

Waarom scheiden jullie?

.....

Wat zeggen wij over de reden van onze scheiding?

Ex-partners hebben elk hun verklaring voor de reden van de scheiding. Soms is deze verklaring ongeveer dezelfde, maar vaak is de verklaring zeer verschillend. Als bemiddelaar dient u voor elke ouder even goed te werken, zonder een inhoudelijke stelling in te nemen. Ouders doen geen beroep op u als

bemiddelaar om meningsverschillen over de reden van de scheiding te regelen. Ouders doen een beroep op u om de gezagsregeling, de verblijfsregeling en de kostenregeling zakelijk te regelen. Dat thema bespreekbaar maken kan dus een delicate opdracht zijn. U kaart iets aan wat niet meteen een expliciet onderhandelingsonderwerp is. U kaart dit aan om het kind maximaal te betrekken bij bemiddeling. Door dit te doen verhoogt u de kans dat de meningsverschillen op de voorgrond komen, wat dan weer de inhoudelijke onderhandelingen over de regelingen voor de kinderen kan verstoren. Soms duiken er naar aanleiding van het bespreekbaar maken meningsverschillen op tussen de ouders. Meningsverschillen over welke uitleg te geven, meningsverschillen over iets wel of niet zeggen of meningsverschillen over wanneer iets zeggen, ...

U kunt ouders helpen om zelf te onderhandelen over deze meningsverschillen. U kunt de ouders aanbieden om ook i.v.m. dit meningsverschil via bemiddeling tot een akkoord te komen. Net zoals u een bemiddelingscontext maakt voor de onderwerpen gezag, verblijf en kosten, kunt u dit als een extra onderhandelingsonderwerp meenemen in de bemiddeling. Het is niet de bedoeling om hier als inhoudsdeskundige op te treden en inhoudelijke handvatten aan te reiken. U blijft binnen de grenzen van uw bemiddelingsopdracht. Indien de ouders vragen hebben naar inhoudelijk houvast, kunt u eventueel informatie geven over een ouderschapstherapeut die hen daarbij kan helpen.

TIPS

- Doe het aanbod om dit meningsverschil te bespreken als een mogelijkheid. Niet als iets wat ze beter zouden doen.
- Maak duidelijk dat u niet zult optreden als inhoudelijk deskundige maar dat u hen kunt helpen uitzoeken of zij hierover een akkoord kunnen bereiken.
- Wees waakzaam om niet te vertrekken vanuit 'het zou beter zijn dat'.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Soms hebben ouders een gelijkaardige verklaring voor de scheiding, soms ook een heel verschillende verklaring. Soms zijn ouders het erover eens wat goed en nodig is om hierover te zeggen aan hun kind, soms ook niet. Hebben jullie er van elkaar zicht op wat ieders verklaring is op dit moment? Hebben jullie er zicht op wat jullie aan de kinderen zouden willen zeggen of al gezegd hebben?*
- *Indien jullie het zinvol vinden kunnen we tijd nemen om jullie meningsverschillen i.v.m. het vertellen van de reden van de scheiding aan de kinderen te bespreken. Dit kan nu of op een volgende bijeenkomst. We kunnen dit*

als een apart gespreksonderwerp behandelen en zien of jullie hierover tot een akkoord kunnen komen.

- *Indien jullie ervoor kiezen om hierover te onderhandelen dan zal ik zelf geen standpunt innemen. Mijn taak als bemiddelaar is niet om aan jullie te zeggen wat jullie best zouden doen. Mijn taak als bemiddelaar is jullie helpen uitzoeken of jullie zelf tot een akkoord kunnen komen.*
- *U vraagt aan mij, mevrouw, wat ik denk. Ik zie het niet als mijn taak om uitspraken te doen over wat ik denk dat goed is voor jullie kinderen. Jullie hebben mij geëngageerd om voor jullie te werken als bemiddelaar. Als ik mijn werk als bemiddelaar goed wil doen, dan mag en kan ik geen uitspraken doen over wat ik vind. Ik ga er trouwens ook van uit dat jullie de kinderen het beste kennen. Wat ik daarover denk is eigenlijk niet zo belangrijk. Jullie wikken en wegen wat goed zou zijn om te doen en ik merk jullie inzet daarbij. Bij dat wikken en wegen kan ik jullie als bemiddelaar helpen.*

Het professorenfilmpje voorstellen

Waarom via een filmpje?

U blijft buiten de inhoud van de onderhandelingen. Uiteraard doet u geen uitspraken over wat uw eigen ideeën zijn over wat goed, beter of best is. Dit is ingebakken in bemiddeling. U bent geen adviseur en geen pedagoog . U geeft geen opvoedingsadvies of doet niet aan opvoedingsondersteuning. U kunt wel vragen of de ouders geïnteresseerd zijn in de stand van wetenschappelijk onderzoek naar veranderende gezinnen, naar hoe ouders de veerkracht van hun kind kunnen versterken in een overgang van samenwonen naar apart wonen.

U geeft wel informatie, maar zelfs al doet u geen voorkeursuitspraken, dan nog kan het geven van informatie (bijvoorbeeld over de stand van wetenschappelijk onderzoek i.v.m. wat belangrijk is voor kinderen) een delicate onderneming zijn. Soms sluit de inhoud van wetenschappelijk onderzoek meer aan bij het standpunt van één ouder dan van de andere. Bijvoorbeeld, de uitspraak vanuit onderzoek dat verblijfsco-ouderschap niet vanzelfsprekend het beste is voor een kind. Deze informatie geven zonder er zelf de minste persoonlijke kleur aan te geven is niet gemakkelijk, zo niet bijna onmogelijk. Externe hulpmiddelen gebruiken om ouders te informeren kan het u gemakkelijker maken om afstand te houden van de inhoud. U maakt het voor de ouders makkelijker om u niet voor te stellen als inhoudelijk deskundige die hen zal zeggen wat het beste is.

Het is gemakkelijker als u de wetenschap laat spreken en u zelf geen uitspraken hoeft te doen. Bemiddelen zonder zelf inhoudelijke standpunten in te nemen is al moeilijk genoeg.

Geen voorkeuren uitspreken is ook nodig om voor beide ouders even goed te blijven werken. Uw rol van evenwichtsbewaker kan onder vuur komen te liggen als u zelf informatie geeft. Het is niet evident voor twee ouders om u als onpartijdig te zien als u zelf inhoudelijke uitspraken doet over wat de wetenschap zegt. Zelfs al weet u dat u daarmee geen voorkeur uitspreekt. Het is niet voor de hand liggend voor de ouders om dit ook zo te ervaren en u als onpartijdige bemiddelaar te blijven zien.

Daarnaast is het voordeel van een filmpje dat het op veel verschillende manieren kan worden gebruikt. Ouders kunnen er samen of apart naar kijken, u kunt het samen met de ouders doen. Kortom, het is een hulpmiddel dat ervoor zorgt dat u als bemiddelaar kan inspelen op de verschillende behoeften die ouders hebben om ermee om te gaan. Het ligt niet vast wat u zeker wel of niet moet doen en is van daaruit in overeenstemming met uw rol als bemiddelaar.

Waarom de wetenschap?

Het is niet de bedoeling om de wetenschap naar voor te schuiven als de absolute waarheid. Zonder de wetenschap te willen zien als absoluut, is het ook niet zinvol om te negeren dat er wetenschappelijk onderzoek bestaat. Dit onderzoek levert interessante informatie op. Ouders kunnen ervoor kiezen om de wetenschap te volgen en op basis daarvan congruent te handelen. Ouders kunnen er ook voor kiezen om wat de wetenschap zegt ter discussie te stellen. Het is in elk geval een aanzet om te reflecteren. Het is niet aan u om te bepalen dat wat in het filmpje getoond wordt moet gevolgd worden door de ouders. Het is wel de bedoeling een manier te vinden om 'bespreekbaar te maken' op een manier die uw rol als bemiddelaar niet teveel onder druk zet. De resultaten van wetenschappelijk onderzoek leveren interessante gegevens op. Vooral wetenschappelijk onderzoek dat kinderen zelf aan het woord laat geeft ouders en professionals een aantal handvatten die zeer zinvol zijn om te gebruiken en toe te passen. Ervaring toont dat de meeste ouders geïnteresseerd zijn in wat de wetenschap zegt, zonder dit aan te voelen als iets absoluut en dwingend. Het wordt overwegend aangevoeld als handig om te weten en er iets te kunnen mee doen.

Wat is er te zien op het professorenfilmpje?

Twee professoren die ervaring hebben met wetenschappelijk onderzoek over en het werken met kinderen wiens ouders apart wonen geven informatie over de huidige stand van zaken van de wetenschap.

De informatie wordt op een verhalende, niet-belerende, niet-beschuldigende en niet-betuttelende manier gegeven. Het moet vooral herkenbaar zijn voor de ouders en eventueel ook voor de kinderen. De film is opgedeeld in twee delen: wat zegt de wetenschap over de scheiding zelf en over de regelingen.

