Hulpverlening bij COMPLEXE SCHEIDINGEN

het proces op hoofdlijnen

1 VOORAF het vertrekpunt bepalen

Waar heb ik invloed op?
Stevige basishouding.

- Zelfzorg
- Meervoudige betrokkenheid
- Vertragen en verdragen, niet te snel in de actie!

Ben ik er klaar voor?

Wat is mijn opdracht?

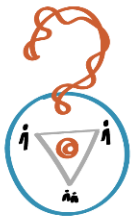
- Bijdragen aan rust en welzijn
- Richten op wat wél haalbaar is

Doe de Zelfcheck

Ouders zijn zelf verantwoordelijk voor hun eigen gedrag en hun kind.

2 VERKENNEN van de hulpvraag

Spreek ouders apart!



Waar hebben ouders en kind last van?

- Erken moeilijkheden en ontschuldig. Dit is niet hetzelfde als gelijk geven!
- Onderzoek hoe triggers onder het conflict verminderd kunnen worden.
- Geef psycho-educatie over waarom gezinsleden doen wat ze doen.

Creëer mandaat voor analyse.

3 PROBLEEMANALYSE

Wat gaat goed, wat zijn de zorgen, wat is er nodig?

In welke escalatiefase bevindt het conflict zich?

Hoe staat het met de veiligheid van kind en ouders?

Vraagt de (on)veiligheid acuut handelen?

4 TRIAGEREN

Welke factoren verklaren de problemen? en welke factoren houden ze in stand?

Wat speelt er bij de individuen? Hoe zien de onderlinge relaties eruit?

Waar zie je verandermogelijkheden?

Waar ligt de motivatie van de betrokkenen?

5 Komen tot OVEREENSTEMMING

Is er sprake van een "normale" of van een "complexe" scheiding?

Kunnen ouders na deze fase samen aan tafel? Wat is hiervoor (nog) nodig?

Belicht de verschillende perspectieven.

Wat is nodig voor duurzame rust, welzijn en veiligheid van kind en ouders?

Focus op het kind en de ouder-kind relatie.

Waar hebben kind, ouders en jij zelf als professional invloed op, wat is haalbaar?

Werk aan geweldloze communicatie en stressreductie.

Kan ik als professional de hulp bij deze (complexe) scheiding bieden?

Zelfcheck

6 ADVIES

Verleen je zelf hulp of verwijs je door?

Adviseer je ouders zich te richt op coöperatief of parallel ouderschap?

Blijf inzetten op rust, welzijn en veiligheid.

7 AFSLUITEN

www.VISUALSINPROGRESS.nl

Handvatten voor het oppakken van scheidingscasuïstiek

Weerbarstig, ingewikkeld: je zult er maar voor staan!

Scheidingscasuïstiek oppakken is soms ontzettend lastig. Je komt gemakkelijk in (on)bewuste processen terecht die een appel op je doen om bijvoorbeeld partij te kiezen, gevoelens aanwakkeren dat jij de situatie moet oplossen of dat het heel onrechtvaardig voelt. Voor je het weet zit je er als professional middenin en zie je nauwelijks een uitweg. Het doet wat met je eigen veerkracht; het gevoel dat een casus onder je huid zit, gevoelens van onmacht, falen en frustratie.

- Weet jij van jezelf wanneer je geraakt wordt door strijdende ouders?
- Van jou als professional wordt meerzijdige betrokkenheid verwacht, maar soms is dat bijna niet te doen, in welke situaties verlies jij je balans?
- Hoe veerkrachtig voel je je op dit moment om met deze casuïstiek aan de slag te gaan? Is er rust en ruimte om veerkrachtig te blijven?

Dit handvat is bedoeld om je ondersteuning te bieden bij het aanvliegen van (complexe) scheidingscasuïstiek. Temeer omdat je als professional zelf het instrument bent waarmee je werkt.

