

Kinderen uit de knel

Een interventie voor gezinnen verwikkeld in een vechtscheiding



Auteurs: Justine van Lawick en Margreet Visser

Uitgever: SWP

Tweede herziene druk 2015

Aantal pagina's: 174

Prijs: € 29,40

EAN: 9789088506314

Door Sietske Dijkstra

Intieme relaties zijn van cruciaal belang in ons leven als belangrijke bron van vreugde, geborgenheid en groei. Maar relaties zijn ook kwetsbaar: ze kunnen ons beknotten, kwetsen of in gevaar brengen. Relaties doen pijn als ze aan trauma raken of wanneer ze reden zijn voor ernstig en langdurig conflict. De vaak hoge verwachtingen van beginnende relaties lijden later regelmatig schipbreuk midden op zee. Scheiding komt veel voor in de westerse wereld: een op de drie huwelijken strandt, nog meer relaties worden verbroken. In Nederland hebben jaarlijks ongeveer 70.000 inwonende kinderen te maken met scheiding. Complexe scheiding, door sommigen 'vechtscheiding' genoemd, is voor veel sociale professionals een hardnekkig probleem dat in de top drie scoort van lastige sessies. In de cursussen complexe scheiding die ik bij de RINO geef aan orthopedagogen, psychologen, maatschappelijk werkers en gedragsdeskundigen proberen we gezamenlijk te leren van (vastgelopen) casussen. Hoe ga je om met strijdende ex-partners die de andere ouder als oorzaak van alle problemen aanwijzen, tegenstrijdige verhalen vertellen over de scheiding en de opvoeding of de andere ouder een van internet gehaalde stoornis toedichten?

Hoe krijg je ouders gezamenlijk verantwoordelijk als het conflict alsnog groter wordt? Hoe ga je om met gevoelens van tegenoverdracht: teleurstelling, onbegrip en soms ronduit frustratie en machteloosheid? Hoe krijg je beweging in een complexe scheiding? En vooral: hoe zorg je dat het welzijn en de veiligheid van de kinderen niet uit het oog verloren worden als zij laten zien dat ze zich verscheurd voelen door het leven in twee werelden?

Boek, aanpak en meer

Het boek en het gelijknamige aanbod *Kinderen uit de knel. Een interventie voor gezinnen verwikkeld in een vechtscheiding* voorziet in een behoefte aan betere behandelresultaten bij ouders en kinderen in situaties van complexe scheiding. De ervaren, door de praktijk geknede auteurs uit het Lorentzhuis en het Kinder- en Jeugdtraumacentrum vonden elkaar in de ontwikkeling van deze vernieuwende en unieke groepsgewijze aanpak. In het programma doorlopen zes families, ouders en kinderen parallel aan elkaar acht groepsbijeenkomsten. Sinds het boek halverwege 2014 verscheen, volgden de ontwikkelingen elkaar snel op. Er is een opleiding gestart van twee dagen inclusief drie supervisiebijeenkomsten en intussen wordt de interventie op veel plaatsen in Nederland aangeboden. Ook vindt er bijstelling van het aanbod plaats. Er bestaat bovendien in het buitenland veel belangstelling voor het toepassen van deze de-escalerende benadering. Daarin is het vooral aan ouders om een verandering door te maken die meer veiligheid biedt voor de kinderen. De kinderen zijn niet in therapie.

De toon van het boek is praktisch, bevlogen, nuchter en diepgaand. De compact beschreven theorie richt zich op de schade die wordt toegebracht aan (voorheen) intieme relaties door voortdurend conflict. Het behandelt: 1. destructieve interactiepatronen; 2. de effecten daarvan op kinderen; 3. traumareacties, de-escaleren en uitleg over de schadelijke werking van chronische stress.

