Visie aanpak complexe scheidingscasuïstiek

Regio Centraal Gelderland

Project Toekomstscenario Kind- en Gezinsbescherming regio Centraal Gelderland, 2025

1. Aanleiding visie aanpak complexe scheidingscasuïstiek

1.1 Complexe scheiding verhoogt kans op problemen in opgroeien

Elk kind heeft het recht om onbelemmerd en in een veilige omgeving op te groeien met zijn ouders. Dat geldt ook na een scheiding, wanneer de ouders opnieuw vormgeven aan hun rol als opvoeder. Wanneer ouders uit elkaar gaan, is dit een heftige "levensgebeurtenis", die schadelijke gevolgen voor hun kind(eren) kan hebben. Zowel op korte als lange termijn hebben kinderen van gescheiden ouders een verhoogd risico op problemen in het dagelijks functioneren en in hun ontwikkeling[1]. Wanneer de scheiding problematisch verloopt en er veel conflicten tussen de ouders ontstaan, is de kans op problemen groter.

1.2 Handelingsverlegenheid in complexe scheidingscasuïstiek

We zien en horen terug van jeugdbeschermers dat veel casuïstiek die zij oppakken te maken heeft met scheidingsproblematiek[2] [3]. En dat het oppakken van deze complexe scheidingscasuïstiek tot handelingsverlegenheid bij jeugdbeschermers leidt en als arbeidsintensief en emotioneel belastend wordt beleefd. De jeugdbeschermer moet onevenredig veel tijd besteden aan bemiddeling tussen ouders, aan juridische procedures tussen en met ouders en aan het lezen en beantwoorden van de onderlinge correspondentie tussen ouders. Ouders doen in deze situaties voortdurend een beroep op de jeugdbeschermer om stelling te nemen en partij te kiezen vóór hen en tegen de andere ouder. De jeugdbeschermers werken hard om de focus van de begeleiding te verleggen van de relatie tussen de ex-partners naar de veiligheid en ontwikkeling van hun kind. Ondanks alle inspanningen van de jeugdbeschermers leiden deze OTS-en niet altijd tot een verbetering van de situatie voor de jeugdige. Er zijn voorbeelden van succesvolle begeleiding, voorbeelden waar de strijd onverminderd doorgaat en voorbeelden waar strijd tegen de jeugdbescherming werkt als een extra front. Of, en wanneer een maatregel in het gedwongen kader helpend is om de opvoedsituatie van het kind te verbeteren is onduidelijk.

We zien en horen van wijkcoaches en consulenten in het vrijwillige kader dezelfde geluiden. Ook zij worstelen met het goed oppakken van deze casuïstiek en het maken van de juiste afwegingen. Denk aan onpartijdig blijven als ouders een grondige hekel aan elkaar hebben en niet meer fatsoenlijk communiceren of in hun perspectief bevestigt willen worden door een derde. Bovenstaande beelden ook herkend door de zorgaanbieders. Eveneens is daar frustratie dat zij niet aan behandelen toekomen omdat de strijd voortduurt en vraagstukken rondom gezag en omgang steeds de behandeling doorkruisen.

Kortom, we zien dat deze complexe scheidingscasuïstiek vastloopt en de huidig ‘jeugdhulpverleningsketen’ stagneert, collega’s hierop stuk lopen en we ouders en kinderen onvoldoende helpen of in hun kracht zetten om zelfstandig problematiek op te lossen.

[1] Valk, I. van der, Berg, G. van den, Veldt, M.C.A.E. van der, Anthonijsz, I., & Spruijt, E. (2020). Richtlijn Gezinnen met meervoudige en complexe problemen voor jeugdhulp en jeugdbescherming. Herziene versie 2020 o.b.v. 3e herziene druk 2017; Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen.

[2] Batterink, M., Bilo, N., Jongebreur, W., & Van der Maas-Vos, G. (2020). Kostenanalyse van complexe scheidingen, Utrecht: Significant Public.

[3] Berben, E.G.M.J. (2020). Aanpak bij complexe scheidingen, Jeugdzorg Nederland.

1.3 Bedoeling visie en bijbehorende documentatie

De vraag is hoe we kunnen voorkomen dat scheidingssituaties leiden tot conflicten waar kinderen de dupe van worden. En, hoe we regie zoveel als mogelijk bij ouders laten liggen die al dan niet samen het gezag hebben. Hoe doen we wat nodig is zonder in de fuik van regels en procedures terecht te komen waardoor we ouders en kinderen zelf niet meer zien en horen?

Binnen onze regio Centraal Gelderland hebben we vanuit het project Toekomstscenario kind- en gezinsbescherming met verschillende professionals vanuit zorgaanbieders, lokale teams, Veilig Thuis en het gedwongen kader samengewerkt in 2024 om hun ervaringskennis te bundelen. We hebben daarin een gezamenlijk belang – ongeacht of je vanuit een zorgaanbieder, lokaal team of veiligheidspartner werkzaam bent. Op elke plek in huidige 'keten' hebben we elkaar nodig om te zorgen dat we toewerken naar tijdige passende en samenhangende hulp en bescherming aan kinderen en ouders.

De insteek die we hier kiezen is om kennis samen te voegen en actief te delen met de wijkcoaches en consulenten in onze regio. Het is niet bedoeld dat zij deze kennis en kunde zelf in huis moeten hebben, maar we willen zorgen dat zij:

- zich gesteund voelen en weten hoe ingewikkeld de aanpak van complexe scheidingscasuïstiek is. *Maakt dit het gesprek ook intern mogelijk in afstemming of en wie deze casuïstiek uitdagend vindt om op te pakken?*
- weten dat het juist professioneel is om tijdig hulp in te roepen van professionals die hier hun dagelijkse werk van hebben gemaakt en zij erg bereid zijn om samen op te trekken in welke vorm dan ook. *Niet dat zij pasklare oplossingen hebben, maar het samen dragen en samen puzzelen nodig is om vitaal te blijven als professional!*
- casuïstiek vaak start op deze plek in de lokale teams en de wens om vroegtijdig te helpen om daarmee escalatie naar zwaardere zorg of bescherming te voorkomen. *Tijdig signaleren en normaliseren als het nog kan doen we ook samen!*

1.4 Visie en documentatie

Deze visie zien we als levend document; het is nooit klaar en nooit af, maar voor nu rijk met de (ervarings)kennis die we hebben. Daarnaast hebben we een uitgewerkte casus, een stappenplan als houvast in het proces en een aantal visuals om de kennis zo toegankelijk mogelijk te maken.

Het is bedoeld om elkaar te helpen en te steunen in deze complexe casuïstiek. Heb je vragen, wil je mee doen of anderszins? Neem contact op met project Toekomstscenario Kind- en Gezinsbescherming regio Centraal Gelderland (mirjam@sennelar.nl) of Lonneke van Geffen (L.VanGeffen@entrealindenhout.nl).

Inhoudsopgave

1. Aanleiding visie aanpak complexe scheidingscasuïstiek 2
1.1 Complexe scheiding verhoogt kans op problemen in opgroeien 2
1.2 Handelingsverlegenheid in complexe scheidingscasuïstiek 2
1.3 Bedoeling visie en bijbehorende documentatie 3
1.4 Visie en documentatie 3

2. Complexe scheidingscasuïstiek: achtergronden en handvatten 5
2.1 Wat is een complexe scheiding? 5
2.1 Conflicten bij scheiding kennen verschillende fasen 6
2.3 Een complexe scheiding kan leiden tot ernstige problemen 7
2.4 Ouderverstoting 9
2.5 Risico- en beschermende factoren 10

3. Voordat je start als professional in het oppakken van casuïstiek 12
3.1 Elk gedrag heeft een goede reden; kun je dit onderzoeken zonder oordeel? 13
3.2 Overdracht en tegenoverdracht: welk appel wordt op jou gedaan? 14
3.3 Een scheiding benaderen vanuit een meerzijdig betrokken perspectief 15
3.4 Van een strijdkader naar een welzijnskader 16
3.5 Zonder kalm brein geen helder denken mogelijk 18

4. Wat betekent dit voor je aanpak van een casus als professional? 19
4.1 Inzicht in waarom ouders blijven strijden en aanknopingspunten voor verandering 19
4.2 Visualiseren wat er speelt 22
4.3 Eerst samen onderzoeken, daarna pas ‘hulpverlenen’ 23
4.4 Scheiden vraagt om ouderschapsreorganisatie; toe naar de nieuwe werkelijkheid 24
4.5 Haalbaarheid van oplossingen: realisme aanbrengen 26

5. En wanneer de strijd dan toch voortduurt..... 27

2. Complexe scheidingscasuïstiek: achtergronden en handvatten

2.1 Wat is een complexe scheiding?

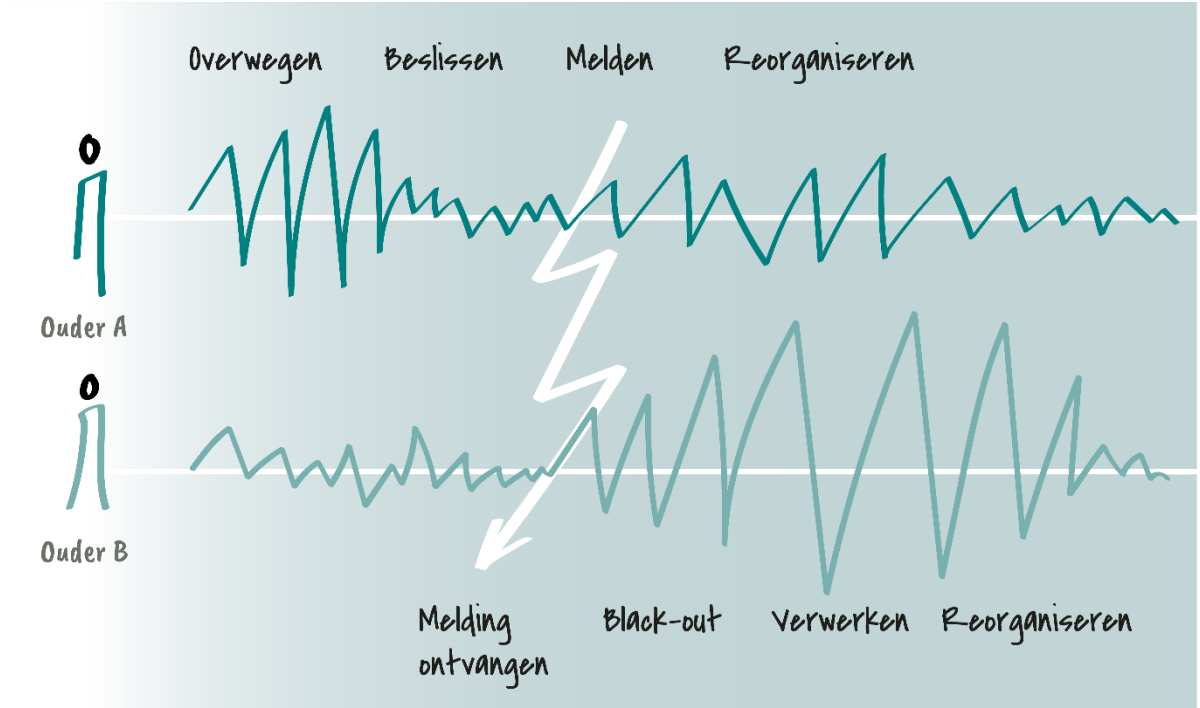
Een complexe scheiding is een scheiding waarbij ouders door aanhoudende ernstige conflicten het belang en welzijn van de jeugdigen uit het oog verliezen, evenals het wederzijdse belang. Ernstige conflicten kunnen aanhoudende heftige ruzies zijn, met eventueel juridische procedures, maar ook wederzijds dwarsbomen en denigreren, stille oorlogsvoering, of eenzijdig conflictrijk gedrag, zoals tegenwerking door één ouder of zelfs ook vormen van geweld. Complexe scheidingen vormen een ontwikkelingsbedreiging voor kinderen.

Scheidingen verlopen volgens eenzelfde patroon in fasen (zie tabel 1). Met een ouder kan gereflecteerd worden met behulp van dit figuur waar de ouder en het kind staat. Dit helpt om grip te ervaren en te normaliseren. In een scheidingsproces is elke fase iets wat erbij hoort en het gaat voorbij. Kinderen zijn vaak de laatste in het proces omdat ze afhankelijk zijn van wat volwassenen besluiten, hoe en wanneer ze geïnformeerd worden. Het overkomt hen. In een complexe scheiding zien we vaak dat beide ouders of een van beide blijft hangen in één van de fasen. Dit heeft invloed op de mate waarin het kind de scheidingsfasen kan doorlopen en er een nieuwe stevige basis ontstaat om op door te ontwikkelen.

Tabel 1: Scheidingsfasen

Ouders	**Kinderen**
Herkenningsfase: Periode van herkenning (het wordt duidelijk dat ouders er niet samen uit komen)	Kind merkt nog niets of voelt dat er iets niet goed gaat
Beslissingsfase	**Crisisfase:** de scheiding overkomt het kind, alles wordt anders
Scheiding wordt een feit	
Herstructureringsfase: Het leven opnieuw gaan inrichten/vormgeven	**Aanpassingsfase:** Er wordt opnieuw vormgegeven aan je leven
Autonoom leven: Je eigen leven	**Stabiliseringsfase:** Wennen aan het nieuwe ritme

Ouders volgen hierin ieder hun eigen proces. Bij de start van dit proces ervaart één van de ouders vaak al langer problemen of in sterkere mate onvrede over de huidige situatie. Soms overvalt de aankondiging van een scheiding één van beide ouders. De mate waarin duidelijk is (en overeenstemming is) voor beide ouders waarom ze uit elkaar gaan is medebepalend voor hoe het proces verloopt. Een duidelijke scheidingsmelding, het moment waarop het besluit uitgesproken wordt tussen partners te gaan scheiden, draagt bij aan een positiever verloop van het scheidingsproces. Onderstaande afbeelding laat zien hoe scheidingsprocessen van ouders kunnen verschillen. Voor elk kind is het belangrijk een duidelijk verhaal aansluitend bij hun ontwikkelingsniveau te horen over waarom ouders uit elkaar gaan. Belangrijk is dat dit een eenduidig verhaal is wat door beide ouders wordt uitgedragen en waarbij ouders elkaar ‘heel’ laten. We noemen dit ook wel het verhaal waarin een kind kan wonen.