TIPS BIJ HET GEBRUIK

- Ga eerst en vooral na of de ouders geïnteresseerd zijn om bijkomende informatie te nemen over wat belangrijk kan zijn voor het kind i.v.m. de uitleg over het waarom van scheiden.
- Kaart dit aan als een mogelijkheid om informatie op te doen.
- Benadruk dat ook deze informatie niet de absolute waarheid is.
- Indien ouders het zinvol vinden bespreek dan hoe zij zich het meest comfortabel voelen.
- Stel de ouders vragen over wat zij met hun reflecties achteraf nodig vinden om te doen en in hoeverre zij u als bemiddelaar daar wel of niet willen bij betrekken.
- Vraag de ouders in elk geval of ze het gevoel hebben met deze informatie iets te kunnen doen t.a.v. hun kind.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik merk vaak dat ouders zich afvragen: ‘Wat zeggen we nu wel en niet tegen onze kinderen over waarom we gaan scheiden.’ Vinden jullie het zinvol om daar eventjes bij stil te staan?*
- *Hebben jullie zelf al nagedacht over: ‘Wat wil ik hierover zeggen of niet zeggen tegen ons kind.’*
- *Er bestaan veel verschillende ideeën over wat je nu uiteindelijk best wel of niet zegt. Ik denk dat het vooral belangrijk kan zijn dat jullie iets zoeken waar jullie beiden van vinden dat het oké is. Soms willen ouders dat er één-zelfde uitleg is, soms vinden ouders het oké als er een verschillende uitleg is. Soms vinden ouders het goed dat het een uitgebreide uitleg is, soms vinden ouders dat het beter een beperkte uitleg is. Misschien is het zinvol om iets te zoeken waarvan jullie vinden dat het zowel voor uzelf als voor jullie kind goed werkt.*
- *Interesseert het jullie om, naast de informatie die jullie misschien al zelf hebben genomen, wat extra informatie te krijgen over wat mensen die met*

wetenschap bezig zijn hierover vinden? Indien jullie dit zinvol vinden kan ik jullie verwijzen naar de site Tweehuizen waar jullie...

- *Wat lijkt jullie het meest zinvol: samen het filmpje bekijken en daarna bespreken of willen jullie (samen of apart) thuis de tijd nemen om het te bekijken?*
- *Oké, nadat jullie thuis tijd hebben genomen om dit apart door te nemen, wat verwachten jullie verder van mij? Hebben jullie zoiets van: ‘Het is al goed, bemiddelaar, we praten er samen wel verder over’, of hebben jullie iets van: ‘Het zou beter zijn om het daar achteraf met u nog eens over te hebben’?*
- *Jullie zeggen ‘we doen het zelf wel verder’. Vinden jullie het goed dat ik aan het begin van onze volgende bijeenkomst kort nog eens informeer naar wat jullie vonden na het bekijken?*
- *Als jullie toch zouden vinden dat het misschien zinvol is om het nog eens te bespreken, dan kan dit.*

De site Tweehuizen voorstellen

Op de site Tweehuizen kunnen de ouders heel wat informatie vinden over wat voor kinderen het belang is van ‘weten waarom’. Door de informatie op de Oudersite te doorlopen kunnen de ouders eventueel bijkomende inspiratie opdoen over dit onderwerp. Ouders kunnen eventueel ook surfen naar de Kindersite en/of de Jongerensite om hen te helpen kijken door de ogen van hun kind. Het kan een inspiratiebron zijn om de stap te zetten om uitleg te geven aan hun kind. Het kan ook een hulpmiddel zijn om met hun kind te spreken over ‘het waarom’ door samen van de website gebruik te maken.

Waarom deze verblijfsregeling?

Waarom kiezen wij voor deze regeling?

De concrete gevolgen van apart wonen ondervinden kinderen vooral door de verblijfsregeling. De ouders hebben in de loop van de bemiddeling de inspanning geleverd om zicht te krijgen op de bekommernissen van hun kind i.v.m. die verblijfsregeling. Ze hebben het kind ook laten ondervinden dat er bij het nemen van de beslissingen rekening gehouden is met zijn/haar bekommernissen. Door zelf uitleg te geven, maken ouders ruimte voor het kind om vragen te mogen/kunnen stellen. Ze geven als het ware toestemming aan het kind om zijn vragen te stellen. Om de uitleg van de ouders over ‘het waarom van deze verblijfsregeling’ in te vullen is het vaak handig terug te vallen op de lijstjes

met bekommernissen die gemaakt werden n.a.v. de onderhandelingen over de verblijfsregeling. U hebt tijd genomen om in de loop van de bemiddeling te verkennen welke bekommernissen spelen voor de ouders en voor het kind. Die bekommernissen bepalen uiteindelijk in belangrijke mate mee welke regelingen worden gekozen. Het kan voor de ouders handig zijn als u deze lijstjes terug in beeld brengt, als hulpmiddel bij het geven van uitleg. Het is voor ouders niet altijd even gemakkelijk om een manier te vinden om deze uitleg te geven. Het kan dus handig zijn om de ouders te ondersteunen door een aantal mogelijke hulpmiddelen met hen door te nemen.

Het is niet omdat de ouders moeite hebben gedaan om rekening te houden met wat hun kind belangrijk vindt, dat het kind dit ook ondervindt. Het komt er dus op aan om de inzet ook zichtbaar te maken. Het is de inzet die het kind effectief ondervindt die een ondersteunend effect kan hebben. Vaak zijn ouders bescheiden en lopen ze niet te koop met hun inzet.

Ouders stimuleren om hardop duidelijk te maken aan hun kind *Wij hebben rekening gehouden met wat jij hebt duidelijk gemaakt dat jij belangrijk vindt* kan deugd doen voor het kind. Door na het beslissen van de verblijfsregeling ook het waarom van de regeling uit te leggen en daarbij duidelijk kenbaar te maken op welke manier de ouders met de kinderen rekening hebben gehouden kan voor het kind een antwoord bieden op zijn waarom vragen. Als het kind hoort dat wat het zelf belangrijk vindt een rol gespeeld heeft, kan dit bijdragen aan het gevoel dat het belangrijk is en meetelt.

TIPS

- Benoem zelf de inzet die je van de ouders hebt gezien over de manier waarop ze proberen rekening te houden met hun kind.
- Bij de beslissing over de verblijfsregeling is rekening gehouden met de bekommernissen van het kind, haal die erbij.
- Stimuleer ouders om niet te bescheiden te zijn over hoe ze rekening hebben proberen houden met hun kind.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Jullie hebben bij het nemen van beslissingen over de verblijfsregeling rekening gehouden met wat jullie kind belangrijk vindt. Herinneren jullie zich nog dat we tijd genomen hebben om uit te zoeken hoe jullie de bekommernissen van jullie kind zouden verkennen? Dat jullie dit ook effectief hebben gedaan in een gesprek met jullie kind? Herinneren jullie zich nog dat dit niet zo eenvoudig was? Dit vroeg heel wat moed en inzet van jullie en was*

- ook heel confronterend. Hoe denken jullie dat jullie kind nu kan ondervinden dat jullie ook rekening gehouden hebben met wat het belangrijk vindt?
- Jullie lijken wel te zeggen ‘Dat is toch niet echt nodig om daarmee te koop te lopen, het is toch normaal dat we rekening houden met ons kind’, klopt dit? Stel dat jullie toch zouden vertellen waarom jullie voor deze regeling kiezen en dat jullie kind hoort dat het ook te maken heeft met wat hij/zij belangrijk vindt, hoe denken jullie dat dit voor hem/haar zou voelen?
 - Ik heb bijvoorbeeld gehoord dat één van de bekommernissen van jullie zoon, namelijk dat de vriendjes zo bereikbaar mogelijk moeten zijn, meegespeeld heeft in wat jullie uiteindelijk beslissen. Denken jullie dat het van belang is dat jullie kind dit ook weet?
 - Misschien zouden we samen het lijstje met bekommernissen van jullie kind er terug kunnen bijhalen om te bekijken op welke manier jullie gaan uitlegen waarom jullie deze regeling afspreken.

Verblijfsregeling vertalen in kindertaal

Een handig hulpmiddel kan zijn een tekst over de verblijfsregeling in een taal aangepast aan het kind. Naast de officiële tekst in de ouderschapsovereenkomst, kunt u als bemiddelaar zelf of samen met de ouders een tekst opstellen waarin de verblijfsregeling beschreven staat. Dit kunt u eventueel aanvullen met het waarom. Zodra de verblijfsregeling beslist is en uitgewerkt is op papier, kunt u met de ouders bekijken of zij denken dat extra tekst zou helpen om hier met hun kinderen over te spreken. Bij het maken van deze tekst kan het handig zijn om terug te vallen op de bekommernissen van de kinderen waarmee de ouders rekening hebben gehouden. Er is dus enerzijds de officiële overeenkomst om in te dienen bij de rechtbank en daarnaast een tekst in kindertaal die enkel dient voor gebruik tussen ouder en kind, zonder enige andere officiële bedoeling.

Een voorbeeld

Als het school is dan wonen jullie zowel bij mama als bij papa: Jullie wonen bij papa: van de vrijdagavond als de school gedaan is, zaterdag, zondag, maandag, dinsdag tot woensdagmorgen (papa brengt jullie dan naar school). Bij mama: mama haalt jullie woensdagmiddag na school af en dan wonen jullie bij mama tot de volgende woensdagmiddag (dus van woensdagmiddag, donderdag, vrijdag, zaterdag, zondag, maandag, dinsdag, woensdagmorgen brengt mama jullie naar school). Bij papa: papa komt jullie de woensdagmiddag op school halen, jullie blijven bij hem slapen en hij brengt jullie donderdagmorgen terug naar school. Bij mama: mama komt jullie de donderdag na school halen

en dan blijven jullie bij mama tot de vrijdag. Mama brengt jullie de vrijdagmorgen naar school en dan komt papa jullie na school terug oppikken.