Vertrekpunten voordat je start

Complexe scheidingscasuïstiek vraag een stevige basishouding waarbij je je realiseert en verdraagt dat je soms de plank mis zult slaan, je geraakt of getriggerd wordt en onbewuste processen op je geprojecteerd krijgt. Dat heeft vaak niets te maken met kennis en ervaring, maar met de moeilijkheid en zuigkracht van deze casuïstiek. Als je in zo'n situatie bent beland helpt maar een ding. Vertragen: een stap naar achteren doen, je rugleuning en beide voeten op de grond voelen en de situatie beschouwen. Daar is geen stappenplan voor te schrijven, maar het vraagt rust en reflectie. Dat weten te organiseren is juist professionaliteit. Afstand durven nemen om naar je eigen werk te kijken samen met anderen. Goed kijken met collega's, wat is van mij, wat is van de ander, waar gaat dit nu over, wat zit er achter het gedrag, waar ligt de verantwoordelijkheid? Werkbegeleiding, intervisie, collegiale reflecties zijn een must. *Zie voor meer informatie de Visie op complexe scheidingscasuïstiek (Blz. 5), zie: Wat betekent dit dan voor je aanpak als professional? (Blz. 19), en zie de dramadriehoek (Blz. 14).*

- Heb je collega's om je heen waar je terechtkunt bij vragen en die je mee kunnen helpen onderzoeken waarom welke emoties worden opgeroepen?
- Zijn er collega's op je werk die naar je omkijken en signaleren als er iets speelt? Misschien ongevraagd aanspreken of ongevraagd advies geven?
- Hulpverleners zijn experts in het helpen van andere mensen, maar vergeten soms dat zij zelf ook mens zijn met kwetsbaarheden en gevoelens. Zorg jij goed voor jezelf als professional? Of is het voor jou een drempel om dit bespreekbaar te maken met collega's? En wat is hiervoor dan nodig?
- Wanneer vind jij zelf, doe jij het goed als hulpverlener in een scheidingscasus? Wat vraag jij van je zelf, wanneer ben je tevreden, wat is jouw professionele norm?

Naast een stevige basishouding zijn er aandachtspunten en handvatten als aanvulling op de rugzak vol kennis en kunde die je al hebt. Die rugzak vol maakt dat je in een casus kunt handelen

op een manier waarvan jij denkt en voelt dat het nodig is, dat is elke keer maatwerk. En dan? Hoe dat je dat in de praktijk?

We hebben een visie gemaakt op de aanpak van scheidingscasuïstiek met daarin praktische handvatten. Lees dit eens door. Kijk eens in de tekst wat je al weet, al gebruikt, maar ook wat nieuwer is. Wij denken dat dit de basis voor je rugzak is.

Onze doelstelling als professional

We willen bereiken dat kinderen opgroeien in rust en welzijn, dat ze tot optimale ontwikkeling kunnen komen waardoor ze opgroeien tot zo evenwichtig mogelijke volwassenen. We gunnen kinderen een kwalitatief goede (hechtings)relatie met beide ouders en dat ze zich openlijk loyaal kunnen tonen. Ouders bieden kinderen optimale ontwikkelingskansen waarbij ze kinderen een veilige en liefdevolle zorg geven, kinderen ondersteunen en stimuleren in hun ontwikkeling.

Om dit te bereiken richten we ons als professionals op het opbouwen van een vruchtbare samenwerkingsrelatie met de kinderen en hun ouders, waarbij je je richt op het creëren van rust en welzijn voor alle betrokkenen, je de-escalerend werkt, het belang van kind(eren) richtinggevend is, evenals de kwaliteit van de ouder-kind relatie en het welzijn van ouders zelf.

Het proces op hoofdlijnen

Stap voor stap, soms weer terug, dan weer een stap vooruit

1. Vooraf het vertrekpunt bepalen

Je eigen voorbereiding pakken. Doe dit voordat je in gesprek gaat. Check jezelf. Ben ik er klaar voor? Waar moet ik op letten?