Figuur 1: Scheidingsprocessen verschillen tussen ouders[4]

2.1 Conflicten bij scheiding kennen verschillende fasen

In de **rationele fase (fase 1)** wordt het conflict ervaren als een probleem waar een oplossing voor gevonden moet worden. Het leidt tot moeilijke gesprekken en felle discussies waarbij men de ander probeert te overtuigen. Men is echter nog wel bereid om tot een compromis te komen en cognitieve vaardigheden vanuit het kalme brein in te zetten

In de **emotionele fase (fase 2)** is het conflict een strijd die kan worden gewonnen of verloren. Discussies vinden plaats op relatieniveau en anderen uit het netwerk worden betrokken. Er ontstaat een gevoel van "wij tegen jullie" en het vertrouwen in elkaar raakt volledig zoek.

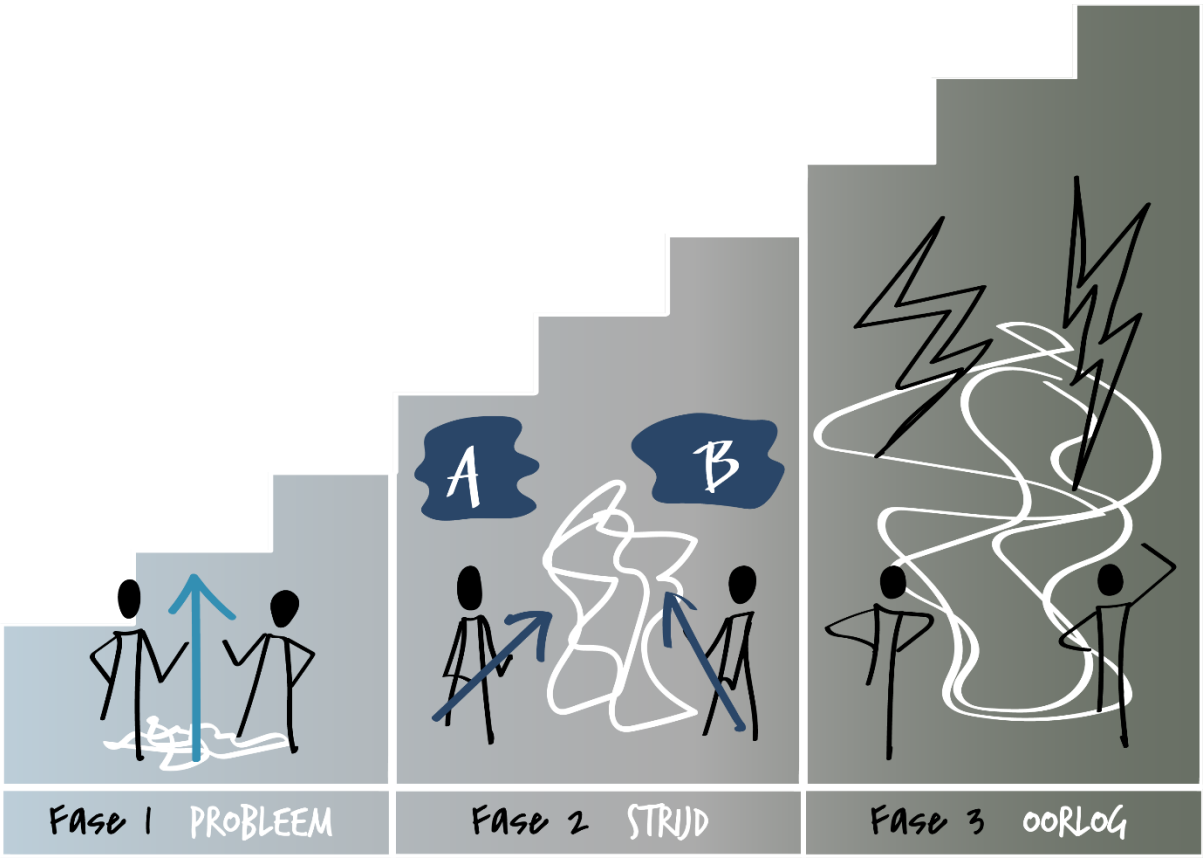
In de **escalatiefase (fase 3)** is het conflict uitgegroeid tot een oorlog. Er wordt een bittere strijd gevoerd en alle middelen zijn toegestaan. De belangen van het kind worden onzichtbaar voor ouders en ouders reageren vanuit hun overlevingsmechanismen.

Na een scheiding zijn twee verschillende samenwerkingsvormen mogelijk in het ouderschap.

- **Coöperatief ouderschap** waarbij ouders regelmatig overleggen en samenwerken. Er is afstemming en ervaringen kunnen gedeeld worden.
- **Parallel solo ouderschap** waarbij communicatie tot een minimum beperkt wordt. Iedere ouder geeft de opvoeding op zijn eigen manier vorm zonder afstemming met de andere ouder. Er wordt gewerkt volgens vaste afspraken.

Wanneer ouder zich in de rationele of emotionele fase bevinden is coöperatief ouderschap vaak nog mogelijk. Wanneer ouders zich in de escalatiefase bevinden spreek je over een complexe scheiding. De eerste inzet is dan gericht op parallel solo ouderschap.

[4] Maes, V. (2021). Blijven staan ondanks de storm: Handleiding voor hulpverleners.



Figuur 2: De escalatietrap[5]

2.3 Een complexe scheiding kan leiden tot ernstige problemen

Vijftien tot twintig procent van de scheidingen mondt uit in een complexe scheiding.[6] We verkiezen de term 'complexe scheiding' boven de term 'vechtscheiding' aangezien bij deze laatste aanduiding te veel de nadruk op de strijd tussen scheidende ouders ligt. Omdat ouders tegenwoordig allerlei samenlevingsvormen hebben, verkiezen we de term scheiding boven echtscheiding. Scheiding beslaat de totale groep ouders getrouwd of niet.

Jeugdigen hebben na een scheiding gemiddeld matige problemen, blijkt uit nationaal en internationaal onderzoek. Vergeleken met jeugdigen uit intacte gezinnen hebben jeugdigen die een scheiding meemaken tweemaal zoveel problemen.[7]

Er wordt nog wel eens gedacht dat de gevolgen van een scheiding voor jeugdigen langzamerhand minder negatief worden omdat scheidingen steeds meer zijn geaccepteerd. Echter, voor de meeste jeugdigen die een scheiding meemaken, is de situatie sinds de wetswijziging Voortgezet ouderschap na scheiding in 2009 niet verbeterd, maar eerder verslechterd. Recent onderzoek laat zien dat de problemen als gevolg van een scheiding de afgelopen tien jaar in ernst zijn toegenomen[8].

[5] Www.werkwijzer-arbeidsmediation.nl/conflictanalyse (z.j.). De escalatietrap van Glasl.

[6] Berben, E.G.M.J. (2020). Aanpak bij complexe scheidingen, Jeugdzorg Nederland.

[7] Richtlijn/onderbouwing, scheiding en problemen van jeugdigen, richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming (2020). Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen.

[8] Richtlijn/onderbouwing, scheiding en problemen van jeugdigen, richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming (2020). Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen.

Daar komt bij dat het aantal scheidingen tussen 2012 en 2022 niet is gestegen.[9] En de schattingen van het aantal kinderen dat te maken heeft met langdurige scheidingsconflicten zijn in de afgelopen tien jaar ongeveer gelijk gebleven (ongeveer 6.000 minderjarigen per jaar)[10].

Waardoor de problemen in ernst zijn toegenomen is onduidelijk. Als we kijken naar de inrichting van het beleid in de jeugdzorg en jeugdbescherming, dan zien we dat de afgelopen decennia verschillende gezinsdrama's ertoe hebben geleid dat het beleid sterk risico gestuurd is. Van professionals wordt gevraagd om elk risico op escalatie uit te sluiten met als gevolg dat bij geringste twijfel een beschermingsmaatregel werd aangevraagd. Ook lijkt er in onze maatschappij sprake van een verandering in het denken over welzijn en veiligheid, een afkeer van juridische procedures tussen ouders en een beeld dat contact met beide ouders te allen tijde noodzakelijk is om ernstige ontwikkelingsbedreiging van het kind te voorkomen[11].

Als een scheiding zeer conflictueus verloopt zijn de gevolgen voor jeugdigen ernstiger en voor ongeveer tien procent van de jeugdigen heeft dit specifieke negatieve gevolgen zoals stress, gehechtheidsproblemen, loyaliteitsconflicten, het niet meer willen zien van één van de ouders en parentificatie (wanneer het kind de ouderrol op zich neemt). Ernstige problemen worden in de wet 'ernstig nadeel voor de geestelijke of lichamelijke ontwikkeling van het kind' genoemd. Het is moeilijk om precies te omschrijven wanneer daar sprake van is. Maar stress, gehechtheidsproblemen, chronische loyaliteitsconflicten, het niet meer willen zien van één van de ouders en/of parentificatie zijn ongetwijfeld ernstige problemen. In een scheidingsproces kan een jeugdige zeer ingrijpende ervaringen opdoen en daar, afhankelijk van de leeftijd, veerkracht en mate en aard van opvang door verzorgers, een psychotrauma aan overhouden.

Ongeveer vijftien procent van de jeugdigen ziet na een scheiding één van beide ouders niet meer en meestal betreft dat de vader. Vanuit de praktijk is genoemd dat het een jeugdige ook ernstige schade kan toebrengen als hij getuige is (geweest) van geweld tegen een ouder. Dit is een vorm van kindermishandeling.[12]

Onderzoek naar de effecten van een scheiding voor kinderen laten een enorme variatie en verschillen tussen kinderen zien, zelfs tussen kinderen uit één gezin. Het is niet altijd duidelijk waarom sommige kinderen beter met de scheiding kunnen omgaan dan andere. Het moment van scheiding staat meestal niet op zich en kent vaak een aanloop en nasleep. Kinderen leven in sommige situaties al langer tussen conflicten, maar er zijn ook kinderen die een scheiding volledig overvalt. Ook kinderen in intacte gezinnen kunnen veel te maken krijgen met conflicten, soms ook over langere duur.

Mogelijke gevolgen van een scheiding voor kinderen kunnen verschillen per leeftijdsfase. De ernst van de problemen na een scheiding is niet afhankelijk van de leeftijd, maar de manier waarop kinderen en jongeren op een ouderlijke scheiding reageren verschilt wel per leeftijdsfase. Het is van belang om gedrag behorende bij de normale ontwikkeling in een bepaalde leeftijdsfase niet te verwarren met scheidingsgerelateerd gedrag. Baby's en jonge kinderen zijn extra kwetsbaar na

[9] Aantal echtscheidingen waarin minderjarige kinderen betrokken waren: 18.814 in 2012 en 12.117 in 2022; 'Cijfers over scheiding', NJI.

[10] Huiselijkgeweld.nl/dossiers/vechtscheidingen.

[11] Van Monfoort, A., en Bruning, M. (2023). Minder maatregelen van kinderbescherming bij scheidingsconflicten Waarom en hoe? Nederlands Juristenblad, 34.

[12] Richtlijn/onderbouwing, scheiding en problemen van jeugdigen, richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming (2020). Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen.

scheiding omdat er een verhoogd risico is op het ontstaan van hechtingsproblemen en angstklachten. Hechting is de band tussen ouder en kind die ontstaat in het eerste levensjaar. Een veilige hechting legt de basis voor een optimale ontwikkeling van het kind.

Bij twintig procent van de jeugdigen die een scheiding meemaken, blijven de problemen voortduren. Bij ongeveer tachtig procent van de jeugdigen gaat het na zo'n twee jaar weer goed.[13]\

2.4 Ouderverstoting

De laatste jaren is er in de media steeds meer aandacht voor het fenomeen ouderverstoting of oudervervreemding. Ook ouders die we ontmoeten in onze hulpverlening spreken regelmatig van een vermoeden van ouderverstoting. Echter zeker niet alle vormen van (dreigend) contactverlies tussen een ouder en kind betreft ouderverstoting, sterker nog, de meeste vormen van contactverlies voldoen niet aan de definitie van ouderverstoting. De term ouderverstoting kan daarnaast geïnterpreteerd worden als een strijdterm met de verwachting van een duidelijke dader en slachtoffer dynamiek, terwijl we het beter kunnen beschouwen vanuit een systeemdynamiek.

We spreken van ouderverstoting wanneer het afwijzen van (het contact met) een ouder door het kind gerelateerd is aan (on)bewuste beïnvloeding door de andere ouder, door het kind naar een keuze te sturen en/of door het belonen van het keuzegedrag van het kind in de context van complexe scheidingsproblematiek.

