

## Oog voor kinderen in (echt)scheidingsituaties

Kinderen van gescheiden ouders ervaren gemiddeld twee keer zoveel problemen in de ontwikkeling als kinderen uit intacte gezinnen. Ook op school en klas heeft dit effect: onrust, verdriet en andere emoties brengt het met zich mee.

In onderstaand artikel lees je hoe je als school en als leerkracht deze kinderen het beste kunt begeleiden en krijg je vijf tips die je direct kunt toepassen.

Veel scheidingen gaan helaas nog steeds gepaard met angst, onzekerheid, stress of agressie. Gelukkig kunnen scheidingen ook in goed overleg met elkaar verlopen. In beide situaties zorgt de scheiding voor grote veranderingen en speelt loyaliteit een rol. De situatie is vaak overweldigend, ongewenst en onverwacht voor het kind.

Elk jaar krijgen ongeveer 70.000 kinderen, waarvan 60.000 minderjarig, te maken met een scheiding.

Het lijkt soms heel 'gewoon' in onze maatschappij omdat een scheiding steeds meer geaccepteerd wordt, maar de negatieve gevolgen voor kinderen nemen niet af.

Begeleiding of hulp voor deze kinderen is nog niet altijd vanzelfsprekend.

Dat maakt deze kinderen tot een onderschatte risicogroep.

Er zijn wereldwijd veel onderzoeken verricht naar de gevolgen van een scheiding voor kinderen. De nadelige gevolgen die kinderen ondervinden zijn niet alleen op het moment dat ze nog kind zijn, maar ook na een aantal jaren en zelfs tot op latere leeftijd.

Een scheiding kan bij kinderen zorgen voor slechtere schoolprestaties, onderpresteren, gedragsproblemen, sociale problemen en emotionele problemen. Er zijn ook kinderen waarbij je aan de buitenkant niks merkt. Zij gaan juist extra hard werken en hun best doen om goede cijfers te halen. Kinderen blijven dan met veel vragen en gedachten in hun hoofd zitten.

Gevolgen van een door kinderen niet goed verwerkte echtscheiding op langere termijn zijn: een lager eindniveau van de opleiding, een lager inkomen, een groter eigen scheidingsrisico, een groter risico op depressie inclusief een groter beroep op de hulpverlening, en een zwakker wordende band met de (ouder wordende) ouders.

Een derde van de kinderen uit scheidingsituaties krijgt te maken met ernstige gevolgen als oudervervreemding, loyaliteitsconflicten, en parentificatie, waarbij het kind verantwoordelijk wordt (gemaakt) voor het ouderlijk welbevinden. Het kind wordt en/of voelt zich geroepen om zorgen en taken die bij de ouderrol horen op zich te nemen. Op latere leeftijd kan het kind hier op uiteenlopende wijze nare gevolgen van ondervinden.

Een scheiding is voor kinderen een enorm ingrijpende gebeurtenis.

De school is dan een stabiele en veilige factor waar het kind op kan bouwen in een tijd waar al zo veel verandert. Rust en regelmaat zijn dan belangrijke factoren.

Je kunt op school zeker niet alle problemen van kinderen oplossen. Toch kun je als school en als leerkracht een belangrijke rol spelen om een positieve bijdrage te leveren aan de situatie van het kind.



Het hoeft niet zo te zijn dat kinderen nadelige gevolgen van de scheiding ondervinden, maar zonder vroegtijdige begeleiding is de kans hierop zeker groter. Realiseer je dat een kind van gescheiden ouders, of scheidende ouders, door een rouwverwerkingsproces heen gaat en de daarbij behorende fases en opgaven moet doorlopen. Het goed kunnen doorlopen van de verschillende fases voorkomt blijvende schade en blokkades in de persoonlijke ontwikkeling.



Langzamerhand lijkt het besef door te dringen dat we meer naar kinderen moeten kijken bij een scheiding. Een speciale groep gericht op kinderen in echtscheidingsituaties is dan een fijne onafhankelijke plaats voor kinderen om even aan zichzelf toe te komen en weer grip te ervaren. In zo'n groep leren kinderen dat de loyaliteit er is, maar dat ze ook soms mogen kiezen voor zichzelf. Door middel van verschillende werkvormen leren kinderen hun gevoelens over de scheiding, en alles wat daarbij komt kijken, beter begrijpen en leren ze deze te verwoorden. Kinderen vinden erkenning en herkenning, ze zijn niet alleen in wat ze meemaken en voelen. Dit helpt hen o.a. in het behouden of opnieuw krijgen van een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen.

Een programma dat kinderen deze mogelijkheid biedt is KIES (Kinderen In Echtscheiding Situaties). Het programma biedt kinderen tevens de mogelijkheid om in eigen tempo en op eigen passende manier moeilijkere dingen van de scheiding te leren verwerken, te leren omgaan met veranderde situaties, antwoorden te krijgen op de eigen vragen, te weten hoe je kunt omgaan met nieuwe situaties die zich door de scheiding aandienen, en wat te doen als er problemen zijn/iets moeilijk is.

Door deelname aan een KIES-groep kan (verborgen) verdriet en/of angst een nieuwe plek krijgen, zodat dit geen blokkade meer zal vormen, dat problemen zich minder stapelen en dat kinderen minder gestoord worden in hun dagelijkse ontwikkeling.