- Sta stil bij dat elke scheidingssituatie vele verhalen en perspectieven kent. Ieder heeft vaak zijn eigen (verschillende) beleving van dezelfde feiten. Ouders en kinderen zitten vaak gevangen in ontstane patronen waarin zij door (chronische) stress niet voldoende op kunnen reflecteren. *Zie: Verschillende constructies van de werkelijkheid (Blz. 16), en zie: Een scheiding benaderen vanuit een meerzijdig betrokken perspectief (Blz .15), en zie: Chronische stress (Blz. 18), en zie: Je eigen opvattingen over scheiden beïnvloeden je handelen: weet jij hoe je kijkt? (Blz. 13).*
- Het uitgangspunt blijft dat ouders zelf verantwoordelijk zijn en blijven voor opvoeding en veiligheid van hun kinderen.
- Verleen niet direct hulp! Schiet niet te snel in de actie!
- Stel jezelf in je handelen als hulpverlener steeds de vraag: Wat is de essentie van je (maatschappelijke) opdracht als professional, in relatie tot het kind en gezin? Ligt de verantwoordelijkheid bij jou of bij anderen (bijvoorbeeld ouders)? Het gaat over zaken waar je, én invloed op hebt, én waar je daadwerkelijk iets mee moet, omdat jij daar verantwoordelijk voor bent. Niet op alles waar je je betrokken op voelt of waar je invloed op hebt, ben je verantwoordelijk voor. Richt je op wat haalbaar is. *Zie: Cirkel van verantwoordelijkheid, invloed en betrokkenheid (Blz. 26).*
- Kijk naar de leeftijd van de kinderen en bedenk hoe jij hen als volwaardig onderdeel van dit systeem wilt betrekken. *Zie: Kinderen tegemoet treden als volwaardige actor (Blz. 22).*

2. Verkennen van de hulpvraag (in gesprek met elke ouder apart)

Basishouding:

- Richt je op de achtergronden van gedrag. Waarom doen gezinsleden wat ze doen? *Zie: Wat is de goede reden achter het gedrag? (Blz. 13)*.
- Je richt je op het handhaven van de professionele balans tussen de leden van het gezinssysteem en in afstand-nabijheid tot ieder individu: nabij zijn (erkennen van last en moeilijkheden), maar ook afstand bewaren (niet laten meezuigen in het conflict, overzicht blijven houden). *Zie: Meerzijdig betrokken houding (Blz. 15), en zie: Triadische positionering (Blz.16)*.
- Benader ouders vanuit welzijnstaal, herformuleer de strijdtaal. Ga op zoek naar zorgen en verlangens onder de verharde standpunten. *Zie: Strijdtaal versus welzijnstaal (Blz. 16)*.

Aanpak:

- Je wilt je een beeld vormen van de situatie, je nodigt daartoe ouders apart uit. Zolang je niet weet in welke conflictfase ouders zitten, zet je niet in op het verbeteren van onderlinge communicatie en samenwerking en voorkom je verdere escalatie (ouders niet samen aan tafel). *Zie: Escalatietrap van Glasl (Blz.7)*.
- Erken ouders in de moeilijkheden die ze ervaren. Het gaat er niet om welke ouder gelijk heeft, of wie de waarheid spreekt. Laat je niet verleiden je hierover uit te spreken. Creëer helderheid naar ouders en kinderen over je visie op scheidingsproblematiek in het algemeen, je rol (zo denk ik erover, zo kijk ik naar jullie situatie), dit ga ik doen en dit ga ik niet doen (aanpak en mandaat). Hierdoor voorkom je zoveel mogelijk valse verwachtingen. *Zie: Betrouwbaar zijn (Blz. 13) en Verwachtingsmanagement (Blz. 24)*.
- Probeer mandaat te creëren met elke ouder, om samen met hen te onderzoeken wat passend en nodig is. Dit kost tijd. Als het makkelijk op te lossen was, was dit allang gedaan. Dat kan ook jij niet. Je kunt wel samen zorgvuldig kijken.
- Leg aan ouders uit hoe je ook stem geeft aan hun kinderen.
- Schets samen met het gezin de gezinssituatie in grote lijnen aan de hand van een genogram en gebruik dit ook om psycho-educatie te geven over o.a. de groene, gele en blauwe wereld. Maak eventueel een tijdlijn van de belangrijke gebeurtenissen voor, tijdens en na de scheiding. *Zie: Genogram (Blz. 22)*.
- Belangrijke eerste stap is toe te werken naar de-escalatie en rust. Ouders ondersteunen in het creëren van een kalm brein. Geef psycho-educatie over stress. Leg uit hoe stress op je mentale functioneren inwerkt en dat begrijpen daarvan, helpt om spanning te reguleren. Onderzoek wat triggers zijn waardoor spanning oploopt. Wat is er nodig om deze triggers te verminderen? Maak praktische afspraken over dingen die de ouder zelf kan doen, waar de ouder zelf invloed op heeft, zodat er (tijdelijk) wat meer rust ontstaat. Bijvoorbeeld: hoe vaak communiceer je, wanneer, hoe vaak check je je mail, waar is de overdracht van kinderen, door wie, met wie praat je over je problemen, enz. Ondersteun ouders in het richten op zichzelf in plaats van het richten op de anderen stimuleer minimale communicatie tussen ouders. *Zie: Window of Tolerance (Blz. 18), en zie: Een andere benadering tegen het maatschappelijk appel in: rust creëren en welzijn van ouders en kinderen versterken (Blz. 12), en zie: Van strijdkader naar welzijnskader (Blz. 16), en zie: Cirkel van invloed (Blz. 26)*.
- Ontschuldig de ouder; erken het verlies, aangedane leed en benoem dat een ingrijpende levensgebeurtenis als een scheiding vele gevoelens kan oproepen. Boosheid, verdriet, schaamte, frustratie, schuld, … Normaliseer dit en vraag dit uit. Hoe kun jij zelf iets doen met het verlies, de emoties en verantwoordelijkheid nemen voor hoe nu verder, hoe zorg je voor jezelf als ouder, hoe luister je naar wat je kind nodig heeft. Reflecteer met de ouder op de