De interventie biedt behalve deze nog uit te breiden theoretische verhandeling een draaiboek van de sessies, veel praktische

oefeningen, een website www.kinderenuitdeknel.nl en helder uitgelegde psycho-educatie over destructieve communicatiepatronen, bescherming tegen de fnuikende werking van stress en de noodzaak van kalmeren. Stress is van invloed op de hartslag, de bloeddruk, en maakt het lichaam gereed om te vechten, te vluchten of te bevriezen. Relevant is dat er parallel aan de interventie bij de VU onderzoek wordt gedaan naar de doorontwikkeling en het effect van de interventie.

Relevante inzichten

De interventie *Kinderen uit de knel* raakt een belangrijke snaar. Het boek biedt inzichten die de handelingsverlegenheid bij

Veiligheid en welzijn kinderen in focus

Het tweede inzicht is de heldere beschrijving van hoe kinderen verstrikt kunnen raken in de destructieve communicatiepatronen van hun ouders. Het baanbrekende werk van Villa Pinedo focust specifiek op de stem van opgroeiende kinderen van gescheiden ouders (zie www.villapinedo.nl). De ondermijnende communicatie tast de behoefte aan veiligheid van kinderen aan. Ze raken verscheurd door deze dubbele werkelijkheid met alle gevolgen van dien. Kinderen kunnen zich ogenschijnlijk aanpassen en timide worden; ze kunnen ook opstandig zijn en rebelleren. Voor een derde groep is de strijd rond de scheiding zo onleefbaar dat ze in de waarheid van één ouder gaan wonen.

Gevoelens kun je niet dwingen, maar positieve gedachten over de andere ouder kun je sturen

professionals helpt te verkleinen. Doel van de interventie is om het aantal 'vechtscheidingen' te verminderen en verergering van de problemen te voorkomen. Ik benoem vijf verschillende inzichten:

Hete emoties afkoelen en stress kalmeren

Het boek biedt inzicht in wat uit elkaar gaan van partners tot een hevige strijd kan maken. Angst en oplopende boosheid spelen daarin een cruciale rol. Deze hete emoties verhinderen je je te verplaatsen in de denk- en gevoelswereld van de ander en bemoeilijken het mentaliseren. Bovendien kunnen pijnlijke ervaringen uit eerdere relaties en het verleden daarin heftig resoneren. Deze hardnekkige strijd leidt ertoe dat emoties niet goed (meer) kunnen worden gereguleerd en dat het primitieve brein van de hersenstam wordt geactiveerd. De zogenaamde *window of tolererance* wordt door de oplopende spanning kleiner waardoor de irritatie en allergie ten opzichte van elkaar toenemen. Ex-partners zijn door deze negatieve interactiespiraal minder in staat om te reflecteren op hun eigen gedrag. Ze beschrijven elkaar als slechte ouder en de spanning loopt verder op. Deze strijd drukt zich ook uit in een verschillend verhaal over de scheiding. Bewijzen dat de ander gek, vreemd, gestoord, agressief of slecht is, wordt ook door de Amerikaanse psychoanalytica Jessica Benjamin benoemd als een dyadisch, frequent voorkomend en schadelijk interactiepatroon bij conflicten, *a pingpong dynamic*.¹

De auteurs schenken veel aandacht aan kalmerende technieken. Ze maken inzichtelijk dat herkenning en kalmering van signalen van het lichaam bij stress, juist ook bij deze groep ouders en kinderen, verlichting brengen.

Interessant is dat de auteurs dit interactiepatroon niet benoemen als ouderverstoting, het *parental alienation syndrome* of als kindervervreemding. Ze labelen dit verschijnsel als *oudervervreemding*; de ene ouder vervreemdt zich bewust van de andere ouder met wie ze samen kinderen kregen door de andere ouder te verstoten en te demoniseren. De kinderen zijn geen aanstichter van dit diskwalificatieproces, aldus de auteurs, zij kopiëren het gedrag van de verstotende ouder vanuit een overlevingsmechanisme. Verzoening tussen de ouders en normalisering van het contact is nodig om dit proces te keren. Vandaar dat *Kinderen uit de knel* twee onvoorwaardelijke eisen aan ouders stelt bij deelname: 1. het stopzetten van juridische procedures; 2. het erkennen van het niet-onderhandelbare gezamenlijke ouderschap.