Vaker liggen andere problemen in de relatie tussen ouders en/of problemen in de relatie tussen de ouder en het kind ten grondslag aan (dreigend) contactverlies. De motivatie van een kind om weerstand te laten zien ten aanzien van het contact met een ouder kan liggen in diverse (systemische) factoren, die vaak in samenhang voorkomen:

- Een eenzijdige interpretatie van de situatie, bijvoorbeeld als gevolg van een slechte scheidingsmelding, waardoor één ouder de schuld krijgt van alle spanningen;
- Het lastig vinden om steeds van het ene huis naar het andere huis te moeten "verhuizen", spullen te vergeten, of niet naar sport of vrienden te kunnen gaan bij één van de ouders;
- Het moeilijk of zelfs bijna onbereikbaar zijn van die ouder als gevolg van verhuizing of migratie;
- Het moeilijk of zelfs bijna onbereikbaar zijn van die ouder als gevolg van het in beslag genomen worden door werk of door een nieuwe partnerrelatie;
- Het bijzonder onaantrekkelijk zijn van de woonsituatie van die ouder, bijvoorbeeld omdat vrienden of vriendinnen van het kind daar onbereikbaar zijn, of doordat die woonsituatie wordt gedomineerd door nieuwe huisgenoten;
- De (door de conflicten mogelijk versterkte) faseproblematiek bij het kind, waarbij eenzijdige identificatie een rol spelen, zoals bij kleuters en pubers;
- Een slecht aansluiten van temperament en persoonlijkheid van die ouder op dat kind;
- Een beperkte cognitieve wendbaarheid, zoals we die kunnen aantreffen bij kinderen met een hoog angstniveau, een geremd temperament en vormen van hyperactiviteit of autisme, waardoor eenmaal gemaakte keuzes door het kind moeilijk bij te stellen zijn;
- Het emotioneel niet aan kunnen sluiten bij de nieuwe partnerkeuze van die ouder, alsook problemen in het accepteren van nieuwe stief- of halfbroertjes en -zusjes;
- Het bang zijn voor die ouder, door mishandeling door die ouder en/of door getuige te zijn geweest van mishandeling van de ene ouder door de andere;

[13] Richtlijn/onderbouwing, scheiding en problemen van jeugdigen, richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming (2020). Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen.

- Een slechte verzorging/pedagogische afstemming door die ouder in verband met verslaving, depressie of gebrek aan pedagogisch besef bij die ouder (wat soms pas na de scheiding zichtbaar wordt door het wegvallen van compensatie door de andere ouder).

Contactverlies en ouderverstoting, kenmerken zich vaak niet met een zeer heldere afbakening. Contactverlies kent vele gradaties in de mate van coalitievorming tussen de ene ouder en het kind en loyaliteitsgedrag van het kind, die in elkaar overlopen.

2.5 Risico- en beschermende factoren

Een ouderlijke scheiding kent risicofactoren voor het welzijn en de ontwikkeling van kinderen, echter ook protectieve factoren spelen een belangrijke rol in hoeverre kinderen (langdurige) gevolgen van een ouderlijke scheiding ondervinden.

Tabel 2: Overzicht van risico- en beschermende factoren

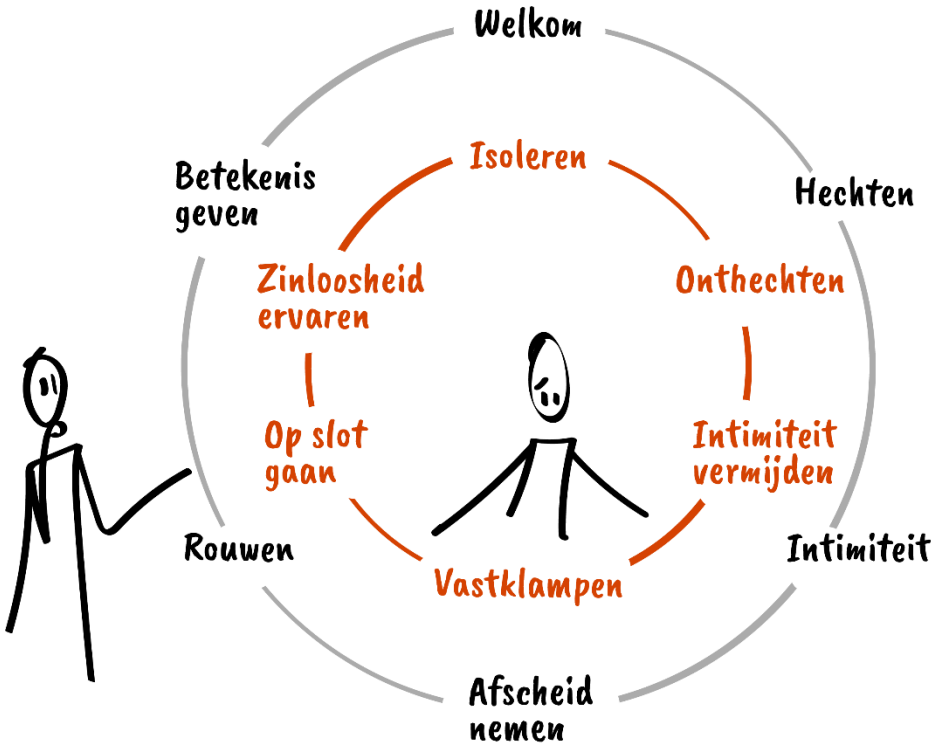
Risicofactoren	*Beschermende factoren*
Huiselijk geweld en kindermishandeling *Ernstige negatieve interacties tussen ouders* *Psychologische oorlogsvoering tussen ouders* *Ernstige langdurige ouderlijke conflicten* *(Een) Instabiele inwonende ouder* *Een slechte band met de inwonende ouder* *Het aantal bijkomende veranderingen zoals verhuizing, schoolverandering en nieuwe partners* *Financiële problemen (achteruitgang in sociaaleconomische status) en armoede* *Een slechte band met de uitwonende ouder* *Een slechte band met de stiefouder* *Mensen uit het netwerk van beide ouders die de strijd in negatieve zin beïnvloeden*	*Humor van de ouders* *Voldoende probleemoplossend vermogen* *Onderlinge genegenheid* *Oog en interesse voor de behoeften van het kind* *Positieve onderlinge communicatie* *Opgroeien in een veilige, warme gezinssituatie met regels en heldere structuur* *Een goede band met de inwonende ouder* *Een goede band met de uitwonende ouder* *Positief ondersteunende relatie met beide ouders na scheiding* *Geringe blootstelling aan ouderlijke conflicten* *Regelmatig contact met beide ouders* *Gedeelde zorglast waardoor minder risico op opvoedingsstress* *Kind ervaart profijt van kwaliteiten van beide ouders* *Steunend netwerk*

Ook het welzijn en functioneren van ouders die een complexe scheiding doormaken staat sterk onder druk. Een scheiding is een ingrijpende gebeurtenis die gepaard kan gaan met heftige emoties, onzekerheid en rouw. Binnen een gezin doorloopt ieder dit proces op een andere manier en in een ander tempo. Rouwprocessen komen eerder of later op gang, mede afhankelijk van wie de initiator is van de scheiding. Het nadenken over uit elkaar gaan is de eerste stap in dit rouwproces, terwijl de ander hier vaak nog niet van op de hoogte is.

In een scheiding buitelen verlies en conflict voortdurend over elkaar heen. Hierbij gaat vaak de meeste aandacht naar het conflict. Bij een complexe scheiding is alleen het conflict nog zichtbaar en is het verlies diep weggestopt omdat de ex-partners zich niet meer kwetsbaar willen opstellen naar de ander.[14] Het is belangrijk dat we als hulpverleners niet het gedrag (het strijden) gaan bestrijden, maar rouw en verlies erkennen, als ook toewerken naar het hanteren hiervan. De verliescirkel is een hulpmiddel om de verschillende stadia van rouw aan te geven en met de ouder te onderzoeken waar

[14] Rodenburg, T., & Vander Maarel, L., 2016. Vechten voor je scheiding. Een aanpak voor postrelationele rouw.

hij of zij zich (maar ook waar de ander zich) in dit proces bevindt[15]. De binnenste cirkel van verstoorde rouw laat zien wat er gebeurt als een rouwproces niet op de juiste manier verloopt en kan helpen om in kaart te brengen waar het rouwproces blijft hangen.



Figuur 3: De verliescirkel

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat bij bijna de helft van de complexe scheidingen een voorgeschiedenis is van partnergeweld. Bij heftig geëscaleerde scheidingen ligt dat percentage nog veel hoger, rond de 80 procent[16]. De Ruiter (2020) onderscheid vier verschillende typen van partnergeweld namelijk dwingende controle (ook wel intiem terreur genoemd), gewelddadig verzet, situationeel en wederkerig geweld en door scheiding uitgelokt geweld. Van belang is een zorgvuldige aanpak, gericht op het herkennen van huiselijk geweld, om kinderen en betrokkenen te beschermen en juiste interventies in te zetten.

Rondom huiselijk geweld en complexe scheidingen leven hardnekkige mythes. Deze mythes staan soms een zorgvuldige aanpak, waarbij de bescherming van kinderen en slachtoffers van huiselijk geweld centraal staat, in de weg. We noemen hier een aantal mythen.

- **'Bij scheiding stopt huiselijk geweld'.** Eén van de eerste misverstanden is dat vaak wordt gedacht dat als mensen gaan scheiden, dat ook het huiselijk geweld zal stoppen. Maar dat is niet (altijd) waar. Wanneer een relatie gekenmerkt wordt door jaloezie, bezitterigheid of controle, dan weten we uit onderzoek dat een (voornemen tot) scheiding het risico op partnerdoding verhoogt. Hier is juist extra bescherming nodig.
- **'Partnergeweld is altijd fysiek'.** Daarnaast wordt vaak gedacht dat partnergeweld uitsluitend bestaat uit (ernstig) fysiek geweld maar het blijkt dat psychisch geweld en gaslighting

[15] Fiddelaers-Jaspers, R., 2015. Met mijn ziel onder de arm. Tussen welkom heten en afscheid nemen, In de wolken, 3e druk.

[16] De Ruiter et al., C., 2020. De conflictscheiding als complexe gezinsproblematiek: waarom screening op huiselijk geweld essentieel is. Tijdschrift *Pedagogiek, 40* (2), 205–231.

(psychologische manipulatie waarbij iemand de waarheid verdraait om de ander steeds meer aan zichzelf te laten twijfelen) vaak voorkomen.

- **'Ouders hebben evenveel macht en zijn gelijkwaardig aan elkaar'.** 'Daar waar twee vechten, hebben twee schuld', is een bekende uitspraak. Er wordt vanuit gegaan dat ouders gelijkwaardig zijn en allebei een evenredig aandeel hebben in het tot stand komen van de complexe scheiding. Bij dwingende controle is dit niet het geval.
- **'Mediation helpt bij een complexe scheiding'.** Vaak wordt er bij een complexe scheiding mediation ingezet. De gedachte hierachter is dat ouders er samen uit moeten komen. Het probleem is echter dat mediation alleen werkt als beide ouders in staat zijn om samen te werken en bereid zijn om samen een oplossing te vinden. En dat is bij een geschiedenis van huiselijk geweld én het voortduren van huiselijk geweld na de scheiding juist vaak niet de realiteit.

3. Voordat je start als professional in het oppakken van casuïstiek

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 tonen. Ouders bieden kinderen optimale ontwikkelingskansen waarbij ze kinderen een veilige en liefdevolle zorg geven, kinderen ondersteunen en stimuleren in hun ontwikkeling.

Tussen kinderen en ouders ontstaat er een onverbrekelijke band tijdens de geboorte. Dit noemen we **existentiële of zijnsloyaliteit** gericht op beide ouders. Wanneer ouders scheiden blijven kinderen verbonden met en loyaal aan hun beide ouders. Wanneer deze scheiding conflictueus verloopt, kan dit de loyaliteit van kinderen onder druk zetten. Deze druk kan zo hoog worden dat het kind (onbewust) wordt gedwongen om te kiezen voor één van beide ouders zodat het van die ouder liefde kan blijven ontvangen, maar daar tegenover staat dat het kind het gevoel heeft de andere ouder te verraden. Dit noemen we **gespleten loyaliteit**. Het kind kan niet meer openlijk loyaal zijn, de loyaliteit van het kind naar de ouder die het afwijst gaat 'ondergronds'. We noemen dit een **onzichtbare of verborgen loyaliteit**. Dit vormt een bedreiging voor de ontwikkeling van kinderen.

Maar een goede relatie hebben en houden als ouders en partners is niet eenvoudig. Niet voor niets kiezen veel volwassenen in Nederland ervoor om hun relatie te beëindigen en uit elkaar te gaan, ook wanneer er kinderen bij betrokken zijn. Maatschappelijk heerst de opvatting, ook al ga je uit elkaar als liefdespartners, je moet met elkaar blijven samenwerken als ouders. Dit doet op ouders zelf een groot appel, maar ook op hulpverleners, om te werken aan herstel daarvan. We zien dat doelen in hulpverleningsplannen vaak gaan over het beter leren communiceren en samenwerken als ouders. Maar we zien ook dat precies dit ouders in een complexe scheiding vaak niet goed lukt door allerlei factoren. Het blijven richten op samenwerking en communicatie vergroot de kans op **overvraging** van ouders en het keer op keer opdoen van **faalervaringen**. Er wordt iets verwacht wat niet lukt. Ook hulpverleners ervaren hierdoor in hun werkwijze steeds meer onmacht en falen.

Voordat je als professional aan de slag gaat met complexe scheidingscasuïstiek, helpt het jezelf om de volgende vragen te stellen. Zie ook onze visual; 'Zelfcheck: reflectie voor de professional'.