mogelijke druk vanuit het netwerk en wat en wie hen nu kan steunen (de-escalerend!). *Zie: Netwerk (Blz. 20), en zie: Verliescirkel, (Blz .10)*.

- Pel de hulpvraag langzaam af door te onderzoeken welke verlangens en behoeftes onder verharde standpunten liggen. Neem hiervoor de tijd. *Zie: IJsberg Mc Clelland (Blz. 17), en zie: Ouderschapsreorganisatie (Blz. 24)*.

3. Probleemanalyse

Dit doe je zelf zonder het gezin na verkrijgen van eerste informatie uit gesprekken met ouders, je kunt hierbij een collega, gedragswetenschapper betrekken)

- Wat gaat goed, wat zijn de zorgen zijn en wat er nodig is volgens ouders individueel.
- In welke conflictfase bevinden ouders zich (dit kan per ouder verschillen)? Vraag ouders naar hun eigen beleving en luister naar taal, hoe ze over de andere ouder praten, wat er gebeurt, hoe het netwerk betrokken is.
  Aandachtspunten:
  - Wordt alles zwart wit gepresenteerd? Of is er nog nuance (grijstinten)?
  - Zijn er al coalities ("bondjes") gevormd?
  - Welke relatiedynamiek zie je?
  - Is er geweld (geweest)?
  - Is er nog ruimte voor het perspectief van de andere ouder?
  - Kan de ouder reflecteren op de eigen rol in het conflict?
  - Wordt er nog gecommuniceerd, hoe verloopt dit?
  - Hoe gaat het met de kinderen? Welk gedrag laten zij zien?
- Conflictfasen: *Zie: Escalatietrap van Glasl, (Blz.7)*.
  - Fase 1: het conflict wordt ervaren als een probleem waar een oplossing voor gevonden moet worden.
    Een scheiding is een heftige gebeurtenis en die storm gaat voorbij na verloop van tijd (1 à 2 jaar). Dit zijn normale reacties die horen bij zoiets ingrijpends. Er is gedoe en strijd, maar ouders zijn, als de ergste storm iets gaat liggen in staat om samen aan tafel te gaan. Coöperatief ouderschap is in de meeste gevallen haalbaar.
  - Fase 2: het conflict is een strijd, die kan worden gewonnen of verloren. Discussies vinden plaats op relatieniveau en ook anderen uit het netwerk worden betrokken. Afhankelijk van de mate waarin ouders elkaar triggeren en samen aan tafel eventueel escalerend werkt, beslis je in overleg met ouders dit (al) wel of (nog) niet te doen.
  - Fase 3: het conflict is uitgegroeid tot een "oorlog", er is sprake van verharding. Dit is een complexe scheiding: stop met wat niet lukt rondom communicatie en samenwerking. Richt je op wat wel haalbaar is. Duidelijk maken dat ouders gaan werken aan rust en welzijn. Triggers die onder het conflict liggen minimaliseren, elke ouder gaat zich richten op zichzelf, wat is nodig om welzijn voor ouder en kind te verbeteren op korte termijn, wat lukt met kind(eren)? Inzet op reguleren van stress en spanning. Richt je in de hulpverlening op iedere ouder apart en werk toe naar parallel ouderschap.
- Weging van veiligheid: Is er sprake van onveiligheid?
  Signalen van onveiligheid voor kind(eren):
  - Is er sprake van Mishandeling, misbruik, getuige van huiselijk geweld
  - Angst voor onvoorspelbaar en onbegrijpelijk gedrag van een ouder (bijvoorbeeld bij psychiatrische problematiek)

