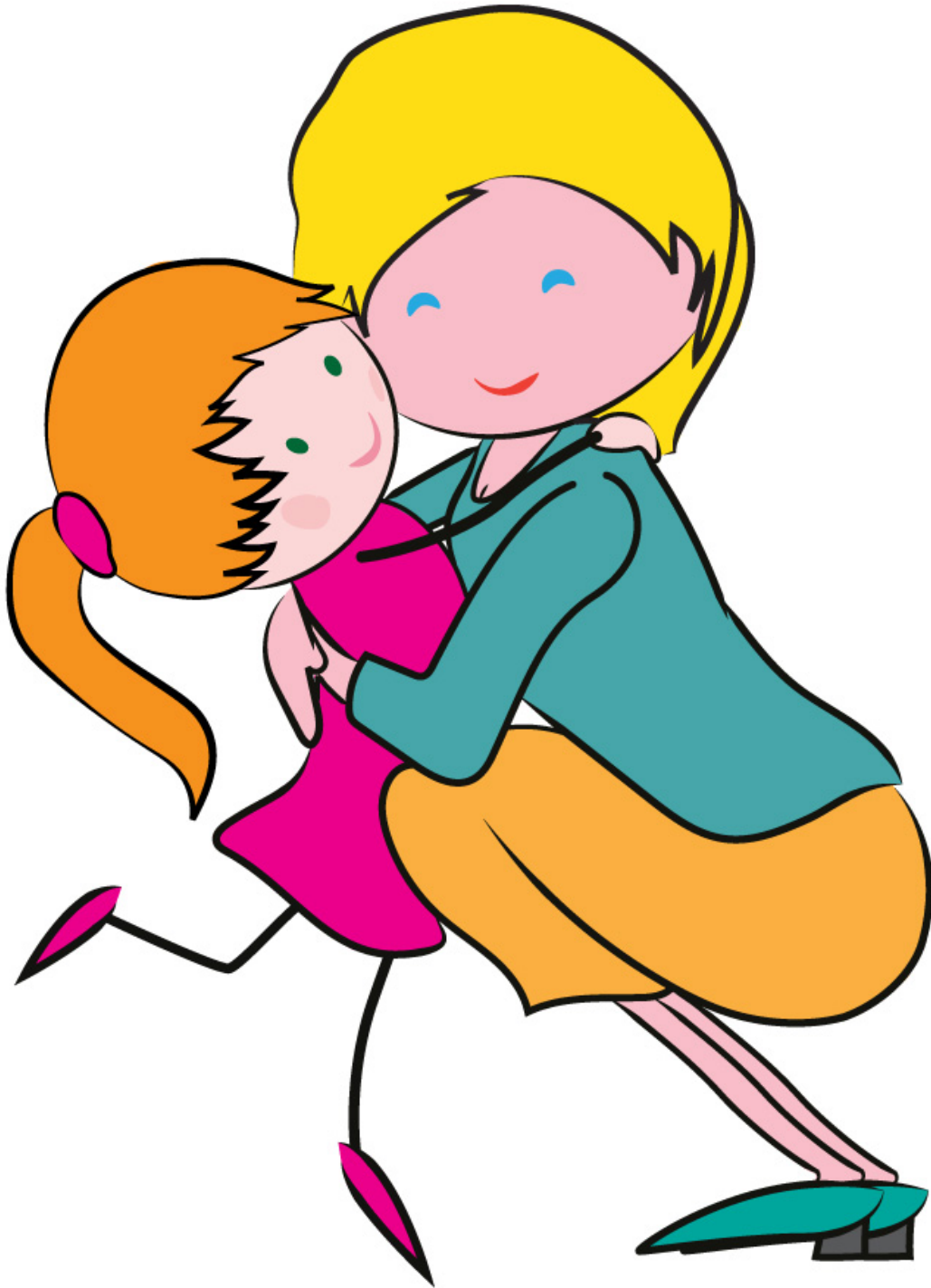


## Contactherstel in een conflictscheiding: doel of uitkomst



Charlotte Visch, 2018

Amber, 9 jaar

*“Weet je wat hij allemaal heeft gezegd?” vraagt Amber aan mij, terwijl ze me verontwaardigd aankijkt. “Nou?” vraag ik. “Hij zei dat ik niet bepaal waar ik woon, maar dat doe ik dus wel! En weet je wat hij weleens gedaan heeft? Hij heeft me zo hard tegen de muur geduwd dat ik wel vijf dagen hoofdpijn had. Maar dat weet ik niet meer precies, want ik was toen 3 jaar,” vertelt Amber en kijkt me verdrietig aan. “En hoe lang heb je hem al niet gezien?, vraag ik geïnteresseerd. “Nou, ik denk ... al drie ... nee... vier jaar,” zegt Amber en daarna staart ze in de verte. “Zou je hem nog eens willen zien?” vraag ik voorzichtig. “Gewoon om te kijken of het nog klopt...of hij nog net zo is,” vraag ik voorzichtig. “Nee! Echt niet!” reageert Amber verontwaardigd.*