De opvattingen en/of overtuigingen die wij hebben ten aanzien van scheiden, kinderen van gescheiden ouders, maar ook van strijdende ouders, beïnvloeden ons in onze kijk op en benadering van deze gezinnen. Het is belangrijk voor professionals zicht te hebben op hun eigen persoonlijke overtuigingen vaak gevormd door hun eigen socialisatie en levenservaringen. Weet jij hoe jij kijkt naar complexe scheidingscasuïstiek?

3.1 Elk gedrag heeft een goede reden; kun je dit onderzoeken zonder oordeel?

In het werken met gezinnen in een complexe scheiding richten we ons op rust en welzijn voor alle betrokkenen waardoor het kind veilig kan opgroeien en optimale ontwikkelingskansen heeft. Ouders in dit soort situaties lijken gedreven te worden door winnen of verliezen. Het richten op wie de schuld krijgt of heeft, óf wie gelijk krijgt of heeft, draagt niet bij aan een oplossing. Streef je naar gelijk of geluk? Van hulpverleners vraagt dit **ontschuldigend luisteren** en in gesprek gaan. Het gaat om inzicht verwerven hoe kinderen en ouders elkaar wederzijds beïnvloeden, hoe de interactiepatronen zijn ontstaan en samen onderzoeken wat helpend is. Waarom doen ouders en kinderen in een complexe scheiding wat ze doen. Hierdoor wordt inzicht gekregen in wat achter het 'moeilijk te hanteren' gedrag zit.

Ouders en kinderen uit een gezin in een complexe scheiding laten vaak moeilijk te verdragen, hanteren en begrijpen gedrag zien. Het risico om getriggerd te raken door dit gedrag is steeds aanwezig. Bijvoorbeeld wanneer een ouder blijft mailen, een ouder die ogenschijnlijk zonder 'goede' reden plotseling het contact verbreekt met zijn kind, ouders die vallen over elke punt en komma, de andere ouder blijft beschuldigen, of bijvoorbeeld niet mee wil werken, afspraken veelvuldig vergeet of uit contact gaat met de hulpverlener. Dit gedrag doet een groot beroep op de veerkracht van hulpverleners. In het werken met dit soort gezinssystemen is het belangrijk jezelf als hulpverlener, maar ook collega's met wie je samenwerkt goed te kennen, om dit moeilijk te verdragen gedrag te hanteren. Hiervoor is nodig zicht te hebben op waardoor jij geraakt wordt, wat je kwetsbaarheden zijn, wat je grenzen zijn, hoe je die kunt bewaken, wat je kunt doen wanneer je geraakt wordt en hoe je aandacht besteed aan zelfzorg en zorg voor elkaar.

Als professional krijg je voortdurend te maken met ouders die wantrouwend en hyperalert zijn. Ouders zijn op hun hoede. Welke hulpverlener is betrouwbaar, wie staat aan mijn kant?

Dit vraagt van professionals in de eerste plaats om **betrouwbaar te zijn**: doe wat je zegt, zeg wat je doet. Maar ook transparante, directieve en ondersteunende positionering helpt. Daar hoort taal bij als: 'Zo denk ik erover, zo kijk ik naar jullie situatie (visie), dit ga ik doen en dit ga ik niet doen (aanpak en mandaat).'[17]

Om je als professional te bewegen tussen deze dynamieken is **psycho-educatie** over complexe scheidingen voor jezelf van groot belang. Het geeft je inzicht in de redenen waarom ouders strijden:

- Het geeft de professional inzicht in waar ouders eventueel ondersteuning in nodig hebben zodat ze de strijd beter los kunnen laten.
- Machteloosheid van de professional over dat ouders blijven strijden kan lijden tot het gevoel van irritatie dat ze gewoon moeten stoppen. Inzicht in dat dat niet zo gewoon is, ondersteunt de hulpverlener in het verminderen van de machteloosheid, biedt aanknopingspunten voor hulp en maakt dat de professional zich beter kan identificeren met ouders waarom ze doen wat ze doen.
- Onderzoek en uitleg van de hulpverlener over dit thema geeft de ouder inzicht in wat maakt dat zij de strijd niet kunnen loslaten, maar hen in zijn greep houdt. Naast het ervaren van last, is inzicht de eerste stap naar verandering.

Op verklarende factoren voor dit gedrag wordt later ingegaan.

[17] Cottyn, L. (2013). De stem van het kind. Systeemtheoretisch Bulletin, 31, 285-311.

3.2 Overdracht en tegenoverdracht; welk appel wordt op jou gedaan?

Binnen de dynamiek van complexe scheidingen zullen ouders een beroep op jou als hulpverlener doen om de situatie te 'fixen'. Bij dit appel van ouders kunnen onbewuste processen als **overdracht en tegenoverdracht** ontstaan. Bij overdracht wordt onbewust een gevoel van verwachting van hoe de ander naar jou kijkt geprojecteerd: jij vult in hoe de ander naar jou kijkt en hoe de ander zich voelt jegens jou.

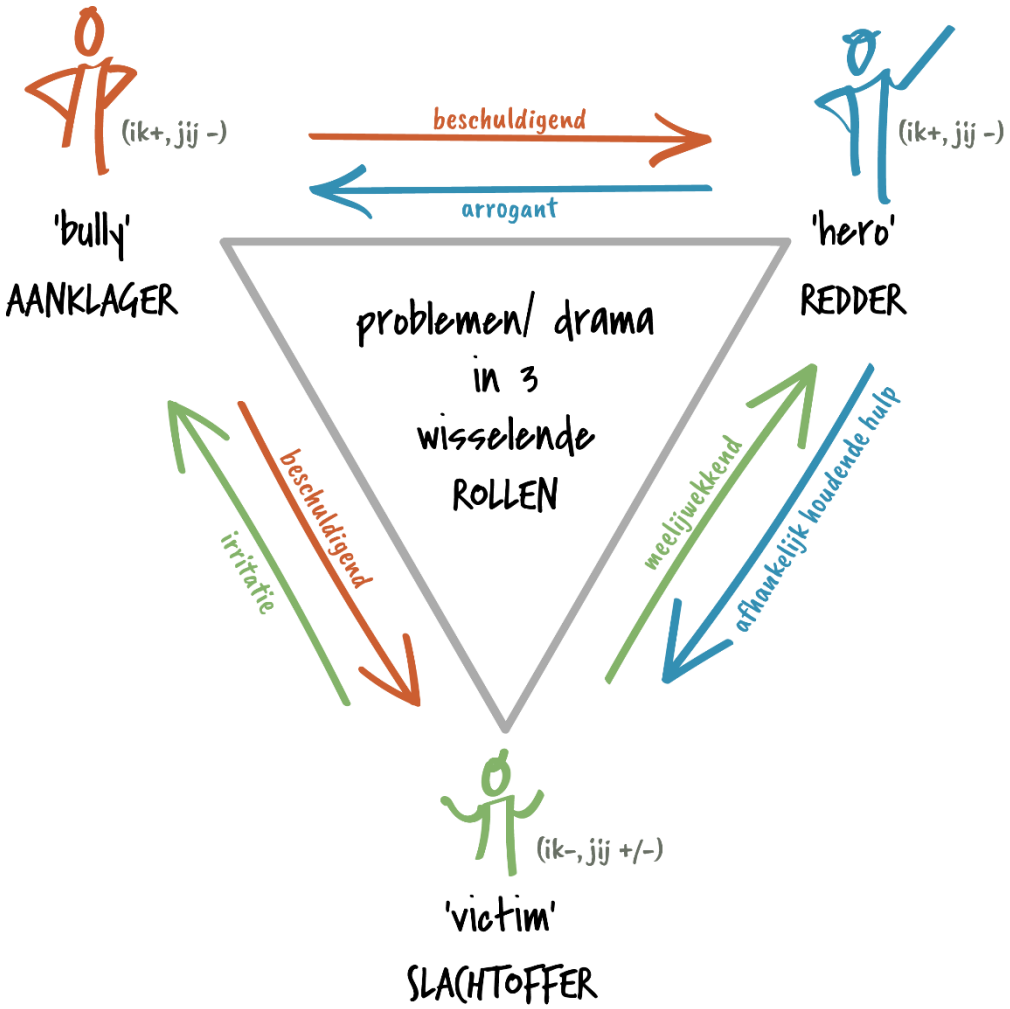
Binnen alle relaties die wij aangaan, en dus ook binnen een hulpverleningsrelatie, is altijd sprake van bewuste of onbewuste (tegen)overdracht. Daarom is het van belang dat degene die werkt in situaties waarin anderen afhankelijk van hem zijn, zicht krijgt op, mogelijk verstorende, overdrachtsgevoelens van cliënten en op zijn eigen, mogelijk verstorende tegenoverdracht als reactie[18]. Vooral in afhankelijkheidsrelaties kunnen reacties in allerlei vormen te maken hebben met oude gevoelens. Het gedrag is dan een onbewuste herhaling van gedrag uit eerdere situaties. Overdrachtsgevoelens spelen onbewust een rol tijdens het therapeutische proces. Zij kunnen het therapeutische proces verstoren wanneer zij niet bewust gemaakt worden. Dit kan bijvoorbeeld door middel van het benoemen van non-verbale signalen die je opmerkt bij de cliënt en deze samen te verkennen. Wat zegt dat signaal en waar komt de bijbehorende gedachte of gevoel vandaan? Wees als hulpverlener ook bewust van je eigen signalen/onderbuikgevoelens/vraagtekens en benoem deze, waar mogelijk, ook in het gesprek met je cliënt. Dit maakt je betrouwbaar, het normaliseert en bekrachtigt je oprechte interesse in het verhaal van de cliënt.

Acceptatie van deze gevoelens is belangrijk in de aanpak van (tegen)overdracht. Ten eerste acceptatie van jezelf, inclusief je eigen thema's, en ten tweede van je reactie op je cliënt en alles wat je daarbij voelt. Het bespreekbaar maken van signalen die wijzen op (tegen)overdracht werkt verhelderend kan (tegen)overdracht opheffen.

Een hulpmiddel in het herkennen en hanteren van (tegen)overdracht is de dramadriehoek, ontwikkeld door Stephen Karpman in 1986[19].

[18] Van Delft, F., (2020). *Overdracht en tegenoverdracht.* Een therapeutisch fenomeen vertaald naar alledaagse psychosociale begeleiding.

[19] Nieuwe dag, Coaching Rotterdam, (z.j.). www.nieuwedag.nl. Dramadriehoek van Karpman.



Figuur 4: de dramadriehoek

3.3 Een scheiding benaderen vanuit een meerzijdig betrokken perspectief

Het werken met gezinnen in een complexe scheiding vraagt veel van hulpverleners. In het krachtenveld van een chronisch conflict is het belangrijk dat een professional **lijden en onmacht** kan verdragen. Uit onmacht worden immers veel acties geboren die de strijd verergeren. Op het moment dat een hulpverlener de druk van strijd niet meer kan dragen, wijkt ze af van haar eigen welzijnspad. Dan wil iemand goedbedoeld de strijd oplossen door scheidsrechter te spelen of iemand gelijk te geven. De hulpverlener die de last van de helse conflictspiralen kan hanteren, verdraagt de gedachte dat het conflict en het pijnlijke verschil misschien onoplosbaar is en zoekt naar andere mogelijkheden om verder te kunnen.[20]

Wanneer ouders strijden bestaat het risico dat je als hulpverlener meegezogen wordt in het **schulddenken.** Kinderen zijn de dupe van een ouderlijke strijd. Automatisch worden vanuit dit perspectief kinderen slachtoffer. Dit doet een appel op hulpverleners om het kind te moeten beschermen en redden. Dit perspectief is niet ondersteunend in de benadering van gezinnen in een complexe scheiding, maar wakkert eerder polarisatie en strijd aan. Belangrijk is een scheiding altijd te bekijken en benaderen vanuit een **meerzijdig betrokken perspectief**. In het kader van complexe scheidingen spreken we liever over een meerzijdig betrokken perspectief dan meerzijdig partijdig perspectief, omdat het woord partijdigheid polariserend uitgelegd kan worden.

[20] Cottyn, L. (2013). De stem van het kind. Systeemtheoretisch Bulletin, 31, 285-311.

Een meerzijdig betrokken houding bereik je door mee te kijken vanuit alle betrokken perspectieven; vanuit het oogpunt van vader, vanuit het oogpunt van moeder, vanuit het oogpunt van het kind en vanuit het oogpunt van andere belangrijke betrokkenen. Door naast de betrokkene te staan en diegene te erkennen in zijn/haar gevoelens en emoties, waarbij het belangrijk is te realiseren en te benoemen dat erkennen niet hetzelfde is als gelijk geven.[21] Het te allen tijde heel laten van de andere ouder, bevordert welzijn van het kind (vrije loyaliteit), het de-escaleert en is gericht op welzijn en samenwerking. Ieder van het systeem krijgt een stem, erkenning geeft zelfvertrouwen en helpt bij zelfafbakening, iemand te zijn en van betekenis te zijn. **Zelfafbakening** is het in contact komen met de eigen behoeften en noden en deze kunnen realiseren, rekening houdend met het effect op de omgeving/op de ander, dus zonder de ander tekort te doen.

We noemen dit ook wel een **triadische positionering**. Een dergelijke triadische positionering werkt met een houding van **erkennende confrontatie**, een houding waarbij de cliënt steun ervaart, maar niet altijd gelijk krijgt. Deze houding van tegelijk steunen en confronteren maakt dat een professional een stevig bondgenootschap kan aangaan met een cliënt, zonder terughoudendheid en zonder hetzelfde te denken als de cliënt. Deze positionering biedt een waardevol gereedschap om als professional te balanceren tussen afstand en nabijheid, invoegen en toevoegen, inzoomen en uitzoomen

Figuur 5: Anders = Fout? Het is maar net vanuit welk perspectief je kijkt.