- Verminderde kwaliteit van de ouder-kind relatie (tgv beperkte emotionele beschikbaarheid, responsiviteit van de ouder, bescherming of beperkte afstemming op de behoeften van het kind)
- Het kind zit dusdanig in de knel dat contactverlies leidt tot een meer hanteerbare situatie voor het kind, hiermee plaatst het kind zich buiten de strijd.

Signalen van onveiligheid voor (één van de) ouders: een vorm van (ex-partner)geweld (dwingende controle/intiem terreur, gewelddadig verzet, situationeel en wederkerig geweld en door scheiding uitgelokt geweld) of gevaarlijk gedrag.

- Raadpleeg de meldcode. Bespreek dit met ouders. Probeer veiligheidsafspraken te maken. Lukt/helpt dit niet (voldoende): consulteer en/of meldt bij VT. Vraag hulp.
- Maak bij de weging van (on)veiligheid een onderscheid tussen "direct onveilig" en "onwenselijk". Directe onveiligheid vraagt direct handelen. Onwenselijkheid probeer je op te heffen gedurende de hulp.

4. Triageren

Verklarende en in standhoudende factoren in beeld brengen (dit doe je zelf zonder het gezin na je eerste analyse, je kunt hierbij een collega en/of gedragswetenschapper betrekken)

- Orden risico en beschermende factoren voor alle betrokkenen individueel, op relationeel en contextueel niveau. *Zie: Systemische triade (Blz. 20).*
- Welke belemmerende factoren zitten er in de driehoek ouder-ouder-kind en welke beschermende factoren? Wat gebeurt er, waar komt gedrag vandaan en waar leidt dat toe? Wat speelt er bij iedere persoon, wat speelt er in de onderlinge relaties? Welke rol speelt de context?
- Welke factoren zijn (het best) beïnvloedbaar, waar ligt de motivatie van betrokkenen, waar heeft het individu zelf invloed op.
- Let op! Neem hier de tijd voor, anders is je conclusie (en daarmee ook je aanpak) te vluchtig en niet raak. Dat leidt onbedoeld tot gestapelde zorg, faalervaringen en demotivatie bij ouders en professional.

5. Komen tot overeenstemming

Ga in gesprek met elke ouder apart over de analyse. Is er sprake van een ‘gewone’ scheiding of een "complexe" scheiding? Belangrijk is je te realiseren dat ook een ‘gewone’ scheiding een ingrijpende levensgebeurtenis is. *Zie: Een complexe scheiding is (Blz. 5).*

A) Bij een "gewone" scheiding:

- Bij een "gewone" scheiding kun je je richten op coöperatief ouderschap. *Zie: Coöperatief en parallel ouderschap (Blz. 6).*
- In overleg met ouders kunnen ouders in het vervolg gezamenlijk aan tafel. Kijk goed naar de timing hiervan, afhankelijk van de triggers die er zijn en hoe die gereguleerd kunnen worden.
- Herkennen ouders zich ieder in het beeld van wat er speelt? *Zie: Systemische triade, (Blz 20).*
- Verschillende perspectieven van dezelfde feiten.
- Scheidingsfasen toelichten. *Zie: Scheidingsfasen (Blz. 5).*
- Inzetten op stressreductie.
- Ouders helpen bij focus op welzijn van hun kind(eren). Welke rol heeft het kind in de strijd, hoe liggen zijn/haar loyaliteiten, fasen scheiding, angst. Hoe kun je beter aansluiten bij de behoefte van je kind? *Zie: Kinderen een stem geven als volwaardige actor (Blz. 22),* Zie: *Loyaliteit* (*Blz. 12).*

- Geweldloze communicatie: Waarover communiceer je wel of niet en hoe communiceer je vanuit concrete wensen? *Zie: Van strijdkader naar welzijnskader (Blz. 16)*.
- Elke keer: reflecteer met ouders, voelen zij zich gehoord, is het gegaan waar het over moet gaan, ervaren ze de samenwerking met jou als professional voldoende prettig? *Zie: Session Rating Scale (Blz. 24)*.