Oefening helpt om te veranderen

Het derde inzicht is dat de krachtige oefeningen ouders en kinderen helpen om deze destructieve patronen in te zien, te stoppen en om te buigen. Zoals de auteurs schrijven, gevoelens kun je niet dwingen, maar positieve gedachten over de andere ouder kun je sturen. Krachtig is bijvoorbeeld de uitwerking van de oefening waarbij drie ouders, zittend op kinderstoeltjes, zich verplaatsen in een kind, terwijl andere volwassenen in de groep als ouderparen staand boven hun hoofd ruzie maken. Vanuit hun positie als kind geven de volwassenen vervolgens aan wat ze voelen en waar ze het in hun lichaam voelen, daarna volgen de reacties van de anderen. Te zien is dat de volwassenen die kind zijn in elkaar krimpen, de ogen naar beneden richten en mentaal en psychisch proberen te ontsnappen. Oefeningen in de kindergroep zijn gericht op het expressie geven en reguleren van gevoelens: de landingsoefening, over de streep, de emotiebus en muziek worden uitvoerig in het boek uitgelegd. Daarmee heeft het boek grote toegepaste waarde.

Heldere aanwezigheid

Rustige en heldere aanwezigheid. Dit vierde inzicht spruit voort uit specifieke aanwijzingen voor de opstelling van professionals. Deze presente en kalmerende houding ontleenden de auteurs onder andere aan het werk van de Israëlische Haim Omer, onder andere over het omgaan met gezag, *nieuwe autoriteit* genoemd.² De begeleiders oefenen met de ouders en leggen nieuw gedrag van hen onder een vergrootglas. Kindertherapeuten hebben een vriendelijke, volgende en optimistische houding. Als de ouders beter samenwerken, ontstaat er meer ruimte voor nuance en soms beter contact met de ouder die eerder werd afgewezen.

Veiligheid als werkwoord

Verantwoordelijkheid voor veiligheid neerleggen bij de ouders en zorgen bespreken, dat is het vijfde inzicht dat wordt gedeeld. De auteurs merken op dat veel ouders die in een vechtscheiding verwickeld zijn veel verlieservaringen kennen en dikwijls traumatische jeugdervaringen achter de rug hebben. Verfrissend is dat de auteurs niet voor risicotaxatie pleiten, deze zou juist de spanning vergroten en vertekenen door de escalerende strijd. Bovendien is een risicotaxatie nog

nerrelatie soms wel helpen ontwarren, maar soms ook niet. Er is immers meer dan één patroon van vechtscheidingen waar te nemen. Een scheiding kan na lange tijd of na een ultrakorte relatie ontstaan. Er kan wel of geen (voortdurend) geweld aan voorafgaan. En soms ook leidt het scheidingsproces zelf tot geweld. Een langdurig conflict over de wijze waarop het ouderschap vorm dient te krijgen kan ontstaan terwijl de ex-partners nauwelijks relationele ervaring met elkaar hebben opgedaan. Het lijkt me van belang om in de interventie onderscheid te maken tussen deze varianten. Het is de vraag of kinderen uit de knel voor al deze ex-paren met kinderen de beste oplossing is. En hoe verloopt een vechtscheiding zonder dat er kinderen bij betrokken zijn? Het lopende onderzoek kan mogelijk ook een scherper licht werpen op de diversiteit en de vraag wat wanneer werkt en bij wie. Interessant in dit verband is wat VU- hoogleraar Catrin Finkenauer beschrijft in haar oratie, *The good, the bad, the ugly* (2013). Zij stelt, in lijn van de Amerikaanse onderzoeker Baumeister, dat bepaalde negatieve omstandigheden, zoals armoede, geweld in gezinnen en trauma, de zelfcontrole verlagen. In dergelijke permanent negatieve omstandigheden kan de energie om jezelf te beheersen opraken. Finkenauer wil met haar onderzoeksprogramma een

Ik vroeg me af waar de demonen uit de ex-partnerrelatie blijven

geen behandeling. Risicosignalen worden in direct contact met de ouders besproken. De methodiek is erop gericht om vooral de mogelijkheden van ouders om te de-escaleren aan te spreken zodat er meer veiligheid ontstaat voor de kinderen, elkaar en zichzelf. Op deze wijze kan er een meer ontspannen thuis ontstaan. Ouders zijn en blijven verantwoordelijk voor de veiligheid van de kinderen. Er wordt feitelijk gevolgd wat ze gedaan hebben en of de zorgen zijn afgenomen.