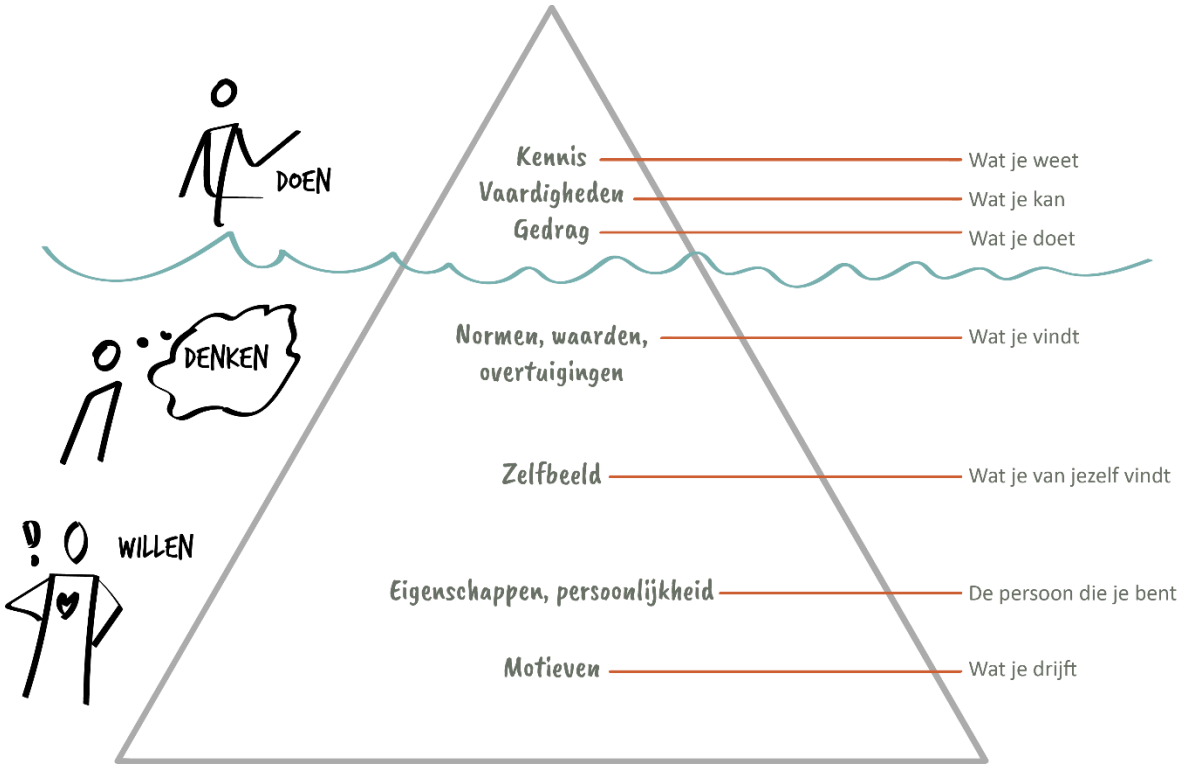
Bij een complexe scheiding kan een conflict gezien worden als een botsing tussen verschillende constructies (verhalen) van de werkelijkheid. Door conflicterende verhalen te onderzoeken kan er gezocht worden naar alternatieve verhalen voor het dominante conflictverhaal. Nodig ouders wanneer mogelijk ook uit om eens aan de andere kant te komen kijken, een ander perspectief te verkennen.

3.4 Van een strijdkader naar een welzijnskader

Als hulpverleners vertrekken we vanuit een welzijnskader in plaats van een strijdkader. Dit heeft invloed op de manier hoe we kijken en de taal die we gebruiken. De focus ligt op de zorg voor het kind en de zorg voor de ouder zelf evenals de verantwoordelijkheid van ouders voor hun eigen keuzes, eigen acties en aanpak. We spreken niet over rechten en plichten, maar over geven en nemen. Vanuit de hulpverlening spreken we van **verbindende taal, welzijnstaal of zorgtaal**. De

[21] Cottyn, L. & Interactie-Academie VZW. (2021). Complexe scheiding: uit de maalstroom van conflict, een systemische gids voor hulpverleners.

hulpverlener kan ouders stimuleren om te communiceren vanuit geweldloos verzet, waarbij bewust wordt stil gestaan bij wat er wordt gecommuniceerd (choose your battles), door wie er wordt gecommuniceerd (de ouder of het kind) en hoe er wordt gecommuniceerd (vanuit concrete wensen en behoeftes in plaats van verwijten). Het aanleren van deze nieuwe taal roept aanvankelijk weerstand op bij ouders. Het vraagt veel tijd en oefening van hulpverleners en ouders om deze taal onder de knie te krijgen. Het vraagt bewustwording van innerlijke mechanismen (het deel van de ijsberg onder water, Mc Clelland)[22] en voorkomen van instinctieve reflexen.



Figuur 6: De ijsbergmetafoor: het zichtbare gedrag, kennis en vaardigheden boven water, de onderliggende onbewuste diepere lagen van jezelf onder water

De professional kan de ouder ondersteunen door strijdtaal te herformuleren in welzijnstaal door vragen aan de ouder te stellen. Dit fenomeen heet **reframen**: een verschil maken tussen gedrag en intentie. Bijvoorbeeld de uitspraak van een ouder: 'Ik heb het recht om mee te beslissen of onze dochter extra danslessen gaat volgen. Als mijn ex mij niet informeert, stem ik hier niet in toe en betaal ik niet!'

Vragen in welzijnstaal:
Waar maak jij je als ouder zorgen over?
- Ik ben bang dat een extra dansles haar schoolwerk zal beïnvloeden (zorg)
- Ik besef dat ballet haar passie is en dat ze hiervan geniet en zich hierin kan uitleven (zorg)

Wat heb jij nodig als ouder?
- Ik wil een goede papa zijn en goede zorg bieden (behoefte)
- Ik wil mee kunnen beslissen over mijn kind. Ik wil als papa erkend en gerespecteerd worden (behoefte)

Wat voel je wanneer je niet geïnformeerd wordt? Op welke manier wil jij, als je dicht bij jezelf blijft hierop reageren?

[22] Segers, R. (2012). www.Robsegers.blogspot.com/2012/02/mcclelland.

- Ik vind het spijtig dat moeder me niet informeert, het maakt me boos maar ik laat me niet leiden door de boosheid op moeder, maar ik wil m'n verantwoordelijkheid nemen (verantwoordelijkheid nemen voor eigen reactie)

Wat zou jij beslissen over deze danslessen als je puur vanuit jezelf zou kunnen beslissen en enkel je dochter in beeld houdt?

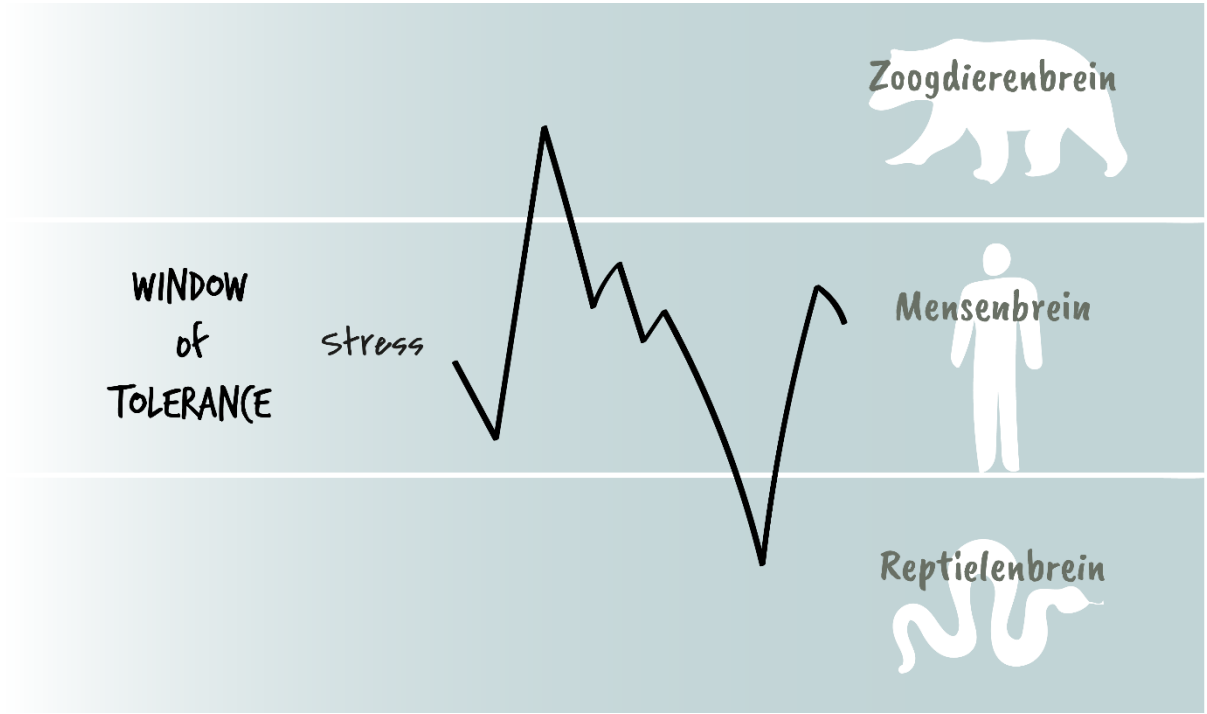
- Ik uit mijn bezorgdheid aan mijn dochter en luister naar wat zij van mij nodig heeft. Ik beslis nadien of ik betaal of niet en laat dit aan mijn dochter weten (verantwoordelijkheid voor eigen communicatie en beslissing)

Goede zorg en ouderschap na scheiding binnen een welzijnskader betekent het uitvoeren van de volgende taken:

- Verantwoordelijkheid nemen voor zichzelf, eigen reacties, beslissingen, communicatie
- Zorg geven aan zichzelf (eigen gevoel en behoeften serieus nemen)
- Zorg geven aan het kind (emotioneel, pedagogisch, praktisch)
- Bestaansrecht geven aan de andere ouder

3.5 Zonder kalm brein geen helder denken mogelijk

Gezinnen in een complexe scheiding ervaren vaak **chronische stress**. Deze chronische stress heeft effect op zowel de fysieke als mentale gezondheid van mensen. Triggers (gebeurtenissen die gedrag uitlokken) vanuit opgelopen kwetsuren spelen een belangrijke rol in de toename van stress. Daarnaast speelt verlies van een vaak belangrijke hechtingsfiguur (de partner) een rol in toename van stress. Een eerste belangrijke stap in het werken met ouders in een complexe scheiding is zoveel mogelijk te werken aan het creëren van een kalm brein. Hierbij is de **Window of Tolerance** bruikbaar[23].



Figuur 7: Window of Tolerance

[23] Valstar, K. (2021). www.horenzien.nl/blog/window-of-tolerance.

Vanuit een **kalm brein**, het mensenbrein met optimale arousel, 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. Wanneer de stress toeneemt en emoties als boosheid, irritatie en paniek de overhand krijgen schakelen mensen onbewust over naar het **zoogdierenbrein**. Dit is een stadium van overprikkeling, ook wel hyper-arousel genoemd. Reacties als vluchten en vechten krijgen de overhand. Bij onderprikkeling of hypo-arousel bevinden mensen zich in het reptielenbrein. Mensen bevriezen, dissociëren, zijn onderdanig, afgesloten en gevoelloos. Bij langdurige stress wordt de zone van optimale arousel steeds kleiner en neemt het zoogdierenbrein en reptielenbrein, het mensenbrein, steeds sneller over bij oplopende stress.

Door stress wordt het vermogen tot helder denken beperkt. Eigen overtuigingen en visie worden in het conflict steeds stelliger. Nuances verdwijnen en vijandige gedachten krijgen de overhand. Als een conflict langer duurt, wordt het probleem steeds meer in de persoonlijkheid van de ander gelegd. Omdat de ander steeds negatiever wordt beoordeeld, wordt de hoop op, en investering in verandering, moeizaam. De ander moet veranderen, niet ik![24] Ook voor de professional zelf is het van belang deze triggers te herkennen en te streven naar een kalm brein in het werken met gezinssystemen in een complexe scheiding.