Waarom?

Op die manier kunnen jullie mama en papa allebei veel zien.

Mama en papa kunnen allebei goed hun werk blijven doen en jullie toch ook veel zien.

De ene keer kunnen jullie op woensdagnamiddag iets leuks doen met mama en de andere woensdag kunnen jullie iets leuks doen met papa.

Mama en papa gaan jullie juf allebei zien als ze jullie komen ophalen van school.

Mama en papa vinden het belangrijk om soms zelf iets aan de juf te kunnen vragen. Mama en papa zullen allebei weten hoe het met jullie gaat op school. Jullie vriendjes of vriendinnetjes kunnen ook eens door de week bij mama of bij papa komen.

Het professorenfilmpje voorstellen

We beschreven reeds vroeger het professorenfilmpje. U kunt het ook gebruiken om met de ouders het spreken over het waarom van de regelingen bespreekbaar te maken.

De site Tweehuizen voorstellen

Op de site Tweehuizen kunnen de ouders heel wat informatie vinden over wat het belang van informeren is voor kinderen. Als ouders deze informatie doorlopen, kunnen zij inspiratie opdoen over dit onderwerp. Ouders kunnen ook surfen naar de Kindersite of de Jongerensite om hen te helpen kijken door de ogen van hun kind. Het kan een inspiratiebron zijn voor de ouders om de stap te zetten om uitleg te geven aan hun kind. Het kan ook een hulpmiddel zijn voor de ouders om met hun kind te spreken over 'het waarom'.

Heb ik mijn doel bereikt?

Komt het effect overeen met mijn bedoeling?

Als ouders in de loop van de bemiddeling nadenken over aan het kind uitleg geven over 'waarom scheiden' en 'waarom kiezen voor een bepaalde verblijfsregeling', dan vergroot de kans dat die ouders hier zelf met hun kind zullen over spreken. Als de ouders zelf uitleg geven vergroot de kans dat het kind ervaart

dat het goed is om vragen te stellen. Als het kind vragen kan stellen vergroot de kans dat het weet en begrijpt waarom. Als ik als bemiddelaar 'uitleg geven aan het kind' bespreekbaar maak, ben ik goed aan het werk voor het kind.

U vraagt zich dus af: *Is het effect van mijn handelen dat het kind weet waarom?*

• ***Wat kan ik observeren?***

- Zijn de ouders geïnteresseerd om er met mij over te spreken?
- Heb ik toestemming van de ouders om buiten mijn strikte bemiddelingsopdracht te gaan?
- Gaan de ouders akkoord om er met hun kind over te spreken?
- Zijn de ouders het eens over de inhoud van de uitleg die zij gaan geven?
- Gaan de ouders eventueel akkoord over het verschil in uitleg?
- Is het voor beide ouders duidelijk wie, wanneer, hoe uitleg zal geven?
- Kennen de ouders bestaande hulpmiddelen?
- Hebben de ouders vragen bij het gebruik van de hulpmiddelen?
- Hebben de ouders zelf voldoende taal om de uitleg te geven?

• ***Wat kan ik zelf meer of minder of anders doen?***

- Inzet van de ouders benoemen;
- Verschil in visie evenwaardig naast elkaar zetten;
- Wat gemeenschappelijk is benoemen;
- Gebruik van de hulpmiddelen illustreren;
- Meningsverschillen verder doorwerken;
- Hun zelfbeeld als ouder positief bekrachtigen;
- Ouders via vragenstelling helpen reflecteren over het belang voor hun kind.

• ***Ben ik in valkuilen getrapt?***

- Heb ik zelf inhoudelijke uitspraken gedaan?
- Heb ik overgenomen van de ouders?
- Heb ik voorkeuren laten blijken?
- Heb ik afkeuring laten blijken?
- Ben ik buiten mijn mandaat gegaan?
- Heb ik dingen opgedrongen?

'KINDEREN SPREKEN MET WOORDEN' BESPREEKBAAR MAKEN

Wat is mijn doel?

Gebaseerd op wat kinderen vertellen zegt de wetenschap dat het belangrijk is dat het kind kan spreken met woorden.

Dit *betekent voor het kind* dat het kan spreken over wat het voelt en denkt.

Dit *betekent voor de ouders* dat zij zelf luisteren naar en praten met het kind.

Dit *betekent voor de bemiddelaar* (die via de ouders werkt) dat u de ouders ondersteunt door 'luisteren naar en praten met het kind door de ouders' bespreekbaar te maken.

Door 'luisteren en spreken' *bespreekbaar te maken* ondersteunt u via de ouders het kind.

Wie spreekt met het kind?

De ouders

Ouders die op u beroep doen, doen dit in een periode waarin veranderingen in het gezin/de familie centraal staan. Tijdens deze periode van veranderingen hebben kinderen hun ouders extra nodig, om met hen te kunnen spreken. Kinderen voelen vaak meer behoefte om hun gedachten en emoties met hun ouders te kunnen delen. Kinderen vertellen in onderzoek dat praten met hun ouders over de scheiding voor hen een grote steun betekent. Het zorgt voor verbondenheid, geeft veiligheid en het gevoel belangrijk te zijn. Kinderen hebben dan het gevoel dat er rekening met hen wordt gehouden. Ze weten dat hun ouders, door samen met hen te praten, weten wat belangrijk voor hen is.

Ze kunnen hierdoor vertrouwen hebben in wat hun ouders uiteindelijk zullen regelen. Als kinderen met professionelen spreken worden die door kinderen vaak ervaren als een soort indringers die zich bemoeien met iets wat ze liever intern, in de privacy van het gezin houden.

Als u niet overneemt van ouders geeft u hen de boodschap *Ik geloof in uw deskundigheid als ouder*. Dit kan ouders zelfvertrouwen geven om nog meer te doen. Veel ouders zien ertegenop om met hun kind over vaak moeilijke, pijnlijke en confronterende onderwerpen te spreken.

Met de nodige erkenning van hun inzet als ouder, zet een overgrote meerderheid van de ouders de stap om zelf met hun kinderen te spreken.

Ouders willen dat hun kinderen zo weinig mogelijk last hebben van het apart wonen. Het beeld van ouders over hoe ze hier kunnen voor zorgen is heel divers. Sommige ouders vinden dat ze goed voor hun kind zorgen door niet te veel te spreken over het apart wonen. Ze proberen hun kind zoveel mogelijk weg te houden van alles. Sommige ouders vinden dat het net nodig is dat alles haarfijn wordt uitgelegd, tot in de kleinste details. Andere ouders vinden dan weer dat het beter is om te wachten tot kinderen vragen stellen.

U hebt uiteraard uw eigen idee over wat kinderen ondersteunt. Uw eigen idee kan botsen met wat u merkt dat de ouders doen of niet doen. Ook dan zijn kind en ouders niet gebaat bij een vermanende vinger, of iemand die hen wijst op wat ze niet goed doen of beter anders zouden doen. Ouders die adviezen krijgen worden vaak alleen nog maar onzekerder en de kans dat ze verlamd geraken is reëel.

U kunt het onderwerp 'praten met woorden' bespreekbaar maken. Bespreekbaar maken houdt onder andere in dat u woordenschat aanreikt aan de ouders, dat u stof tot reflectie geeft. Als ouders weinig luisteren naar en spreken met hun kind is dit vaak een kwestie van niet goed weten hoe. Spreken zorgt immers voor een confrontatie met de last die kinderen eventueel voelen. Kinderen hebben nu eenmaal niet graag dat hun ouders apart gaan wonen.

De bemiddelaar

Uit heel wat onderzoek waarin kinderen zelf aan het woord komen en uit internationale literatuur i.v.m. bemiddeling blijkt dat het niet voor de hand ligt en zeer delicaat is om als bemiddelaar zelf een gesprek te hebben met het kind. Een aantal overwegingen op een rijtje.

- ***Overwegingen vanuit 'wat ondersteunt het kind en zijn ouders'***

De kans dat spreken met derden het kind ondersteunt is het grootst als die derden behoren tot de privé-kring van het kind. Kinderen willen in de eerste plaats zinvolle conversatie met hun ouders. Spreken met een bemiddelaar of een andere professioneel betekent voor het kind extra investeren in een nieuwe context. Als kinderen het gevoel hebben niet zinvol te kunnen converseren met hun ouders, kan een gesprek met een professioneel overwogen worden. In de praktijk blijkt dat slechts een heel kleine minderheidsgroep van de kinderen zelf de vraag heeft om met een derde te praten.

Het kind leeft na het organiseren van het apart wonen verder met zijn ouders. Investeren in communicatie tussen ouder en kind staat dus voorop.

- ***Overwegingen vanuit de eigenheid van bemiddeling naast andere dienstverleningen***

De eigenheid van bemiddeling naast andere dienstverleningen als therapie, onderhandelen, begeleiden, ... is dat het accent ligt op het maken van een context waarin het mogelijk wordt voor de ouders om 'zakelijk te regelen'. U doet tussenkomsten die daar vooral op gericht zijn. Het doel van therapie en van begeleiding is gericht op het welzijn van mensen. Het doel van onderhandelen is een overeenkomst bereiken. De tussenkomsten van een bemiddelaar, een therapeut en een onderhandelaar zijn van een andere aard en dat is ook nodig omdat het doel verschillend is.