Kritische reflectie

Dit boek verdient dus waardering en lof. Naast alle verdiensten stuitte ik al lezend op enkele vragen en bedenkingen. Deze gaan over de verhouding tussen de ex-partnerrelatie en het ouderschap, de verdieping van ouderschap en machtsongelijkheid en geweld.

Ex-partnerrelatie en ouderschap

De interventie gaat vooral in op het gezamenlijke ouderschap na een scheiding. Ik vroeg me af waar de demonen uit de ex-partnerrelatie dan blijven, aangezien het schadelijke communicatiepatroon vooral tijdens en na de partnerrelatie is ontstaan. Het lek zit dus daar. Kun je je dan wel uitsluitend op het ouderschap richten – de veilige omgeving scheppen voor de kinderen – en de onveiligheid in de ex-partnerrelatie tussen haken plaatsen? Wellicht kan dit terugduwen van de ex-part-

brug slaan tussen relatieonderzoek en onderzoek naar trauma en mishandeling. Onderzoek naar goede relaties levert inzichten op naar wat er misgaat in slechte relaties en biedt ook inzicht in wat er nodig is om te herstellen na mishandeling en langdurig conflict.

Verdieping van ouderschap

Leidt kinderen uit de knel ook tot ouders uit de knoop? Bij de aandacht voor het gezamenlijke ouderschap en de notie dat het bij de verstrikking gaat om verdeeld of complex ouderschap mis ik in het boek vooral een meer diepgaande uitwerking van wat ouderschap is. Ouderschap is immers geen synoniem van opvoeden. Hoe drukt het besef van verantwoordelijk zijn zich uit bij een complexe scheiding? Het werk van Van der Pas over ouderschap zou hier helpend kunnen zijn, evenals de in de praktijk ontwikkelde buffertheorie die de laatste jaren steeds meer handen en voeten krijgt en beschreven wordt in *Ouderschapskennis*.³ Deze omvat vier bufferprocessen: solidariteit, taakverdeling, metapositie en goede ouder-ervaringen.

In een problematische scheiding komen goede ouderervaringen en empathie door de strijd onder druk te staan. Stress verhindert het bereiken van een metapositie om daarmee op grond van de ervaringen het ouderschap bij te stellen en aan te passen. Ook kleeft er een serieuze beperking aan de tweede

buffer van de taakverdeling doordat ouders apart van elkaar ouderen. Co-ouderschap is in de praktijk vaak parallel ouderschap. De solidaire houding van de maatschappij en het netwerk ten aanzien van scheiding is niet bijzonder groot, al weten we ook dat scheidingen helaas veel voorkomen. De rol van de solidaire sociale omgeving zou interessant zijn om verder uit te werken zonder hiermee de strijd aan te wakkeren. Wellicht dat de benadering van Signs of Safety, in de jeugdzorg in Nederland bekend als Veilig opgroeien, op dit punt versterking kan bieden in de wijze waarop een sociale omgeving niet alleen een bron van zorg maar juist ook een bron van steun kan zijn. Hoe kun je familie, vrienden en het sociaal netwerk informeren en beter positioneren?

Machtsongelijkheid en geweld

De kracht van de interventie is het ontmantelen van schadelijke communicatiepatronen, om het demoniseren inzichtelijk

verbreken van de partnerrelatie doorgaan of ontstaan en is dus moeilijk te corrigeren. Ook is het aannemelijk dat deze vaak ernstige en gevaarlijke vorm van geweld leidt tot meer ziekenhuisbezoek, politiemeldingen en vlucht naar de vrouwenopvang. Deze specifieke scheidingsproblematiek met ernstig geweld in de voorgeschiedenis en/of na het verbreken van de relatie vraagt speciale aandacht. Het lijkt me belangrijk dat zowel de praktijkervaring met de interventie als het lopende onderzoek helpt verhelderen voor wie de interventie niet geschikt is en om de veiligheid ook van volwassenen nog beter te doordenken.