Er zijn verschillende scholen bij de Lucas die werken met een KIES-groep. Eén van deze scholen is De Paradijsvogel.

**Als leerkracht kun je kinderen van ouders in echtscheiding ondersteunen door hen ruimte en aandacht te geven. Vijf tips die je als leerkracht kunt toepassen in je klas:**

**1. Laat weten dat je er voor het kind bent.**

Laat het kind merken dat het er niet alleen voor staat en altijd bij jou terecht kan. Laat het 'gewone leven' op school zoveel mogelijk doorgaan.

Een extra schouderklopje of een glimlach kan al verschil maken.

## **2. Luister naar het kind en praat erover.**

Laat het kind vertellen op een plek waar en wanneer het kind dat wil. Kinderen willen soms weinig zeggen over de scheiding van hun ouders omdat ze niemand verdriet willen doen. Het is goed wanneer kinderen de verhalen en gedachten die in hun hoofd zitten delen. Temeer omdat het verhaal of probleem dan niet nog groter wordt of zwaarder gaat wegen dan het al is.

Bovendien kan het belangrijk zijn om kinderen hulp te bieden bij dat waar zij anders alleen mee rond blijven lopen.

Soms heeft een kind er juist geen behoefte aan en wil het even 'gewoon' zijn. Respecteer dit dan ook. Een extra praatje met het kind doet het kind sowieso goed, het hoeft natuurlijk niet altijd over de scheiding te gaan.

*"In eerste instantie dacht ik dat de KIES-groep juist voor het meisje met ouders in vechtscheiding heel waardevol zou zijn en dat het voor het andere meisje waarvan de ouders goed contact hadden minder van belang zou zijn. Dat bleek niet zo te zijn, bij beide merkte ik dat ze meer over de scheiding en hun situatie gingen vertellen tijdens bijvoorbeeld kringgesprekken."* (leerkracht van De Paradijsvogel)

*"Ik vind het fijn dat mijn kind ervaringen en gevoelens heeft kunnen delen met kinderen die dit kennen."* (moeder van Noa)



## **3. Laat het kind weten dat de gevoelens die het kind heeft er mogen zijn.**

Erken de gevoelens van het kind. Vertel dat de gevoelens die het kind heeft normaal zijn. En dat het kind de emoties mag uiten die er op dat moment zijn.

Geef daarbij natuurlijk wel de grens aan wat toelaatbaar gedrag is en begeleid indien nodig de gewenste uitingsvorm. Bijvoorbeeld krassen op papier, of schrijf de boosheid/het verdriet van je af.

*"Ik zie opluchting bij mijn kind."* (vader van Julian)

*"Ik durf meer te zeggen."* (Davy)

*"Ik heb geleerd dat ik mag zeggen wat ik wil en wat ik voel"* (Lotte)

#### **4. Kies (bij conflicten) geen partij.**

Blijf als professional buiten de conflicten van ouders.

Houd beide ouders op de hoogte van de ontwikkelingen van hun kind en blijf de neutraliteit op school bewaken.

*"Ik mag van papa en mama houden en heb niks te maken met hun ruzie." (Bob)*

#### **5. Laat het kind deelnemen aan een groep speciaal voor kinderen in een echtscheidingsituatie.**

Het beste help je een kind door met andere kinderen een traject te doorlopen. Zodat het kind in contact komt met andere kinderen waarvan de ouders uit elkaar zijn.

Dit is nog altijd de meest effectieve manier van hulp aan kinderen.

Het is een cadeautje voor zijn/haar hele leven lang.

KIES voor het kind!

*"De kinderen die deel hebben genomen aan de KIES-groep hebben daar merkbaar profijt van. Ze ondervinden steun aan elkaar. Ze weten dat ze niet alleen deze problemen hebben. Ook ervaren ze dat het helpt om over dingen waar je mee zit te praten. Zo kunnen ze beter met hun situatie omgaan en ze leren ook om hun gevoelens beter te uiten." (leerkracht van De Paradijsvogel)*

*"Naar aanleiding van de eerste bijeenkomst had ik al een gesprek met mijn dochter. Dikke tranen... maar het was goed. We hadden het er al 2,5 jaar niet over gehad." (vader van Feline)*

*"Van de dingen die leuk zijn door de scheiding, twee keer op vakantie en mijn nieuwe broertjes en zus, mag ik gewoon genieten." (Isa)*

Wil je meer weten?

Neem contact op met Vivienne van Luyk, 06-13154092. Of ... (Ingrid of Pam)

Er is subsidie beschikbaar voor verschillende groepen voor kinderen van gescheiden ouders.

Tevens is er subsidie beschikbaar om themabijeenkomsten voor ouders of leerkrachten op scholen te organiseren.

Bronnen:

KIES voor het kind, expertisecentrum kind en scheiding

Richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming

Het kind, platform voor onderwijs en opvoeding

Spruijt, E. & Kormos, H. (2014). *Handboek scheiden en de kinderen*

Leerkrachten, ouders en kinderen die ervaring hebben met de KIES-groep. In verband met de privacy zijn namen gefingeerd.