Naast het verminderen van triggers, het reguleren van spanning en ontspanning kan **psycho-educatie** voor ouders een vorm van ondersteuning zijn die gericht is op het versterken of tijdelijk vervangen van deze cognitieve capaciteiten. Het doel van psycho-educatie is om ouders bewust te maken van de invloed die de stress op hun leven heeft en wat de invloed op hun rol als ouder is, zodat ze samen met de hulpverlener op zoek kunnen gaan naar manieren om ondanks de stress te werken aan een oplossing. Het doel van psycho-educatie is niet in eerste instantie het wegnemen van stress bronnen, maar het beter kunnen omgaan met de stress, zodat men in het hier en nu kan werken aan een lange termijn oplossing.[25]

4. Wat betekent dit voor je aanpak van een casus als professional?

4.1 Inzicht in waarom ouders blijven strijden en aanknopingspunten voor verandering

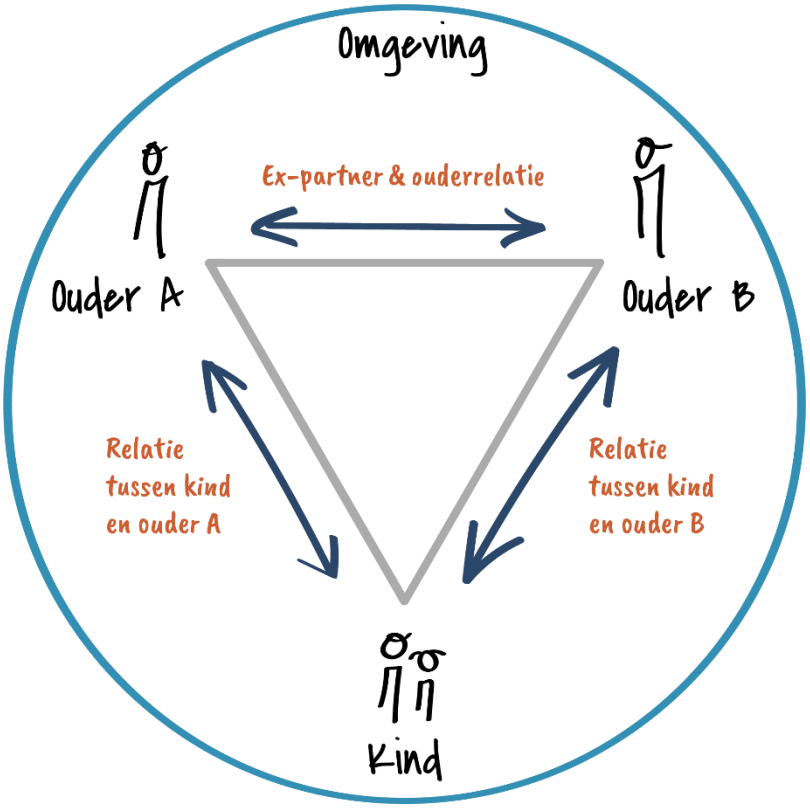
In een complexe scheiding kunnen een groot aantal met elkaar samenhangende, op elkaar ingrijpende en beïnvloedende factoren een rol spelen die samen een complex geheel vormen. Dit zijn (contextueel) systemische, relationele en individuele factoren (zie schematisch hieronder). Deze problemen kennen soms een transgenerationeel patroon, waarbij patronen en emoties de opeenvolgende generaties beïnvloeden en doorgegeven worden.

A. Elke *ouder* is verschillend en heeft zo zijn eigen problemen en mogelijkheden, zoals eigen hechting en socialisatie, persoonlijkheid(sproblemen), psychiatrische problemen, de wijze waarop omgegaan wordt met stressvolle omstandigheden, rouw, trauma's, middelengebruik en verslaving, beperkingen en chronische stress.
B. Ook elk *kind* is anders. Hierbij kun je denken aan de mogelijkheden om om te gaan met chronische stress, ontwikkeling(sproblemen) en stoornissen, temperament, rouw en trauma's.
C. De *ex-partnerrelatie en tevens ouderrelatie* en de daarbij in sommige gevallen voorkomende geweldsdynamiek, verloop van de ouderschaps(re)organisatie na scheiding, ex-partnerschapsproblematiek en destructieve communicatiepatronen.

[24] Van Lawick, J. & Visser M., (2019). Kinderen uit de Knel. Een interventie voor ouders, kinderen en hun netwerk verwikkeld in een conflictscheiding.

[25] Jungmann, N. (2020). Stress-sensitief werken in het sociaal domein, Inzichten en praktische handvatten voor hulp- en dienstverleners.

D. De *relatie van het kind met ouder 1 en ouder 2*; waaronder de hechtingsrelatie, loyaliteit, opvoedvaardigheden, parentificatie, een ouder-kindrelatie met te grote betrokkenheid en afhankelijkheid (symbiose) en mishandeling en/of verwaarlozing. Hierbij is het goed te kijken naar de relatie en rol voor, tijdens en na de scheiding. Ook nieuwe partners kunnen een rol spelen in de ouder-kindrelatie en opvoedrelatie.
E. De factoren in de *omgeving* van het gezin die vaak een rol spelen, zoals een netwerk wat de andere ouder voortdurend beschuldigd (demoniseren), het toernooimodel in rechtsspraak waarbij partijen tegenover elkaar staan, wettelijk gedeeld gezag waar ouders maatschappelijk op aangesproken worden terwijl communicatie en samenwerking als ouders niet (voldoende) lukt, maatschappelijke verwachtingen rond scheiding en ouders, maatschappelijk hoge geluksnorm, verwachting van maakbaarheid succesvol opgroeien en opvoederschap, prestatiedruk/hoge eisen in onze samenleving, toename individualisering.



Figuur 8: Systemische triade

Deze factoren hangen met elkaar samen en grijpen op elkaar in. Het maakt dat het hele systeem vaak gevangen zit in patronen. Ouders blijven strijden en kinderen kiezen in deze strijd regelmatig partij door de enorme knel waarin ze zich bevinden. Het is niet een kwestie van een keuze om te stoppen met de strijd en de onwilligheid deze op te geven.

Een andere benadering tegen het maatschappelijke appel in: rust creëren en welzijn van ouders en kinderen versterken

Wanneer we spreken over ouders in een complexe scheiding hebben we het over ouders die blijven strijden. Deze ouders zijn niet (voldoende) in staat om de transformatie van partners naar ex-partners met gedeeld ouderschap goed door te komen. Deze groep vraagt om een andere benadering die aansluit bij wat wel veranderbaar is en op korte termijn meer **rust en welzijn creëert**. Het uitgangspunt is de triggers onder het conflict te minimaliseren. Dit kan gerealiseerd worden door te richten op zo minimaal mogelijke samenwerking en communicatie, het richten op zichzelf als

ouder en het kind. Het versterken van krachten in plaats van het richten op wat niet werkt. De focus op de weg van welzijn in plaats van de weg van strijd. Hiervoor zijn duidelijke afspraken over de zorgregeling en spelregels met betrekking tot de communicatie een belangrijke voorwaarde.

Belangrijk is dat omstanders en hulpverleners betrokken bij gezinnen in een (complexe) scheiding vanaf het moment dat een scheiding, maar ook relatieproblemen, zich aandienen, zich bewust zijn van het effect van hun acties en reacties. Dragen acties en reacties bij aan de-escalatie en rust en welzijn van iedereen. Wat is het effect van mijn handelen, wat is het primaire maar ook secundaire effect? Een voorbeeld hiervan is dat wanneer je de ene ouder een advies geeft hoe zich op te stellen in relatie tot de andere ouder (primaire effect) van invloed is op hoe die andere ouder vervolgens gaat reageren daarop (secundaire effect). En wat betekent dit vervolgens voor het kind? Wees je bewust van de systemische samenhang van een gezin. In de systeemtheorie wordt ook wel gesproken van **circulaire causaliteit**: de wederzijdse beïnvloeding.

Voorwaarde is dat ook de context van ouders, zowel informeel als formeel, dit nieuwe perspectief ondersteunen en uitdragen. Acties van alle betrokkenen zijn gericht op rust en welzijn van ouders en kinderen. Ze doen er alles aan de triggers onder het conflict te minimaliseren. Dit vraagt van professionals onderling af te stemmen over de visie op complexe scheidingen en de daarbij aansluitende aanpak en benadering.

Het netwerk van ouders gaat vaak mee in de strijdcontext. We spreken spreekwoordelijk in dit kader wel van ‘supporters’ en ‘hooligans’. Beiden bieden steun, echter de één voedt het conflict en de ander niet. Dit wordt ook wel **demonisering** genoemd: het doelbewust negatief afbeelden van een zaak of persoon met als bedoeling de mening van anderen over het onderwerp te beïnvloeden. Ouders in een complexe scheiding doen vaak een beroep op omstanders voor erkenning van hun perspectief. Erkennen is echter niet hetzelfde als gelijk geven. Als hulpverleners, maar ook als ouders en kinderen, hebben we deze supporters hard nodig om het welzijnsperspectief te laten groeien en vast te houden.

Ook het netwerk vraagt aandacht van de hulpverlener in opgelopen kwetsuren en het creëren van een ander haalbaar en heilzaam perspectief, het welzijnskader gericht op rust en welzijn voor alle betrokkenen. In dit kader spreekt Beckers (2016) in zijn artikel over het netwerk als antigif bij hoog-conflicten na scheiding[26]. Hij belicht het belang van het verkennen en werken met de vele ‘stemmen’ in het netwerk van gescheiden ouders. Hij beschrijft mogelijkheden om dit ‘parlement aan stemmen’ te gebruiken door het sociale netwerk te betrekken in de samenwerking met ouders. Er is sprake van een relationele verbondenheid in het denken en doen van ouders. Het is voor ouders ingewikkeld en soms zelf onmogelijk om zich te herpositioneren, als de ouder daarmee deloyaal wordt of zich vervreemdt van betekenisvolle anderen om hem heen. Belangrijk is deze betekenisvolle verbindingen te behouden, terwijl en ondanks dat zij samen met de hulpverlener werken aan een constructievere ouderpositie. De hulpverlener kan dit doen door rechtstreeks met het netwerk te werken maar ook door met de ouder zelf te reflecteren op de druk vanuit het netwerk en wat hem steunt. Door deze steun te bespreken met het netwerk kan de effectieve steun vergroot worden doordat het netwerk als het ware emotioneel toestemming kan geven voor herpositionering van de ouder.

De visie van de context (het netwerk) van een gezin slaat direct terug op hoe de ouder zichzelf toestaat te voelen, denken en handelen. De sociale context heeft een niet te onderschatten invloed

[26] Beckers, W., (2016). Netwerkversterking als antigif voor de strijd bij hoog-conflicten na scheiding. Systeemtheoretisch bulletin (3).

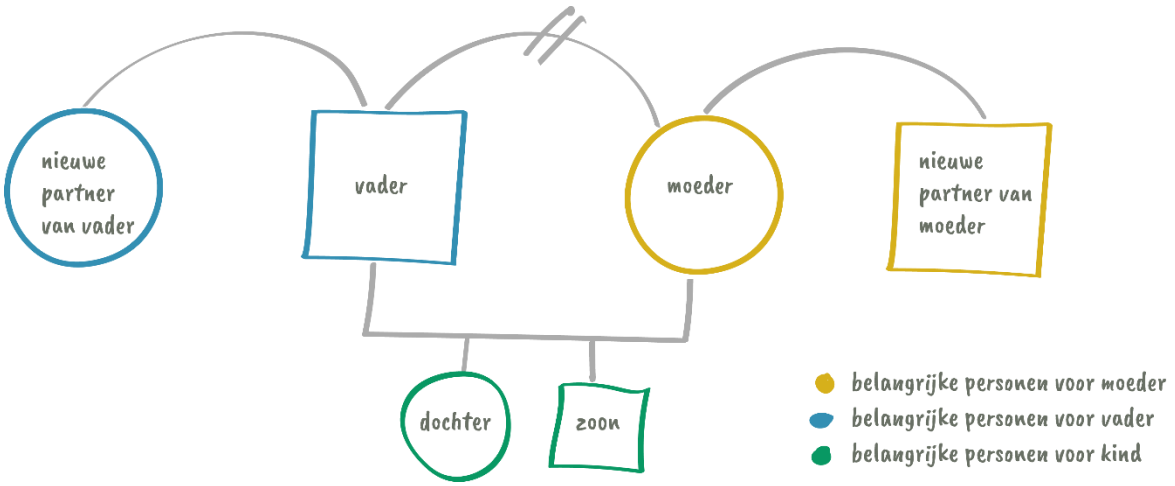
op de goedkeuring die je jezelf geeft over je gevoelens, ideeën en gedachten over een verlies of conflict.[27]

Kinderen een stem geven bij een scheiding over hoe zij de situatie ervaren en wat hun wensen en behoeften zijn is erg belangrijk.[28] Een stem geven is echter niet hetzelfde als laten beslissen. Kinderen willen niet kiezen tussen hun ouders, al spreken ze regelmatig wel hun voorkeur uit over de ene of de andere ouder, vaak zelfs bij iedere ouder een ander verhaal. Dit kan te maken hebben met zorgen die kinderen over hun ouders hebben ten gevolge van de scheiding, de knel waarin ze zich bevinden door de strijd met als gevolg onveiligheidsgevoelens en de loyaliteit die ze vanuit voorgaande willen bevestigen naar beide of één van beide ouders.

Het serieus nemen van kinderen vraagt van professionals hen tegemoet te treden als een **volwaardige actor**. Een kind is in principe in staat strijdpatronen van zijn ouders te begrijpen en af te bakenen. Kinderen kunnen verward raken door tegenstrijdige gedragingen en verhalen van ouders, omstanders en ook henzelf. Ze raken in de war als ze denken dat hun ouder met hen bezig is, terwijl deze met zichzelf bezig is. Ze kunnen verward raken over hun eigen aandeel in de strijd. Het reflecteren met kinderen op deze complexe patronen en inzichtelijk maken welk aandeel het kind zelf heeft in het conflict en welk aandeel niet, is leerzaam voor kinderen. De hulpverlener belicht meervoudige perspectieven dat mensen verschillende betekenissen kunnen geven aan dezelfde gebeurtenis. Door een besef van al die verhalen kan het kind een eigen coherent verhaal gaan maken. Dit coherente verhaal verhoogt de greep op het leven van een kind. Het kan een andere manier gaan ervaren en een andere taal leren spreken om met de ruzie tussen zijn ouders om te gaan. Hierdoor wordt het probleemoplossend vermogen van kinderen vergroot en kan het risico op loyaliteitsproblematiek, parentificatie en oudervervreemding afnemen. Kinderen hebben (wel of niet bedoeld) invloed op de strijd van hun ouders.