Het is belangrijk om aandacht te schenken aan herstel van relaties na een scheiding door te normaliseren en het vertrouwen te versterken, zodat kinderen en hun ouders, nu als ex-partners, na een moeilijke periode weer verder kunnen groeien. Professionals kunnen bij deze moeilijke faseovergang

De kans dat de pleger het schadelijke partnerpatroon kan doorbreken in een behandeling wordt zeer klein geacht

te maken en te doen stoppen. Met demoniseren bedoelen de auteurs dat beide partners elkaar beschuldigen en zwartmaken. Ze stellen dat toegepast geweld vaak wederkerig is, maar is dit ook zo? Waar is dit op gebaseerd? Op ervaring of ook op onderzoek? Wat als de ene ouder aanvalt en de ander afweert? Het is van belang om de rol van gender en macht hier nauwlettender te onderzoeken en het effect dat de kinderen zich meestal voegen naar de machtigste ouder en het dominante verhaal. Verder is het van belang na te gaan hoe stress in zulke situaties beter valt te reguleren. Het kan ook zijn dat er een voorgeschiedenis van geweld voorafging aan de scheiding en/of dat er sprake was van eenzijdig geweld. Dat dit patroon regelmatig voorkomt, blijkt uit het feit dat een op de drie huisverboden binnen een jaar na dato heeft geleid tot een scheiding. Naast een melding bij de politie zijn ook bezoek aan de eerste hulp en een opname in de vrouwenopvang belangrijke indicatoren voor meestal ernstig geweld. Is de interventie geschikt wanneer geweld eenzijdig wordt toegepast en de machtsongelijkheid tussen partners groot is? Welke rol speelt psychopathologie hier? De Amerikaanse onderzoeker Michael Johnson heeft overtuigend laten zien dat er vier patronen zijn van partnergeweld.⁴ Hij geeft aan dat er in geval van *intimate terror of coercive control* sprake is van grote machtsongelijkheid. De kans dat de pleger dit schadelijke partnerrelatiepatroon kan doorbreken in een behandeling wordt zeer klein geacht. Het dreigen, intimideren, controleren en geweld plegen kan na het

helpen, bijvoorbeeld met deze interventie. Bij dit optimisme past ook een relativering. Het aan banden leggen van chronische conflicten betekent beperken van de schade door escalatie en het erkennen van soms grote machtsongelijkheid. Dit kan partnergeweld zijn dat voorafging aan de scheiding of emotionele en soms fysieke mishandeling die tijdens en na de scheiding opvlamde. Soms is parallel ouderschap dan het best haalbare en kan het nodig zijn om tot eenhoofdig gezag of begeleide omgang over te gaan.

Noten

- 1 Jessica Benjamin sprak op de tweedaagse conferentie in april, georganiseerd door de Universiteit van Humanistiek samen met Waardenwerk, zie www.uvh.nl > actueel > agenda > 21 april 2015.
- 2 Zie <http://people.socsci.tau.ac.il/mu/haimomer>.
- 3 www.ouderschapskennis.nl.
- 4 M. Johnson, *A Typology of Domestic Violence: Intimate Terrorism, Violent Resistance, and Situational Couple Violence*, Boston: Northeastern University Press 2008.



Over de auteur

Sietske Dijkstra, onderzoeker en docent bij bureau Dijkstra, is als onderzoeker rondom complexe scheiding en geweld verbonden aan het lectoraat Werken in een gedwongen kader van de Hogeschool Utrecht. Ze promoveerde in 2000 op een onderzoek naar de betekenisgeving van geweld in de kindertijd op relaties met partners, kinderen en leden uit het gezin van herkomst. Van 2007 tot 2014 was ze lector huiselijk geweld.