B) Bij een "complexe" scheiding:

- Inschatting maken: kan ik dit zelf dragen? Wat heb ik nodig?
- Bij een complexe scheiding richt je je op Parallel ouderschap. *Zie: Coöperatief en parallel ouderschap (Blz. 6)*.
- Ouders niet samen aan tafel, uitleggen waarom. Zie: *Een andere benadering tegen het maatschappelijke appel in: rust creëren en welzijn van ouders en kinderen eerst versterken (Blz. 20)*.
- Herkennen ouders zich ieder in beeld van wat er speelt? Waarom het gaat zoals het gaat, welke factoren allemaal samenkomen die maken dat er een chronische strijd is ontstaan? Zie: *Systemsiche triade (Blz. 20)*.
- Erkennende confrontatie toepassen; ik kan het me voorstellen, tegelijkertijd is er maar één manier om dit te tackelen. *Zie: Erkennende confrontatie (Blz. 16)*.
- Waar heb je invloed op als ouder en waar niet. *Zie: Cirkel van invloed (Blz. 26)*.
- Hanteerbaar maken van stress en spanning. Alleen vanuit een kalm brein zijn mensen zich bewust van hun gedachten en gevoelens, in staat tot zelfreflectie, logisch nadenken, hun probleemoplossend vermogen aan te spreken en een keuze te maken voor gepast gedrag. *Zie: Window of tolerance (Blz. 18)*.
- De-escalerende acties: minimale communicatie, minimaal opzoeken/bellen/mailen/social media, neutraal netwerk inzetten bij overdrachten. Triggers minimaliseren in overleg met iedere ouder. *Zie: Een andere benadering tegen het maatschappelijke appel in: rust creëren en welzijn van ouders en kinderen versterken (Blz. 20)*.
- Ouders leren gebruik te maken van technieken geweldloze communicatie. Zie: *Van strijdkader naar welzijnskader (Blz. 16)*.
- Bespreken welzijn van kind: welke rol kind in strijd, loyaliteit, fasen scheiding, angst. Hoe beter aan te sluiten bij de behoefte van je kind? Hoe kun je emotioneel beschikbaar zijn voor je kind? Sensitief en responsief reageren en andere ouder "heel laten". *Zie: Sensitief en responsief ouderschap (Blz. 25), Zie: Kinderen een stem geven als volwaardige actor (Blz. 22),* Zie: *Loyaliteit* (*Blz. 12)*.
- Elke keer: reflecteer met ouders, voelen zij zich gehoord, is het gegaan waar het over moet gaan, ervaren ze de samenwerking met jou als professional voldoende prettig? *Zie: Session Rating Scale (Blz. 24)*.

6. Advies

Geef advies, eventueel een kortdurende interventie of verwijs door.

A) Bij een "gewone" scheiding:

- Vormgeven aan overgangsproces van loslaten partnerrelatie naar nieuwe vorm van ouderschapsrelatie. *Zie: Scheiden vraagt om ouderschapsreorganisatie; toe naar de nieuwe werkelijkheid (Blz. 24)*.
- Doel: Onderlinge verstandhouding en communicatie verbeteren. Afspraken maken, ouderschapsplan opstellen/herzien. Coöperatief ouderschap.

- Zelf oppakken korte interventie of doorverwijzen.

B) Bij een "complexe" scheiding:

- Doorverwijzen naar specialistische zorgaanbieder.
- Richten op wat haalbaar is en parallel ouderschap.
- Ter overbrugging blijven inzetten op de-escalatie en monitoren van de veiligheid.

7. Afsluiten

Afsluiten en/of warm overdragen