De verschillende dienstverleningen door elkaar laten lopen vergroot het risico dat de kracht van elke dienstverlening op zich voor een stuk verloren gaat. Het onderscheid tussen therapie en bemiddeling duidelijk behouden is dus van belang.

Jennifer McIntosh (2006) schrijft over hun Australisch model van 'child inclusive mediation': *It is a therapeutic mediation process. It is 'a specialist therapeutic model, anchored clinically within frameworks of attachment and divorce theory. The therapist assists parents to create an emotionally safe enough basis for their child.* In dit model worden de kinderen systematisch betrokken via een gesprek met een 'child consultant'. Deze 'child consultants' zijn zeer ervaren therapeuten die één of meerdere gesprekken hebben met het kind en de informatie uit deze gesprekken inbrengen in de bemiddeling. Ook in dit model is het niet de bemiddelaar zelf die een gesprek heeft met het kind. En dat is onder andere zo omwille van de mogelijke rolverwarring bij de ouders over uw precieze taak als bemiddelaar.

- ***Overwegingen vanuit uw rol als bemiddelaar***

Internationaal is men het erover eens dat een bemiddelaar geen inhoudelijke standpunten inneemt, geen voorkeuren uitspreekt over het standpunt van een ouder en geen advies geeft. Als u zelf met het kind spreekt is het een grote opgave om buiten elke inhoud te blijven. Ouders komen immers bij u met meningsverschillen over wat ze zullen beslissen voor hun kinderen. Als u een gesprek hebt met het kind zijn er na het gesprek uiteraard verwachtingen bij de

ouders over het resultaat van dat gesprek. De kans dat ouders u als een soort scheidsrechter gaan zien is reëel.

Informatie uit het gesprek met het kind inbrengen tijdens een bijeenkomst met de ouders zonder ook maar enige voorkeur voor bepaalde regelingen te laten blijken, is een delicate opdracht. Er blijven voor zorgen dat de ouders zelf in volle autonomie beslissingen nemen wordt moeilijk. Informatie geven zonder dat het overheelt naar advies is niet meer evident. Kortom, het maken van een bemiddelingscontext komt onder vuur te liggen.

• **Overwegingen vanuit competenties**

Zowel Grimes en McIntosch (2004) als Sanchez en Kibler-Sanchez (2004) beschrijven uitvoerig over welke competenties iemand moet beschikken om gesprekken met kinderen te hebben. De lijst is indrukwekkend en wordt naarmate men meer en meer ervaring heeft met ‘kindgesprekken’, alleen maar langer.

Een voorbeeld van de competenties waarover men minimaal moet beschikken volgens Grimes en McIntosch (2004):

Bij Child inclusive is er een groot risico dat u er niet in slaagt om het kind los te koppelen van ‘de verantwoordelijkheid krijgen’ in het nemen van beslissingen. Het risico is groot dat een gesprek met de kinderen afglijdt naar achteraf aan de ouders vertellen wat hun kind wenst en dit is uit den boze. Mensen die met kinderen spreken moeten zeker over de volgende vaardigheden en kennis beschikken:

- *basiskennis van ontwikkelingspsychologie van kinderen;*
- *basiskennis van de gevolgen van familietrauma op kinderen*
- *zich comfortabel voelen en kunnen communiceren met kinderen van alle leeftijden o.a. via productieve technieken, tekeningen en speelgoed;*
- *Een sterk vermogen om therapeutische processen op te zetten;*
- *Ervaring en vaardigheden in het werken met hoog conflictueuze situaties;*
- *Sterke vaardigheden in het vertalen van heel complex materiaal aangereikt door kinderen in zinvolle feedback voor ouders;*
- *De vaardigheden om een kindgericht therapeutisch gesprek met ouders te voeren, weten wat wel en wat niet te zeggen en waarom wel of niet;*
- *Een manier hebben om naar ‘ander, afwijkend’ gedrag van ouders te kijken;*

Hiervoor is intensieve: extra opleiding en supervisie noodzakelijk.

Een therapeut

Wanneer tijdens de bemiddelingsprocedure het kind een gesprek heeft met een therapeut, dan kunnen de tussenkomen van deze therapeut bijdragen voor ouders en kind tot zinvolle conversatie tussen ouders en kind, of net niet. Een individugerichte therapeut die het kind ondersteunt om te spreken met zijn ouders stimuleert de ouder-kindrelatie. Een individu gerichte therapeut die spreekt met het kind met als doel dat het kind daar alles kwijt kan en hierdoor minder behoefte heeft om met zijn ouders te spreken verzwakt mogelijks het spreken tussen ouder en kind. Als u zelf tijdens de bemiddelingsprocedure verwijst naar een therapeut, is het zinvol om na te gaan of deze therapeut goed op de hoogte is van ouderschapsbemiddeling en bereid is uw rol te ondersteunen. Het is bijvoorbeeld belangrijk dat de therapeut weet dat u geen advies geeft over het belang van het kind of ouders niet confronteert met wat ze niet goed doen. Het is nodig dat de therapeut weet dat u op zoek bent naar het versterken van de conversatie tussen ouder en kind. Het is nodig dat de therapeut weet dat u dit probeert te doen door de ouders te erkennen in wat ze goed doen als ouders en niet door hen te confronteren met wat ze beter zouden moeten doen.

Het is zinvol om op voorhand duidelijke afspraken te hebben met de therapeut, de ouders en het kind over wat er gebeurt met de inhoud uit de gesprekken van het kind/de ouders met de therapeut. Bijvoorbeeld over wat er wel en niet zal gebeuren met informatie uit de therapie in de bemiddeling. Indien dat niet duidelijk is kan het verwarrend worden en onveilig.

Een eerste mogelijke valkuil is dat de informatie uit het gesprek met het kind – onbedoeld – gebruikt wordt om moeilijk lopende onderhandelingen tussen de ouders vlotter te doen lopen. Bijvoorbeeld, het kind doet uitspraken over hoeveel tijd het bij de ene en de andere ouder wil doorbrengen. Deze informatie wordt ingebracht in de bemiddeling door de therapeut zelf of via de therapeut door u. Informatie van het kind wordt aangewend om inhoudelijke beslissingen te beïnvloeden. Met andere woorden, het kind wordt in de positie gezet van een soort scheidsrechter over beslissingen van de ouders over de verblijfsregeling. Het kind krijgt mee de verantwoordelijkheid voor de beslissingen van de ouders, precies wat de meeste kinderen niet willen.

Veel kinderen die dergelijke inhoudelijke uitspraken doen willen eigenlijk niet mee beslissen. Als kinderen dergelijke uitspraken doen, toont dit vaak dat ze een gemis hebben aan conversatie met hun ouders. Dat ze twijfelen of er voldoende rekening zal gehouden worden met wat zij belangrijk vinden. Ook hier is de oplossing meestal niet het inhoudelijke standpunt van het kind als

scherprechter gebruiken. Op zoek gaan naar hoe zinvolle conversatie tussen ouders en kind kan gestimuleerd worden, blijft belangrijk.

Een tweede valkuil is de therapeut of de bemiddelaar die op basis van informatie uit het gesprek met de therapeut de ouders confronteert met de moeilijkheden die het kind ervaart. Ouders confronteren heeft meestal een omgekeerd effect. Ouders 'doen inzien' heeft vaak een verlamrend effect.

De ouders spreken met hun kind

Hoe spreken wij met ons kind?

U houdt er rekening mee hoe de ouders zelf kijken naar en denken over praten met hun kind. U vertrekt best niet vanuit '*ik zal jullie uitleggen hoe jullie de situatie het beste met jullie kinderen aanpakken*'. U vertrekt best niet vanuit de positie van deskundige om uw specifieke rol als bemiddelaar niet in het gedrang te brengen.

TIPS

- Stel geïnteresseerde vragen om zicht te krijgen op het beeld van het kind en het beeld van de ouders over spreken met elkaar.
- Als u merkt dat de ouders het moeilijk vinden of twijfelend, of weigerachtig zijn, erken hen in het feit dat dit moeilijk is.
- Stel de ouders vragen over waar zij behoefte aan hebben als het gaat over luisteren en praten en over waar zij denken dat de kinderen behoefte aan hebben.
- Stel luisteren en praten niet voor als het enige juiste. Draai met de ouders een filmpje over wat volgens hen mogelijke voor- en nadelen zijn van veel te praten en mogelijke voor- en nadelen zijn van dit niet veel te doen.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Als er in het verleden iets moeilijks of ingrijpends gebeurde, wat zijn jullie gewoontes tot hiertoe met de kinderen?*
- *Als jullie kind geconfronteerd wordt met iets wat moeilijk is voor hem/haar, wat merkt u dat uw kind dan helpt?*
- *Doet jullie kind gemakkelijk uitspraken als jullie bijvoorbeeld een conflict hebben gehad? Wat merkt u dat hij/zij dan doet?*
- *Bent u iemand die vooral met woorden spreekt of hebt u ook of vooral andere manieren om met uw kind te spreken? Sommige ouders vragen bij-*

voorbeeld aan hun kind om een tekening te maken en komen op die manier te weten wat er bij hun kind leeft.