4.2 Visualiseren wat er speelt

In de begeleiding van ouders en kinderen in een complexe scheidingssituatie kan het helpend zijn, voor zowel ouders en kinderen als de hulpverlener zelf, om visueel te maken wat er nou precies gebeurt in zo'n scheidingsproces.



Figuur 9: Genogram

[27] Rodenburg, T., & Vander Maarel, L., 2016. Vechten voor je scheiding. Een aanpak voor postrelationele rouw.
[28] Cottyn, L. (2013). De stem van het kind. Systeemtheoretisch Bulletin, 31, 285-311.

In de basis zijn er twee personen met ieder hun eigen karakter, uiterlijke kenmerken en achtergrond welke zijn weergegeven met de kleuren geel en blauw. Deze personen hebben ooit een relatie gekregen en uit deze relatie zijn kinderen voortgekomen. Door de komst van kinderen zijn ouders naast hun partnerrelatie nog een andere relatie aangegaan, namelijk die van ouders. Wanneer blauw en geel met elkaar worden gemengd krijgen we groen, de kleur die voor het kind en de ouderschapslijn gebruikt wordt. Een kind wordt dus in principe geboren in een groene wereld waarin het in contact is met zowel papa als mama. Wanneer ouders uit elkaar gaan krijgt het kind te maken met enerzijds een blauwe wereld als het bij vader is en anderzijds een gele wereld als het bij moeder is. De groene wereld is er niet meer, terwijl het kind zelf groen is en blijft; het heeft immers zowel blauw als geel in zich vanuit erfelijkheid en opvoeding. Dit vraagt van ouders dat zij in een al stressvolle periode oog houden voor hun kind. Dat ouders in hun woorden en gedrag de andere ouder 'heel' laten en kunnen verdragen dat het kind een stukje geel meebrengt in de blauwe wereld en andersom. Het verdragen dat het kind zijn groene identiteit mag blijven tonen daarin gezien en erkend wordt en openlijk loyaal kan blijven aan zowel de gele als de blauwe wereld. Van kinderen vraagt dit om zich te voegen naar een gele en een blauwe wereld en hun "groene ik" vast te houden en mee te nemen naar beide werelden. Dit draagt bij aan een evenwichtige persoonlijkheidsontwikkeling van kinderen die opgroeien bij gescheiden ouders.

Vervolgens kan aan de hand van het genogram visueel gemaakt worden hoe de verschillende familiegeneraties zijn opgebouwd. Zijn er nieuwe partners, half-broertjes en -zusjes, eerdere relaties van ouders, spelen grootouders een belangrijke rol en zijn ouders mogelijk zelf ook opgegroeid met gescheiden ouders?

Met behulp van het genogram kan een tijdlijn worden geschetst. Wanneer zijn ouders bij elkaar gekomen, hoe hebben ze elkaar leren kennen, was de komst van kinderen een bewuste keuze, wanneer kwam de scheidingsmelding en wie heeft daar initiatief toe genomen, zag de andere ouder dit aankomen, hoe ging het daarna? Voor ouders kan dit helpend zijn omdat het orde schept in de chaos die ze vaak ervaren. Voor de hulpverlener helpt het bij de analyse en creëert het zicht op het verloop van de relatie en het verbreken daarvan en de mogelijk ontstane, niet helpende patronen.

4.3 Eerst samen onderzoeken, daarna pas 'hulpverlenen'

Het is belangrijk inzicht te krijgen in welke factoren, zowel krachten, problemen en beperkingen, een rol spelen in de problematiek in die specifieke complexe scheidingssituatie en de onderlinge samenhang in beeld te krijgen. Samen met ouders (individueel) inzicht creëren in wat er speelt en waar de aanknopingspunten liggen voor rust en welzijn. Dit inzicht geeft houvast en hoop op verandering.

Het 7-factorenmodel (ook wel verklarende analyse genoemd) kan hierbij helpen.[29] Dit vraagt van de professional om niet direct in de helpende stand te schieten, maar eerst een helicopterview te pakken. Wat gebeurt er nu echt, waar komt dit gedrag vandaan en waar leidt het toe? Wees transparant over deze opstelling; ouders komen regelmatig met de verwachting dat ze binnen twee weken al gericht aan de slag zullen zijn met het probleem waar ze voor komen. Ouders hebben vaak al veel hulp gehad en het gevoel dat niets heeft geholpen, door helder te zijn over wat de ouder wel en niet van je kan verwachten voorkom je opnieuw een faalervaring.

Dit vraagt van de professional een milde basishouding, erkenning van opgelopen kwetsuren zonder verwijten en realistische verwachtingen met een duidelijke positionering en koers. De koers is

[29] Van Leeuwen, H., & Geeraets, M., 2022. Vakbekwaam redeneren in de jeugdhulp.

gericht op veranderen wat haalbaar is, op waar de ouder zelf invloed op heeft, het minimaliseren van triggers en investeren op wat bijdraagt aan rust en welzijn.

Het is van groot belang dat de hulpverlener ouders en waar mogelijk ook kinderen uitnodigt tot samenwerking en betrekt bij besluitvorming (rondom de in te zetten hulp) gedurende het hulpverleningsproces; **shared decision making**. Hun ervaringen, hun kijk op de problematiek en de oplossing ervan vormen het uitgangspunt voor de afwegingen die de professional maakt. Actieve deelname van ouders en kind bevordert bovendien het effect van de hulpverlening. We noemden al eerder de invloed van chronische stress op het kalme brein wat maakt dat de hulpverlener niet altijd de voorkeur van ouders en jeugdige volgt. In zo'n geval is het belangrijk dat de hulpverlener duidelijk maakt waarom hij een andere keuze maakt. Wederom is verwachtingsmanagement belangrijk, wees helder over wat de cliënt van je kan en mag verwachten.[30]

Blijf met ouders reflecteren op de samenwerking en stel bij. Vraag na elk contact of de ouder/ouders zich voldoende gehoord hebben gevoeld, of het is gegaan over datgene waar het over moet gaan en of ze de samenwerking als voldoende prettig ervaren.[31]

Blijf je constant bewust van je eigen verantwoordelijkheden als professional; het ondersteunen van ouders in het transitieproces van een partnerrelatie naar een ouderschapsrelatie. En laat de verantwoordelijkheden die bij ouders horen bij hen liggen, zij zijn en blijven zelf verantwoordelijk voor de zorg voor zichzelf, eigen reacties, beslissingen en communicatie en de zorg voor het kind.

Belangrijk is te beseffen dat de factoren die een rol spelen in het ontstaan en in standhouden van een complexe scheiding verder reiken dan de expertise van een jeugdprofessional. De aanpak van complexe scheidingsproblematiek vraagt vaak een domeinoverstijgende expertise, denk bijvoorbeeld aan persoonlijke problematiek van ouders. Maar scheiden levert vaak ook problemen op wat betreft wonen en financiën.

4.4 Scheiden vraagt om ouderschapsreorganisatie; toe naar de nieuwe werkelijkheid

Ouderschapsreorganisatie is het ontwikkelen van een nieuwe strategie na de scheiding om het ouderschap functioneel te laten verlopen. In deze strategie wordt aangesloten bij de ontwikkeling en mogelijkheden van het kind en van de ouders.

Elke scheiding, hoe complex ook, gaat door dit proces heen. De beweging van oud naar nieuw. Een scheiding is daarmee een transitieproces, ofwel een overgangsperiode, waarbinnen de partnerrelatie wordt losgelaten en de ouderschapsrelatie transformeert naar een nieuwe vorm.

De scheiding wordt ingezet wanneer mensen voelen dat een situatie niet kan blijven bestaan, maar zij nog niet weten wat er gaat komen. De nieuwe situatie moet zich gaandeweg gaan ontvouwen. Er is alleen een urgentie tot verandering. Doordat de processen van afbouw en opbouw tegelijkertijd gaan lopen, ontstaat er een situatie van chaos. Het oude is niet langer werkbaar, het nieuwe nog grotendeels onbekend.

Wanneer een scheiding complex wordt, dan stagneert dit transitieproces. Ouders moeten hun partnerrelatie ombouwen naar een gedeelde ouderschapsrelatie, waarbij ze zich opnieuw tot elkaar moeten verhouden en tegelijk het oude partnerschap, zowel emotioneel als zakelijk afhechten.

[30] Richtlijn/onderbouwing, scheiding en problemen van jeugdigen, richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming (2020). Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen.

[31] Scott D. Miller, Barry L. Duncan & Lynn Johnson, 2002. Session Rating Scale, www.scottdmiller.com.

Totdat ze het transitieproces doorlopen hebben, zitten ze in een tussenfase, de chaos. De transitie wordt voltooid als ouders voorbij het kantelpunt zijn. Dit kantelpunt bestaat uit de overgang van strijd naar harmonie, of in ieder geval verdragen van de verschillende perspectieven van elkaar. Dan faseert het oude uit en wordt het nieuwe bestendigd. De voltooiing van de transitie wordt bemoeilijkt omdat er tegelijkertijd tegengestelde belangen als partner zijn en gezamenlijke belangen als ouders. De tegengestelde belangen nodigen uit tot een strijd waarbij gewonnen en verloren kan worden (praktisch) of gelijk of ongelijk verkregen kan worden (emotioneel). Het gezamenlijk belang als ouders vraagt om behoudt van harmonie, de tegengestelde belangen als ex-partners zorgen voor strijd. Strijd en harmonie kunnen echter niet tegelijkertijd bestaan.[32]

Wanneer een scheiding complex verloopt treedt rolverwarring op tussen ouderschap en ex-partnerschap. Het conflict verlamt als het ware de rol van het ouderschap. Dit heeft effect op het opvoeden en de daarin essentiële balans tussen steunen, stimuleren en sturen. Ieder kind heeft in meer of mindere mate, afhankelijk van zijn persoonlijkheid en ontwikkeling, deze drie naast elkaar nodig van zijn ouders om evenwichtig op te kunnen groeien. Na scheiding bestaat het risico dat ouders gevoed vanuit schuldgevoelens te veel gaan compenseren. Wanneer de ene ouder meer gaat zorgen en beschermen kan de andere ouder reageren met meer sturing vanuit de gerichtheid op balans in het opvoederschap. Ook deze verschillen kunnen het conflict tussen ouders maar ook tussen ouders en kinderen weer voeden. Dit geeft vaak ook voeding aan het loyaliteitsconflict van kinderen.[33]

Na een scheiding is het in het belang van kinderen om contact te hebben en behouden met beide ouders. Kinderen die contact verliezen met een ouder lopen op langere termijn het risico problemen te ontwikkelen in het vertrouwen in zichzelf en de ander, hechting en regulatie van spanning en emoties. Dit kan op de langere termijn uitmonden in identiteitsproblemen en persoonlijkheidsproblematiek.

In het contact met ouders en kinderen in een complexe scheiding staat veiligheid altijd op de eerste plaats. Veiligheid in contact met ouders na scheiding kan onder druk komen te staan door geweld in de partnerrelatie, waar het kind mogelijk getuige of zelfs onderdeel van is geweest. Problematiek bij een ouder kan resulteren in onbegrijpelijk en onvoorspelbaar gedrag voor kinderen en de ouder kan beperkingen ervaren in de mogelijkheid voldoende aan te sluiten of af te stemmen op de behoeften van het kind. Voor de scheiding werd dit vaak gecompenseerd door de andere ouder. Ook de emotionele beschikbaarheid van ouders die in een chronische strijd verwikkeld zijn is beperkt. Hierdoor reageren ouders niet (altijd) voldoende sensitief en responsief. Dit kan kinderen een onveilig gevoel geven. Tenslotte kunnen kinderen in een complexe scheiding een dusdanige knel ervaren dat ze zichzelf buiten de strijd plaatsen en ten gevolge daarvan één ouder afwijzen.

Omdat het belang van contact met beide ouders groot is, vraagt dit van de professional creativiteit en een lange adem om dit contact op een veilige manier toch te realiseren en de belemmeringen voor zover mogelijk op te heffen of verminderen tot een aanvaardbaar niveau. Contact kent vele vormen en gradaties. Ondanks dat ouders mogelijk problemen, stoornissen of beperkingen kennen, blijven ze altijd ouders en is het contact waardevol voor een kind, mits dit veilig verloopt.

De strijd tussen ouders, verwikkeld in een complexe scheiding, wordt vaak gevoed vanuit zorgen die een ouder heeft over het welzijn van hun kind in de wereld van de andere ouder. Door middel van

[32] Scheiden zonder schade, Pilotteam specialist contactverlies, 2022. Rapport van het Pilotteam specialist contactverlies: Scheiden van de waarheid op weg naar een duurzame oplossing.

[33] Maes, V. (2021). Blijven staan ondanks de storm: Handleiding voor hulpverleners.

strijd proberen ze invloed op de andere ouder uit te oefenen, om de andere ouder te veranderen of te raken. Deze vaak langdurige strijd levert echter vaak meer gevoelens van frustratie en machteloosheid op omdat de invloed op de ander beperkt tot nihil is. Hierdoor nemen de zorgen toe en worden emoties gepaard gaande met de scheiding vaak alleen maar heftiger. De strijd heeft een negatieve uitwerking op het welzijn van de ouder zelf, de andere ouder en het kind.

Om dit inzichtelijk te maken kan gebruik gemaakt worden van de **cirkel van invloed** en betrokkenheid. De cirkel van invloed gaat over de zaken waar ouders daadwerkelijk invloed op hebben: hun eigen gedrag, reacties en keuzes. Daaromheen staat de cirkel van betrokkenheid, die alle zaken omvat waar ouders zich zorgen over maken, maar waar ze niet direct invloed op hebben. Door inzicht in dit onderscheid kunnen ouders hun energie en invloed gerichter inzetten.