- *Begrijp ik het goed dat jullie wat twijfels hebben over het feit of het wel goed is om daar rechtstreeks met hen over te spreken? Ik hoor u, mijnheer, precies zeggen: 'Als vader denk ik dat het wel goed zou zijn om dat te doen, maar ik aarzel en vind dit niet gemakkelijk'. Ik hoor u, mevrouw, als moeder zegge:n 'Ik vrees dat dit te belastend zou kunnen zijn voor hen'. Jullie hebben er dus duidelijk al over nagedacht wat het voor hen zou betekenen om daar met hen over te spreken. Op zich houden jullie eigenlijk al rekening met wat jullie denken dat voor hen belangrijk is. Denken jullie dat jullie kinderen ook weten dat jullie zich daarvoor inzetten?*
- *Ik denk te merken dat u, mevrouw, als moeder meer de gewoonte hebt om te spreken met uw kind door het dingen te laten ondervinden, bijvoorbeeld door eens extra te knuffelen of een knipoog te geven. Klopt dit?*
- *Stel dat jullie af en toe extra tijd zouden nemen om op een niet te officiële manier met hen te praten, wat denken jullie dat de voor- en nadelen daarvan voor hen zouden zijn?*

Scenario maken

Sommige ouders hebben nood aan nog wat extra ondersteuning alvorens de stap te zetten om in het praten met hun kinderen verder te gaan. Een concreet scenario maken kan hen ondersteunen om die stap te zetten.

U kunt extra ondersteuning bieden bij het opzetten van dit scenario. Door vragen te stellen, door afspraken te maken, door te wikken en te wegen. Ouders zijn geregeld aarzelend omdat ze niet goed weten hoe eraan te beginnen.

Als u dit doet is het aangewezen om dit opnieuw niet vanuit een belerende manier te doen en niet met de bedoeling om over te nemen van de ouders.

Het professorenfilmpje voorstellen

Het professorenfilmpje bekijken kan een hulpmiddel zijn om 'praten met de kinderen' voor de ouders bespreekbaar te maken.

De site Tweehuizen voorstellen

De meeste ouders willen naar hun kinderen luisteren en met hen spreken. Het is echter niet altijd even evident om onderwerpen te kiezen en manieren van spreken te vinden. Zoals al beschreven vinden zowel kinderen als ouders op de

site Tweehuizen heel wat onderwerpen om over te spreken. Ouders kunnen zelf surfen en op die manier inspiratie opdoen. Kinderen kunnen surfen, ofwel alleen ofwel samen met hun ouders. Het is niet van belang wat de inhoud is. Het belangrijkste is dat er inspiratie wordt opgedaan om te komen tot conversatie tussen ouders en kind.

TIPS

- Bied de site aan als één van de mogelijkheden om inspiratie op te doen vanuit het idee dat het vaak niet gemakkelijk is voor ouders om met hun kinderen over confronterende dingen te spreken.
- Als de ouders ervoor kiezen om dit te doen, stel verdere vragen over hoe ze dit zullen doen en wat ze verwachten van elkaar.
- Bied eventueel de mogelijkheid dat u als bemiddelaar samen met hen een aantal facetten doorneemt. Soms hebben ouders totaal verschillende bedenkingen bij wat ze zien of lezen. Doornemen van informatie kan soms voor bijkomende meningsverschillen zorgen.
- Als ouders beslissen om te surfen, bespreek op voorhand wat ze achteraf in dit verband van u verwachten.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik denk te verstaan dat jullie beiden jullie kinderen willen ondersteunen door met hen te praten en naar hen te luisteren. Het is niet altijd gemakkelijk om dit te doen, want waarover gaat u de conversatie aan en waarover niet? Het is een vraag die bij veel ouders opduikt. Interesseert het jullie om wat inspiratie op te doen via het internet?*
- *Wanneer denken jullie hiervoor tijd te kunnen maken?*
- *Denken jullie dat het zinvol is om daarover dan onderling verder van gedachten te wisselen?*
- *Verwachten jullie reactie van elkaar over wat jullie gelezen of gezien hebben?*
- *Ik denk te horen dat jullie beiden heel bewust bezig zijn met wat voor jullie kind belangrijk is. Jullie hebben dan ook allebei een duidelijk idee. Soms zijn die ideeën ook vrij verschillend. Die verschillende meningen hoeven op zich geen probleem te zijn. Denken jullie dat het zinvol is om tijdens deze bijeenkomst samen naar het professorenfilmpje te kijken en jullie verschil in idee over wat nodig is voor jullie kind achteraf samen verder te bekijken?*
- *Jullie hebben afgesproken om in de loop van de periode tussen deze bijeenkomst en de volgende een aantal onderwerpen van de site te bekijken*

alsook het professorenfilmpje. Wat verwachten jullie nadien van mij? Lijkt het jullie nodig om hier samen op terug te komen?

- *Jullie hebben afgesproken om beiden apart naar de site te surfen. Gaan jullie het daar achteraf met elkaar over hebben? Gaan jullie wat in jullie opkwam met elkaar bespreken Of of wat lijkt jullie zinvol?*

Als de bemiddelaar met het kind spreekt...

Voorwaarden

Als u in overleg met de ouders vindt dat het zinvol is om zelf met het kind te spreken, is het aan te raden om hier een aantal weloverwogen stappen in te zetten en niet zomaar over te gaan tot dit gesprek. Uit internationale literatuur blijkt dat het afgeraden wordt dat de bemiddelaar spreekt met het kind over zijn/haar bekommernissen en dat diezelfde bemiddelaar dan deze bekommernissen invoert in een gesprek met de ouders.

Op voorhand een duidelijk doel bepalen van het gesprek is nodig om achteraf te kunnen zien of u ook het gewenste effect heeft. Indien uw doel is 'conversatie tussen ouders en kind bevorderen' is een goede voorbereiding belangrijk. Als voorbereiding kunt u eerst en vooral tijd nemen om te bekijken of het mogelijk wordt om de voorwaarden te scheppen die nodig zijn om het gesprek te kunnen laten doorgaan. Vooraleer bijvoorbeeld in te gaan op de vraag van de ouders aan u om met het kind te spreken, is het nodig voor uzelf een antwoord te hebben op een aantal vragen.

• Vragen om voor uzelf te beantwoorden:

- *Is dit de enige mogelijkheid die open blijft en waarom?*
- *Zal het achteraf voor u nog mogelijk blijven om de algemene bemiddelingsprincipes te realiseren?*
- *Blijft u binnen de grenzen van uw bemiddelingsopdracht?*
- *Zal het voor de ouders mogelijk zijn om u achteraf te blijven zien als de bemiddelaar die even goed werkt voor hen beiden?*
- *Zal het voor de ouders mogelijk zijn om u achteraf te zien als iemand die geen inhoudelijke stelling inneemt?*
- *Vragen de ouders zelf naar een gesprek en van waaruit?*
- *Zijn de ouders het erover eens dat u met het kind spreekt?*

- *Denkt u dat overnemen van de ouders een positieve invloed zal hebben op de mogelijkheid voor ouders en kind om zinvolle conversatie te voeren?*
- *Wat kan de meerwaarde zijn van dat gesprek zelf te hebben i.p.v. de ouders?*
- *Zijn de ouders het eens over wat het doel is van het gesprek?*
- *Is er duidelijkheid en een akkoord over wat er achteraf gebeurt met de informatie uit het gesprek?*
- *Is het duidelijk voor de ouders wat u wel en niet zult bespreken met het kind?*
- *Is het duidelijk voor de ouders dat u niet zult peilen naar inhoudelijke standpunten van het kind?*
- *Hebt u voldoende garanties dat het kind niet in een situatie zal terechtkomen waarbij zijn/haar informatie gebruikt wordt om het meningsverschil/conflict tussen de ouders op te lossen?*
- *Hebben de ouders er zicht op of het kind dit gesprek wil?*
- *Hebben de ouders er zicht op wat de verwachting is van het kind i.v.m. een gesprek?*
- *Beschikt u over de nodige competenties om dit gesprek zelf te doen?*

Als uw antwoorden op deze vragen van die aard zijn dat het volgens u zinvol is om zelf met het kind te spreken, dan kunt u aan de volgende stap beginnen.

De volgende stap is de voorbereiding van het gesprek met het kind tijdens een gesprek met de ouders. Tijdens de voorbereiding is het de bedoeling om samen met de ouders een aantal afspraken te maken. Deze afspraken zijn minimale voorwaarden om een context te maken voor een zinvol gesprek met het kind. Zonder dat deze minimale voorwaarden vervuld zijn, is het risico reëel dat het gesprek niet bijdraagt om het gestelde doel te bereiken.

• **Minimale voorwaarden**

- Beide ouders gaan akkoord dat dit gesprek plaatsheeft. Zonder akkoord is het risico groot dat het kind gekneld zit in dit meningsverschil.
- Beide ouders zijn bereid om samen of apart ongeveer dezelfde uitleg te geven over het waarom en het doel van het gesprek. Indien hierover op voorhand niets gezegd wordt aan het kind is de kans groot dat de context voor het kind te onveilig is.
- Beide ouders zijn bereid om aan hun kind duidelijk te maken dat zij akkoord gaan met dit gesprek.
- Beide ouders zijn bereid om op voorhand aan het kind uit te leggen dat het niet de bedoeling is dat het kind beslissingen neemt.

- Beide ouders gaan akkoord dat er na het gesprek met het kind een gesprek volgt met de ouders om hen feedback te geven.
- Beide ouders engageren zich om na de feedback met u ook een gesprek te hebben met hun kind.
- Beide ouders zijn akkoord dat u als bemiddelaar het kind stimuleert om met zijn ouders te spreken over dat waar het graag zou over spreken.

• ***Mogelijke onderwerpen om te bespreken tijdens het voorbereidende gesprek met de ouders***

- **Zoeken naar een uitleg die beide ouders, samen of elk apart, aan hun kind willen geven over het doel en het waarom van het gesprek.**

Een mogelijke uitleg: *Mama en papa hebben al verteld dat we bij iemand gaan om ons te helpen om alles te regelen voor het apart wonen, een bemiddelaar. Mama en papa willen niet alleen met de bemiddelaar spreken maar ook met jou. Mama en papa vinden dit niet altijd gemakkelijk en dit is ook niet altijd zo gemakkelijk voor jou. Mama en papa hebben gemerkt dat het soms gemakkelijker is als de bemiddelaar ons helpt om over sommige dingen te spreken. Mama en papa denken dat de bemiddelaar misschien ook jou kan helpen om over een aantal moeilijke dingen te spreken. Achteraf kunnen we dan proberen om samen over van alles en nog wat te praten.*

- **Zoeken naar een uitleg die beide ouders, samen of apart, willen geven, zodanig dat het kind het gevoel heeft toestemming te krijgen om te spreken.**

Een mogelijke uitleg: *Mama en papa zouden het prettig vinden als jij wil spreken met de bemiddelaar over de dingen die jij je afvraagt, waar jij je misschien zorgen over maakt, die misschien moeilijk zijn om met mama en papa te bespreken. Misschien doet mama soms dingen die jij niet leuk vindt, of misschien doet papa dingen die jij niet zo prettig vindt. Dat kan gebeuren en mama en papa vinden het goed als jij over die dingen spreekt met de bemiddelaar. De bemiddelaar kan ons dan helpen om daar later samen over te spreken.*

- **Zoeken naar een uitleg die beide ouders, samen of apart, willen geven aan hun kind over wat er met de informatie uit het gesprek met de bemiddelaar zal gebeuren.**

Een mogelijke uitleg: *Mama en papa hebben met de bemiddelaar afgesproken dat, als er dingen zijn die jij graag eens zegt tegen iemand maar liever niet tegen ons, dat je dat tegen hem kunt zeggen. Mama en papa zullen ook*

nog met de bemiddelaar spreken opdat hij ons helpt om meer over die dingen te kunnen spreken.

Als er over de minimale voorwaarden, over welke uitleg de ouders aan hun kind zullen geven en over het verdere verloop, een akkoord is, dan kan de afspraak worden gepland.

Waartoe?

Aangezien uw doel is ‘het praten tussen ouders en kind te steunen’, heeft dit gevolgen voor de inhoud van het gesprek. Het doel is niet in plaats van de ouders achterhalen wat bij het kind allemaal leeft, om dit dan later tijdens de bemiddeling te gebruiken. Het doel is iets doen waardoor het effect op het kind is dat het zich gesteund voelt om te ‘spreken met woorden’.

• Kind krijgt informatie over bemiddeling

Het is de bedoeling dat het kind een positief gevoel overhoudt aan ‘spreken met woorden’. De inhoud waarover gesproken wordt op zich is niet het belangrijkste. De doelstelling - het kind stimuleren om later (meer) met woorden te spreken - staat op de voorgrond.

Door uit eigen initiatief informatie te geven over hoe het eraan toegaat in bemiddeling, geeft u de boodschap dat u naar het kind kijkt als ‘volwaardig’. De site Tweehuizen kan hier een handig hulpmiddel zijn. Afhankelijk van de leeftijd van het kind kunt u eventueel samen met het kind bepaalde stukken van de Kindersite of de Jongersite doorlopen en er samen over praten. In de loop van dit deel van het gesprek is het zinnig om impliciet na te gaan of het doel van het gesprek voor het kind duidelijk is, of het de uitleg gekregen heeft van de ouders en of het kind het gevoel heeft de toestemming te hebben van beide ouders om te spreken.

TIPS

- Start het gesprek niet met vragen te stellen over de specifieke situatie van het kind. Begin vooral met aan te tonen dat u er bent voor het kind en het kind er niet is voor u. Het kind moet niet helpen een probleem van u of van de ouders op te lossen.
- Herinner het kind aan de afspraak die gemaakt werd, dat wat het zegt niet automatisch ook besproken wordt met de ouders. En dat u op het einde van

het gesprek met het kind zult bekijken wat wel en niet aan de ouders gezegd wordt.

- Probeer een hulpmiddel zoals de site Tweehuizen te gebruiken om zo het gesprek niet te zwaar te beladen en om het gesprek breder te maken dan alleen maar de situatie van het kind.
- Spreek niet te veel over ‘uw mama en papa’, maar wel over ‘mama’s en papa’s die apart gaan wonen’, ‘voor veel kinderen is’,

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik zou je een beetje willen vertellen wat een bemiddelaar zo allemaal doet. Mama’s en papa’s komen naar mij omdat ze het belangrijk vinden om te spreken over... Het is misschien wel leuk voor jou dat jij ook weet waar je mama en papa naartoe gaan als ze zeggen dat ze weg moeten omdat ze naar de bemiddelaar gaan.*
- *Het is niet altijd gemakkelijk voor mama’s en papa’s om alles te regelen als ze apart gaan wonen. Ze moeten van alles afspreken en aan heel veel dingen denken. Omdat ze niets zouden vergeten of omdat ze niet altijd over alles hetzelfde denken is het soms gemakkelijker voor mama’s en papa’s om daar met een bemiddelaar over te spreken.*
- *Misschien vraag jij je wel af: ‘Wat doe jij dan als bemiddelaar als mijn mama en mijn papa naar hier komen’. Is het goed als ik je daar iets over vertel?*
- *Kijk, als je mama en papa komen dan zit je papa meestal daar en je mama meestal daar. Ik vraag dan meestal hoe het met hen gaat en waarover zij willen spreken. Ik vraag dan ook hoe het met jou gaat. Dan...*
- *Op het internet bestaat er een leuke site waar je van alles te weten kunt komen over wat papa’s en mama’s allemaal moeten regelen, wat kinderen zich meestal afvragen of waar ze mee bezig zijn, en ook wat een bemiddelaar doet. Zullen we daar even naar kijken? Misschien kunnen we er dan samen verder over praten? Misschien zijn er ook wel dingen die jij je afvraagt?*

• **Kind merkt inzet van ouders**

Het kind kan zich goed voelen als het ook zicht heeft op de inzet van zijn ouders voor hem/haar. Uiteraard merkt u als bemiddelaar tijdens de bijeenkomsten met de ouders wat ouders ook anders, meer en beter zouden kunnen doen. Kind en ouders kunnen zich ondersteund voelen om te babbelen en te luisteren als ze vooral elkaars inzet zien. Dit draagt bij tot een gevoel van verbondenheid tussen hen. Positieve invloed van ouders op het kind en ook van het kind op de ouders kan gestimuleerd worden door te benadrukken wat ze wel doen of

waar ze wel in slagen. Kind en ouders kunnen zich vrijer voelen om wederzijds bewust te kiezen om elkaar te beïnvloeden als de positieve facetten naar voren worden gehaald. Het accent leggen op het probleem maakt vaak meer onzeker en veroorzaakt aarzeling en ondersteunt niet om te praten en te luisteren naar en met elkaar.

TIPS

- Bereid u voor door een lijstje te maken met de inzet van de ouders.
- Bekijk samen met het kind of het de inzet die u benoemt herkent. Geef voorbeelden die uw uitspraken over inzet illustreren.
- Vraag het kind of het dit thuis ook soms merkt. Met andere woorden help het kind die inzet thuis ook herkennen.
- Stel het kind voor om, de volgende keer dat het dit thuis merkt, ook hier aan zijn ouders iets over te zeggen.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *Ik heb nu een paar keer met je mama en je papa gesproken en ik heb toch wel een aantal dingen gemerkt. Mag ik je daar iets over vertellen?*
- *Ik heb gemerkt dat je mama en papa heel hard hun best doen om goede afspraken te maken. Soms is het wel lastig voor hen want ze gaan niet altijd meteen over alles akkoord. Je mama en papa vinden het belangrijk om de dingen echt goed te regelen en soms is het daarom nodig om te discussiëren en zelfs ruzie te maken. Maar dat duurt meestal niet zo lang en dan kunnen ze weer gewoon praten met elkaar. Merk jij dat thuis soms ook?*
- *Je mama en papa vinden het belangrijk om ook te weten wat jij allemaal denkt en wat jij je afvraagt. Ze hebben mij daarom ook gevraagd om dit gesprek met jou te voeren. Soms weten je mama en papa niet goed wat jij je allemaal afvraagt. Ze willen je geen pijn doen en vragen zich soms af hoe ze daar het beste voor zorgen.*
- *Ik heb gemerkt dat je papa soms een beetje ongeduldig is. Hij wil dat het vooruitgaat. Hij vindt het belangrijk dat het voor jou zo snel mogelijk duidelijk is hoe het voor jou zal zijn. Je mama wil soms een beetje trager gaan, ze wil vooral goed nadenken alvorens te beslissen.*

• **Kind verwoordt vragen**

U wilt het kind stimuleren om 'te spreken met woorden'. Doe dat best niet door het kind te proberen overtuigen. Net zoals u steeds vertrekt van het beeld

dat ouders over een bepaald thema hebben, is het ook de bedoeling om nu te vertrekken van het beeld dat het kind heeft. Respect voor het beeld dat bij het kind leeft is uiteraard een voorwaarde. Het is niet de bedoeling om het kind iets bij te leren, of het iets te doen inzien. Door spiegelen te werken, namelijk door zelf te praten en te luisteren, kunt u het kind stimuleren om zelf met zijn ouders te spreken met woorden.