De wijze waarop het ouderschap het beste vorm kan krijgen en het beste aansluit bij kinderen is afhankelijk van de mogelijkheden en beperkingen van ouders na de scheiding om samenwerking vorm te geven.[34]

Het is belangrijk bij een complexe scheiding om in beeld te krijgen of er sprake is en was van huiselijk geweld in de (ex)partnerrelatie. Bij intiem terreur of stalking is het daarbij sterk af te raden om gezamenlijke oudergesprekken te voeren. De dreiging gaat door tijdens de gesprekken en het versterkt als het ware de complexe scheiding. Ook mediation is dan niet geschikt. Het lijkt in deze gevallen beter om de mogelijkheden voor parallel ouderschap te onderzoeken.

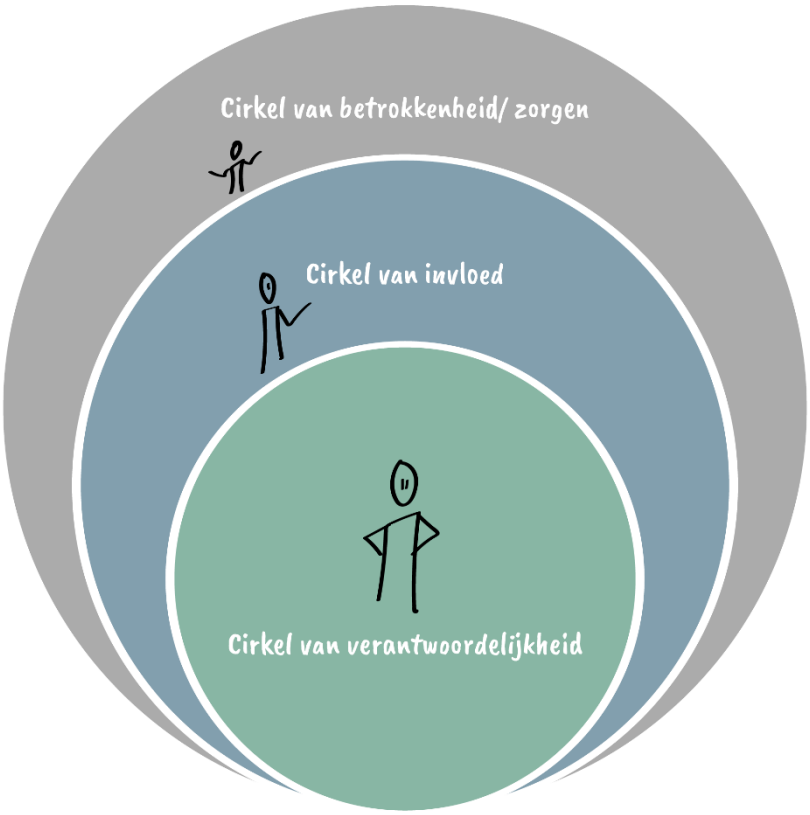
4.5 Haalbaarheid van oplossingen: realisme aanbrengen

Op basis van bovenstaande is duidelijk geworden dat complexe scheidingsproblematiek niet zomaar even op te lossen is. **Het is geen kwestie van normaal gaan doen en jezelf reguleren, het is geen kwestie van alleen willen.** Complexe scheidingen kennen een veelheid aan factoren die dit probleem doen ontstaan en in stand houden. Deze factoren grijpen op elkaar in en beïnvloeden elkaar. Vergelijk het met een kluwen wol, heb je het uiteinde gevonden en trek je eraan, dan trekt je de kluwen vaster, in plaats van dat hij afrolt. Het is de kunst als hulpverlener de kluwen te ontrafelen door er ruimte in te creëren, door goed te kijken en luisteren. Wat speelt er allemaal en waar liggen mogelijkheden en aanknopingspunten. En, kennis over complexe scheidingen is onontbeerlijk.

Hierbij is enige realisme op zijn plaats, het is een complexe puzzel, en de mogelijkheid om aan oplossingen bij te dragen, hangt met vele factoren samen, waar we niet altijd (evenveel) invloed op hebben. Belangrijk is hierin verwachtingen van ouders en kinderen, maatschappelijke verwachtingen maar de ook de verwachting naar jezelf als professional goed te managen. Niet alles is oplosbaar en goed genoeg is soms als heel veel. Rust en welzijn en niet meer blootgesteld worden aan de chronische strijd is dan het hoogst haalbare in een complexe scheidingssituatie.

Net als geldt voor ouders kunnen hulpverleners gebruik maken van de **cirkel van verantwoordelijkheid, invloed en betrokkenheid.**

[34] Kelly, J.B. (2007). Children's living arrangements following separation and divorce: Insight from empirical and clinical research, Family Press



Figuur 10: cirkel van verantwoordelijkheid, invloed en betrokkenheid

Reflectie op deze drie cirkels helpen je in zelfafbakening (keuzes maken en grenzen bepalen) in je handelen als professional in relatie tot kinderen en ouders in een complexe scheiding. Reflecteer in je handelen als hulpverlener steeds op:

- **Je betrokkenheid:** alles waar jij tijd en aandacht aan schenkt als mens. Alle zaken waar je je zorgen om maakt of betrokken op voelt.
- **Je invloed:** Zaken waarop je invloed hebt. Heb je vanuit je professionele rol invloed op deze zaken? Je hebt niet op alles, waar je betrokken op bent, invloed.
- **Je verantwoordelijkheid:** 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.

5. En wanneer de strijd dan toch voortduurt.....

Ook kinderen hebben de mogelijkheid vaardigheden te ontwikkelen en versterken om om te leren gaan met vervelende ervaringen en zich zo goed mogelijk staande te houden in een chronisch strijd, waarbij de storm niet gaat liggen.

Het uitgangspunt blijft dat ouders zelf verantwoordelijk zijn en blijven voor opvoeding van hun kinderen. Ouders verwikkeld in een complexe scheiding doen dit in principe ook vanuit de beste intenties en hun beste kunnen. Echter door interne en externe factoren wordt dit bij een complexe scheiding bemoeilijkt. Ouders hebben uiteindelijk alleen invloed op zichzelf, al richten ze al hun energie vaak op beïnvloeding van de ander.

De vraag naar hulp, ondertoezichtstellingen, maar ook ingrijpen van de rechter bij complexe scheiding is erg groot. Wat draagt hieraan, naast specifieke kenmerken van de problematiek nog meer aan bij? Psychische problemen bij jongeren zijn niet toegenomen, dus waar komt die toename van jeugdzorggebruik dan vandaan?[35] Een verklaring lijkt te liggen in de hoge geluksnorm. Deze norm maakt dat het steeds minder vanzelfsprekend is om om te gaan met alledaagse problemen en ingrijpende gebeurtenissen, en de moeite die het kost hiermee om te gaan. De maatstaven waar mensen aan moeten voldoen, door toegenomen prestatiedruk, liggen hoog. Opvoeden en opgroeien is verworden tot een onderneming waaraan hoge eisen gesteld worden. Er zijn hoge verwachtingen van de maakbaarheid van succesvol opgroeien en opvoeden. Het gebruik maken van hulp vormt steeds meer een onderdeel van het gewone leven in de hoop dat die hulp de pijn en stress verzacht, die horen bij opgroeien en opvoeden. Die verwachtingen komen niet uit als ouders gaan scheiden.

Het is voor ouders (maar ook hulpverleners) moeilijk te verdragen dat kinderen en ouders opgroeien in moeilijke omstandigheden of herhaaldelijk worden geconfronteerd met problemen of beperkingen. Echter de veerkracht van ouders en kinderen ontwikkelt zich wanneer zij met problemen geconfronteerd worden en deze (zelf of met hulp van naasten) kunnen hanteren of overwinnen zonder al te veel uit evenwicht te raken of te herstellen. Dit is een nuttige vaardigheid die in de rest van het leven van pas komt wanneer iemand opnieuw geconfronteerd wordt met moeilijkheden.

Ook onze eigen denkbeelden over maakbaarheid, de geluksnorm en succesvol zijn als professional spelen een rol in hoe we ons in de hulp bij complexe scheidingen verhouden tot kinderen en hun ouders. Het is goed ons hiervan bewust te zijn, zonder hiermee de (ernstige) gevolgen voor kinderen in een complexe scheiding uit het oog te verliezen.

[35] Van Yperen, T, Vande Maat, A. & Prakken, J. (2019). Het groeiend jeugdzorggebruik: Duiding en aanpak. NJI.

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

ZELF(HE(K: Reflectie voor de professional

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. Deze plaat helpt om dan een stap naar achteren te doen en een casus vooraf of situaties tijdens het werk te beschouwen.

Rust en reflectie organiseren is 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? Hoe blijf ik meervoudig betrokken?

Wat doen COMPLEXE SCHEIDINGEN met jou?

Wanneer word jij geraakt door strijdende ouders?

In welke situaties verlies jij je balans?

Hoe veerkrachtig voel je je op dit moment om met deze casuïstiek aan de slag te gaan?

Kun je verdragen wat er speelt en dat je het niet (meteen) op kunt lossen?

Is er rust en ruimte om veerkrachtig te blijven?

Wat is jouw PROFESSIONELE NORM?

Wanneer vind je dat je het goed doet als hulpverlener in een scheidingscasus?

Wat zie je als jou verantwoordelijkheid?

Hoe zit dat in deze specifieke casus?

Wat vraagt dat van jezelf?

Wat doe je als professional aan ZELFZORG?

Zorg jij goed voor jezelf als professional?

Hoe ga je om met je eigen overtuigingen, kwetsbaarheden en gevoelens?

Welke rol speelt je professionele OMGEVING?

Heb je collega's waar je terecht kunt bij vragen?

Kunnen zij je helpen onderzoeken waarom welke emoties bij je worden opgeroepen?

Zijn er collega's die naar je omkijken en die het signaleren als er iets speelt?

Spreken zij je aan, of geven zij je ongevraagd advies?

www.VISUALSINPROGRESS.nl

SAMEN ONDERZOEKEN WAT WERKT

Het vraagt TIJD

Als het makkelijk op te lossen was, was dat al gebeurd.

We gaan samen zorgvuldig kijken wat kan en wat nodig is.

We richten ons op WELZIJN & RUST

Ons doel is om een samenwerkingsrelatie op te bouwen. En om met elkaar te kijken:

Wat is er nodig voor het welzijn en de rust van de kinderen? En voor de ouders?

Hoe kun je dat vormgeven in jullie nieuwe situatie?

samen met de KINDEREN

Kinderen hebben invloed op het conflict. We betrekken hen op een manier die bij hen en bij hun leeftijd past.

SPANNING proberen te verminderen

Als er sprake is van strijd kijken we wat je kunt doen om de stress te verminderen.

Wat maakt dat de spanning oploopt? Hoe kunnen we dat voorkomen?

Hoe zorg je als ouder goed voor jezelf? Wie kan helpen?

VEILIGHEID staat voorop

Bij geweld of gevaarlijk gedrag moeten we iets anders doen.

We maken afspraken over de veiligheid. Als dat niet lukt ga ik met andere professionals in gesprek om de zorgen te bespreken.

We gebruiken een meldcode.

De HULPVERLENER kiest geen partij

Het gaat er niet om een schuldige aan te wijzen, maar om samen te onderzoeken hoe jullie verder kunnen. Daarbij let ik op taal:

- We gebruiken geen strijdtaal, maar we spreken vanuit wensen.
- Verschillende perspectieven kunnen naast elkaar bestaan.

we gebruiken KENNIS om te helpen

Ik geef psychoeducatie om samen te begrijpen wat er speelt. En om te kijken wat je kunt doen.

Bijvoorbeeld om de spanning te verminderen. Of om er meer te zijn voor je kind.

We KIJKEN door meerdere brillen

We gebruiken modellen die helpen om samen zicht te krijgen op de situatie:

- Hoe gaan jullie met elkaar om?
- Wat speel er binnen jullie gezin en binnen jullie bredere netwerk?
- Hoe gaat het met jou als ouder?

Is IEDEREEN aan BOORD?

Ik heb jullie mandaat nodig om samen te onderzoeken wat er speelt.

Ik check steeds of iedereen zich gehoord voelt en we bepalen steeds samen de volgende stap.

www.VISUALSinPROGRESS.nl

© Dit document is gemaakt door een leergroep complexe scheidingen vanuit het Project Toekomstscenario Regio Centraal Gelderland. Professionals die energie hadden om met elkaar kennis en kunde bij elkaar te voegen en samen op te trekken in het vraagstuk hoe deze complexe casuïstiek te lijf te gaan.

Lonneke van Geffen, Entrea Lindenhout

Malou van Essen, Entrea Lindenhout

Sofie Poelmann, Kind Centraal

Roy Meinicke, Jeugdbescherming Gelderland

Jur den Breejen, Jeugdbescherming Gelderland

Maike de Jong, Stichting Wijkteams Arnhem

Mirjam Simmering, Stichting Wijkteams Arnhem

Laura Huting, gemeente Overbetuwe

Sjoerdtje Meijering, gemeente Wageningen

Annelieke Groot Zevert, Raad voor de Kinderbescherming

Yvonne van der Doelen, Raad voor de Kinderbescherming

Marcel Pormes, Voorzitter Jeugdbeschermingstafel regio Arnhem

Lindcy Spijkerbosch, Veilig Thuis Gelderland Midden

Mirjam Brussen, projectleider Toekomstscenario Kind- en Gezinsbescherming regio Centraal Gelderland (mirjam@sennelar.nl)