TIPS

- De site Tweehuizen kan een aanknopingspunt zijn om te bekijken welke vragen er bij het kind leven.
- Stel geen vragen vanuit wat het kind een probleem vindt, maar meer genuanceerd vanuit wat het moeilijk vindt en wat het gemakkelijk vindt om over te spreken.

TUSSENKOMSTEN BEMIDDELAAR

- *We hebben nu al een beetje gepraat. Hoe sta jij eigenlijk tegenover babbelen over van alles en nog wat dat te maken heeft met apart gaan wonen, dat interesseert mij wel. Vind jij het goed als we daar verder over spreken?*
- *Zijn er soms momenten dat jij denkt: 'Ik zou daar wel willen over babbelen met mama of papa maar ik weet niet goed of ze dat wel goed vinden?'*
- *Over welke dingetjes kan je gemakkelijk praten?*
- *Over welke dingetjes kan je moeilijker praten?*
- *Stel dat je over dat ene moeilijke dingetje toch zou proberen te praten, wat denk je dat mama en papa daarvan zouden vinden?*
- *Vind je het goed om samen te zoeken of we een manier kunnen vinden waarvan jij zegt, 'Ha ja, als ik het zo zou zeggen dan zou het misschien wel lukken.'*

Nabespreking met de ouders

Om af te ronden is het zinnig om na het gesprek met het kind tijdens een volgende bijeenkomst met de ouders verslag te brengen over het gesprek met het kind. Nog zinvoller is om na het gesprek met het kind meteen ook een nabespreking met de ouders te doen. Een andere mogelijkheid is dat u het gesprek zoals beschreven niet apart hebt met het kind, maar het gesprek organiseert met ouders en kind samen. Ook indien het gesprek plaats heeft met ouders en kind samen blijft de doelstelling 'informereren'. Een context maken waarin zowel ouders als kind ervaren dat het lukt om te praten en dat het iets oplevert.

Indien u het gesprek apart met het kind hebt gehad is het de bedoeling om tijdens het geven van feedback aan de ouders vooral iets te vertellen over de inzet van het kind. Tijdens gesprekken met kinderen komt u meestal veel te weten over hoe het kind zich probeert in te zetten. Meestal heb u ook gehoord wat het kind gemakkelijk of eerder moeilijk vindt om over te spreken. Het is niet de bedoeling om tijdens dit gesprek beleerend te zijn, of te spreken in termen van problemen. Het is de bedoeling om ervoor te zorgen dat ook de ouders zin hebben en zich zekerder voelen om met hun kind te spreken.

Als een therapeut met het kind spreekt...

Wat kan een bemiddelaar doen?

Willen wij beroep doen op een therapeut?

- ***Wat kan een therapeut doen?***

Een ouderschapstherapeut

Een ouderschapstherapeut kan ouders (één of beide) en kind helpen manieren te zoeken om te spreken met woorden. Een ouderschapstherapeut kan ouders en kind helpen om elkaar beter te begrijpen. Hij/zij doet ouders stilstaan bij de beleving van hun kind. Hij kan de inzet van het kind zichtbaar maken voor de ouders en de inzet van de ouders zichtbaar maken voor het kind. Zelfs wanneer het apart gaan wonen in een sfeer van overleg verloopt, kan het kind het moeilijk krijgen. Soms geven ouders zonder het te beseffen de boodschap dat het kind beter niet te veel spreekt. Kinderen proberen meestal hun ouders op allerlei manieren te helpen. Deze inspanningen kunnen het kind doen groeien, op voorwaarde dat het er erkenning voor krijgt. Soms zet het kind zich in door te proberen niet te veel te spreken in de hoop dat zijn ouders daardoor niet worden belast. Soms is het voor het kind of voor de ouders niet mogelijk om te spreken met woorden. Een ouderschapstherapeut helpt hen om tot zinvolle conversatie te komen.

Een kindtherapeut

Een kindtherapeut kan het kind helpen om te spreken over wat het voelt en denkt. Hij kan het kind stimuleren om met zijn ouders te spreken over wat het voelt en denkt. Soms beperken kindtherapeuten zich tot spreken met het kind zonder verdere stappen te zetten naar de ouders.

Sommige kinderen hebben behoefte aan een plaats waar ze kunnen ventileren zonder dat ze er meteen behoefte aan hebben dat er verder iets mee gebeurt.

- ***Wanneer kan verwijzen naar een ouderschapstherapeut zinvol zijn?***

Als ouders apart gaan wonen is het normaal dat kinderen zich bij momenten rot, teleurgesteld, mislukt, verdrietig, vijandig, bekneld, schuldig, afgewezen, verraden, belazerd, in de steek gelaten, woedend, ziek, beschaamd, alleen, ... voelen. Deze lastige gevoelens horen bij een scheiding. Als u merkt dat deze gedachten en gevoelens er zijn, weet, dat is normaal. Emotionele last is ook niet a priori een probleem. Hebben ouder en kind een manier om met deze moeilijke inhouden om te gaan, dat is belangrijk. Een kind dat last ervaart is daarom geen kind met problemen. Ergens last van hebben, duidt eerder op: betrokken zijn, ermee zitten, de relatie belangrijk vinden.

Als ouders zelf aangeven dat ze er niet uitgeraken, als ouders aangeven dat het niet lukt om met het kind te praten, dan kan het zinvol zijn om door te verwijzen naar een therapeut. De aanleiding kan dus zijn: zelf geen manier vinden om te spreken, geen manier vinden om een gesprek met het kind te beginnen. Als u zich afvraagt of ouder en kind er wel uit geraken kunt u daar vragen over stellen. Soms vinden ouders en kind geen manier om over de moeilijke en zelfs over de minder moeilijke gedachten en emoties tot een zinvolle conversatie te komen. Soms ligt dit te moeilijk voor het kind. Soms ligt het te moeilijk voor één of beide ouders. Soms ligt het voor iedereen moeilijk. Een ouderschapstherapeut kan samen met hen zoeken naar manieren die bij hen passen en die hen liggen.

- ***Hoe verwijzen naar een therapeut?***

Het vertrekpunt om te verwijzen is best niet 'het conflict moet verminderen' of 'er zijn problemen, u zou beter naar een therapeut gaan.' Mensen die een therapeut raadplegen zijn niet mislukt of hebben geen enorm probleem. Door 'spreken met woorden' bespreekbaar te maken, hebt u het er met hen over of zij en hun kind uit de startblokken geraken en een gesprek kunnen beginnen. Als de ouders geïnteresseerd zijn om hier meer over te horen, kunt u informatie geven over wat een therapeut kan doen.

Heb ik mijn doel bereikt?

Komt het effect overeen met mijn bedoeling?

Is het effect van mijn handelen dat het kind kan 'spreken met woorden'?

Als ouders in de loop van de bemiddeling nadenken over 'luisteren en praten met hun kind', dan vergroot de kans dat die ouders dit ook effectief gaan doen. Als de ouders met hun kind spreken, vergroot de kans dat het kind kan spreken over wat het voelt en denkt. Als het kind kan spreken over wat het voelt en denkt, vergroot de kans dat het ervaart dat het goed is om met woorden te spreken. Als u als bemiddelaar 'spreken met het kind' bespreekbaar maakt, bent u goed aan het werk voor het kind.

U vraagt zich dus af: *is het effect van mijn handelen dat het kind kan spreken met woorden?*

• **Wat kan ik observeren?**

- Ouders en kind praten met elkaar
- Zijn de ouders geïnteresseerd om dit met u te bespreken?
- Hebt u toestemming van de ouders om buiten uw strikte bemiddelingsopdracht te gaan?
- Wat zijn de gewoontes van ouders en kind om te praten?
- Kennen de ouders hulpmiddelen om praten te bevorderen?
- Hebben de ouders vragen bij het gebruik van de hulpmiddelen?
- Hebben de ouders zelf voldoende taal om te praten?

• **Ik praat met het kind**

- Is er aan de voorwaarden om dit gesprek te hebben voldaan?
- Is er een akkoord over een gesprek?
- Is er een akkoord over de bedoeling van het gesprek?
- Heeft het kind uitleg gekregen over de bedoeling van het gesprek?
- Komt uw rol als bemiddelaar in het gedrang als u dit gesprek heeft?
- Is er een akkoord over wat er gebeurt met de informatie uit het gesprek?
- Is het veilig genoeg voor het kind om een gesprek te hebben?
- Gaan de ouders akkoord om een feedbackgesprek te hebben?
- Is het duidelijk voor de ouders dat u zich onthoudt van de inhoud van de onderhandelingen?
- Zijn de ouders zelf vragende partij voor een gesprek en van waaruit?

- ***Therapeut praat met het kind***

- Is extra hulp om te kunnen spreken met woorden nodig?
- Zijn de afspraken over wat er met de informatie gebeurt duidelijk?
- Zijn de ouders vragende partij om extra hulp te krijgen?
- Is er een akkoord over de extra hulp?
- Is de betekenis van extra hulp duidelijk?
- Is het duidelijk voor de ouders wat de relatie tussen u en de therapeut is?
- Voelen de ouders zich bij het doorverwijzen voldoende gerespecteerd als ouder?

- ***Wat kan ik meer of minder of anders doen?***

- Inzet van de ouders benoemen;
- Gebruik van de hulpmiddelen begrijpelijk maken;
- Het zelfbeeld van de ouders positief bekrachtigen
- De ouders via vragen helpen reflecteren over het belang voor het kind van ‘spreken met woorden’;
- Vertrouwen in zelf luisteren en spreken stimuleren.

- ***Ben ik in valkuilen getrapt?***

- Heb ik zelf inhoudelijke uitspraken gedaan?
- Heb ik overgenomen van de ouders?
- Heb ik voorkeuren laten blijken?
- Heb ik afkeuring laten blijken?
- Ben ik buiten mijn mandaat gegaan?
- Heb ik dingen opgedrongen?

Dit boek werd in grote mate geïnspireerd door onderzoek van prof. Buysse in Vlaanderen en door onderzoek van dr. Neale aan de universiteit van Leeds. We ronden het boek af met een citaat van **Bren Neale** (2002).

'As a starting point, the debate over children's participation would need to be reframed ... In particular, practitioners would need to abandon their pre-conceived ideas about welfare and rights and, instead, cultivate a healthy degree of uncertainty about what individual children might need or want... More broadly, it could provide an effective framework for fostering meaningful communications between adults and children, both within and outside their families.'

LITERATUUR

Apostel, L. (1989) *De rechten en noden van het kind*, uit: Verhellen E. ea Rechten van kinderen, Kluwer.

Buysse, A. (2005) *Kinderen en scheiding: Een focusgroepen onderzoek*, Rapport in opdracht van het Kinderrechtencommissariaat.

Buysse, A. & Ackaert, L. (2006) *Kinderen en scheiding: Een focusgroepen onderzoek*, Tijdschrift voor Welzijnswerk, 277, 34-45.

Buysse, A., & Ackaert, L. (2006) *Kinderen en scheiding*, Tijdschrift voor Jeugdrecht en Kinderrechten, 1, 32-38.

Buysse, A., & Renders, M. (2007) *De impact van scheiding op kinderen: knelpunten gekoppeld aan de nieuwe wetgeving*, Tijdschrift voor Jeugdrecht en Kinderrechten, 3, 147-152.

Buysse, A., Heene, E., & Verhofstadt, L. (2007) *Relatietevredenheid, -stabiliteit en -kwaliteit: Een stand van zaken met aanbevelingen voor assessment*, Tijdschrift voor Familietherapie, 7, 101-126.

Buysse, A. (2008) *Ondersteuning van gezinnen vandaag: Een onderzoek*, Rapport in opdracht van De Gezinsbond.

Byng-Hall, J. (1998) *Rewriting Family Scripts, Improvisation and systems change*, The Guilford Press.

Cottyn, L., Faes, M., Remers, E. (2005) *Spelen met werkelijkheden: systeemtheoretische psychotherapie met kinderen en jongeren*, Van Loghum Slaterus.

De Meyer, F., Jacobs, M. (2005) *Ouderschap en scheiding, werkboek voor oudercursus*, Vormingscentrum VCOKvzw.

De Meyer, F., Gayse, B. (2007) *Bemiddeling in familiezaken, handelszaken en sociale zaken*, Roularta.

De Mol, J., & Buysse, A. (2008) *The Phenomenology of Children's Influence on Parents*. Journal of Family Therapy, 30, 163-193.

De Mol, J., & Buysse, A. (2008) *Understandings of Children's Influence in Parent-Child Relationships: A Q-Methodological Study*. Journal of Social and Personal Relationships, 25, 359-379.

Drapeau, S. e.a. (1999) *The coping process among children of separated parents*, Journal of Divorce and Remarriage, vol 31.

Dubois, G. (2007) *De invloed van kinderen op hun ouders in nieuw samengestelde gezinnen: een kwalitatief onderzoek rond de visie van de stiefmoeder*, eindwerk faculteit psychologische en pedagogische wetenschappen UGent.

Emery, R., Laumann-Billings, L., Waldron, M., Sbarra, D. & Dillon, P. (2001) *Child custody mediation and litigation: Custody, contact, and co-parenting 12 years after initial dispute resolution*, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69, 323-332.

Emery, R. (2004) *The truth about children and divorce. Dealing with the emotions so you and your children can thrive*, London: Penguin Books Ltd.

Emery, R., Sbarra, D. & Grover, T. (2005) *Divorce mediation: Research and reflections*, Family Court Review, 43, 22-37.

Gentry, D. (1997) *Including children in divorce mediation and education: Potential benefits and cautions*. Families in Society: The Journal of Contemporary Human Services, 78, 307-315.

Grimes, A. & McIntosh, J. (2004) *Emerging practice issues in child-inclusive divorce mediation*, Journal of Family Studies, 10, 113-120.

Hemrica, J. & Heyting, F. (2004) *Tacit notions of childhood. An analysis of discourse about child participation in decision-making regarding arrangements in case of parental divorce*, Childhood, 11, 449-468.

Mantle, G., Leslie, J., Parsons, S., Plenty, P. & Shaffer, R. (2006) *Establishing children's wishes and feelings for family court reports*. The significance attached to the age of the child, Childhood, 13, 499-518.

McIntosh J. (2000) *Child-inclusive Divorce Mediation: report on a qualitative research study*, M.Q. number 1.

McIntosh J. & Long C., (2006) *Children beyond dispute: a prospective study of outcomes from child focused and child inclusive post-separation family dispute resolution*, La Trobe University.

McIntosh J. (2007) *Child inclusion as a principle and as evidence-based practice*, Australian Family Relationships Clearinghouse Issues, number 1.

McNamee, S., James, A. L. & James, A. (2003) *Can children's voices be heard in family law proceedings?* Family law and the construction of childhood in England and Wales. *Representing Children*, 16, 168-178.

Neale, B. (2002) *Dialogues with children. Children, divorce and citizenship*, *Childhood*, 9, 455-475.

Powell, M. & Lancaster, S. (2003) *Guidelines for interviewing children during child custody evaluations*. *Australian Psychologist*, 38, 46-54.

Renders, M. (1996) *Is hoorrecht een onrecht*, *Antenne*, 96 nr 4.

Renders, M. (1999) *Bemiddeling, een praktisch model*, Roularta.

Renders, M. (2003) *EOT in eigen handen*, Roularta.

Sanchez, E. & Kibler-Sanchez, S. (2004) *Empowering children in mediation. An intervention model*, *Family Court Review*, 42, 554-575.

Saposnek, D., (1983) *Mediating child custody disputes: A systematic guide for family therapists, court counselors, attorneys, and judges*. San Francisco: Jossey-Bass.

Saposnek, D. (2004) *Divorce and family mediation: Models, techniques, and applications* In J. Folberg, A. L. Milne, & P. Salem (Eds.), Chapter 8 Working with children in mediation. pp. 155-179, New York: Guilford Press.

Schoffer, M. (2005) *Bringing children to the mediation table: Defining a child's best interest in divorce mediation*. *Family Court Review*, 43, 323-338.

Smart, C. (2006) *Children's narratives of post-divorce family life: From individual experience to an ethical disposition*, Sociological Review, 54, 155-170.

Smith, A., Taylor, N. & Tapp, P. (2003) *Rethinking children's involvement in decisionmaking after parental separation*, Childhood, 10, 201-216.

Smyth, B. & Moloney, L.(2003) *Therapeutic divorce mediation: Strengths, limitations, and future directions*, Journal of Family Studies, 9, 161-186.

Verhofstadt, L., Buysse, A., & De Mol, J. (2005) *Emoties tijdens partnerconflict: Onderzoek naar de rol van demand-withdrawal*, Systeemtheoretisch Bulletin, 23, 30-50.

Verhofstadt, L., Devoldre, I., & Buysse, A. (2007) *Sociale steun binnen partnerrelaties: Een onderzoek naar man-vrouw verschillen*, Systeemtherapie, 19, 4-23.

Verschelden, G. (2001) *De positie van het kind in de familiale bemiddeling*. Tijdschrift voor Jeugdrecht en Kinderrechten, 3, 92-98.



Kinderen van apart wonende ouders willen vooral dat onenigheid tussen hun ouders stopt. Elke bemiddelaar doet dus al heel wat voor de levenskwaliteit van de betrokken kinderen. Veel bemiddelaars willen meer doen. Dit boek en de bijbehorende dvd bieden handvatten om kinderen in bemiddeling extra ruimte te geven.

Bent u een ouderschapsbemiddelaar? We nemen u eerst mee naar wetenschappelijk onderzoek. Wat steunt kinderen? De ouders zijn veruit de beste experts om hun kinderen doorheen de scheiding te helpen. Verstevig de ouders en je verstevig hun kind. Wat kunnen kinderen en ouders doen om de last van een scheiding draaglijk te houden? Kijken door de ogen van wetenschap, kinderen en ouders is een omweg om uiteindelijk door eigen ogen te kijken. Hoe kunt u kinderen steunen door hun ouders te steunen?

We hebben de vier perspectieven - wetenschap, kinderen, ouders, bemiddelaars - telkens onderverdeeld in dezelfde vier richtlijnen. Zo vormen we een kaart om met 'kinderen in bemiddeling' om te gaan. Wat doen bemiddelaars met het gegeven dat 'spreken, weten waarom, meetellen, niet klem zitten' het welbevinden van kinderen ten goede komt?

Het boek en de dvd zijn gemaakt door VCOK, Vormingscentrum Opvoeding Kinderopvang met steun van de Vlaamse Overheid. De auteurs, Franky De Meyer en Mia Renders, zijn bemiddelaars in familie zaken.