## Inleiding

Kinderen hebben recht op perfecte ouders. Natuurlijk bestaan die niet. Maar dat neemt niet weg, dat kinderen daar recht op hebben. De ouderbegeleiding, die gegeven wordt bij Child Consult, is daarop gericht: het creëren van ideale ouders. En dat zijn ouders, die de 7 zelden demonstreren in hun relaties en hun kinderen helpen om deze 7 zelden ook bij hen zelf te ontwikkelen:

- Zelfkennis: wat weet ik over mijzelf en waar ben ik nieuwsgierig naar?
- Zelfrespect: hoe goed blijf ik bij mijn eigen wensen en doelen?
- Zelfvertrouwen: welke interne hulpbronnen heb ik die ik kan inzetten?
- Zelfliefde: hoeveel hou ik van mijzelf?
- Zelfbeschikkingsgevoel: welke gevoelens heb ik en heb ik daar vrij toegang tot?
- Zelfstandigheid: hoe goed kan ik mijn leven gelukkig maken naar mijn wens?
- Zelfverwerkelijking: hoe word ik die ik ben (of wil zijn)?

Bovenstaande is een totaal ander standpunt ten aanzien van de taken van ouders, dan het gebruikelijke ‘goed-genoeg-ouderschap’ in de reguliere zorg. In de integratieve hulpverlening stellen we hoge eisen aan ouders en kinderen en helpen we ouders om naar de toekomst te kijken van hun kind.

## Gevolgen van ernstige conflictscheiding

In mijn praktijk voor Integratieve Kindertherapie, Child Consult, vinden met regelmaat gesprekken plaats met kinderen, die één van beide ouders niet meer willen zien of spreken. Of andersom. Soms is het kind degene, die het contact verbreekt met de ouder en soms is het de ouder, die geen contact meer wil met het kind. In het eerste geval (het kind verbreekt contact) is er veelal sprake van een heel proces dat vooraf gaat aan dit drastische besluit. Er is geen enkel kind (dat ik ken) dat zo’n heftig besluit neemt op grond van argumenten als ‘ik vind het daar niet leuk’ of ‘ik krijg te weinig speelgoed’. Een kind dat tot dit besluit komt zit van binnen met een verschrikkelijk gevoel waar het geen raad mee weet. Het kind voelt zich niet gezien, niet begrepen en heeft voor zijn gevoel geen andere keus dan te ontsnappen aan de geestelijke pijn (en/of fysieke pijn) door zichzelf uit de situatie te plaatsen en de wonden te helen in een veilige, warme setting. In mijn artikel *‘Tot de dood ons scheidt of tot wij dat doen’* (2017) beschrijf ik de processen die zich in het kind afspelen. Voor de buitenwereld ziet het eruit als ‘loyaliteitsconflict’, maar in werkelijkheid is het een afhankelijkheidsconflict. Het kind voelt zich afhankelijk van de ouders, ervaart niet de liefde en steun die het nodig heeft en moet wel een keuze maken tussen beide ouders om zich zo uit de ondragelijke interne klem te bevrijden.

Kinderen hebben dus een hele goede rede om zichzelf uit een onaangename gezinssituatie te plaatsen en op die manier een ouder uit hun leven te 'verwijderen'. Het gaat dan om ouders, die niet in staat zijn om met kinderen op een empathische manier contact te hebben. De ouder heeft bijvoorbeeld kenmerken van een persoonlijkheidsstoornis, waardoor de betreffende ouder niet opmerkt wat zijn of haar kind nodig heeft. Of de betreffende ouder reageert vanuit machteloosheid overtrokken op een kleine overtreding van het kind. Of de ouder communiceert niet vanuit wederzijdse interesse met het kind (en dus op gelijkwaardige voet), maar vooral vanuit macht. Dat laatste is heel veel het geval en leidt naar ruzies, woede bij het kind, emotionele uitbarstingen bij zowel de ouder als het kind. En, wanneer er in het andere 'huis' rust, goede communicatie, begrip en waardering wordt ervaren, is de keus voor een kind niet vreemd: "ik ga niet meer naar jou toe!" De 'verwijderde' ouder blijft ontredderd en met veel vragen achter. Een zeer verdrietige situatie voor zowel het kind, de 'verwijderde' ouder als de ouder, die nu alle zorg op zich moet nemen.

### Contactherstel afdwingen

En wat doe je dan als 'verwijderde' ouder? Hoe kun je het contact herstellen met je kind? Het kind komt immers niet meer naar je toe. Hoe kun je als 'verwijderde' ouder dan aan de slag met een verbeterde communicatie en contact wanneer je buiten beeld bent geplaatst door je eigen kind? Hoe kan deze ouder de 7 zelden demonstreren als het kind niet bij hem of haar is? Dat gaat natuurlijk niet. De communicatie tussen beide ouders is inmiddels allang verstoord en beide ouders zien geen nut van mediation. En ze staan daar niet alleen in. Ook professor hoogleraar Corine de Ruiter weet dat mediaton tussen ouders in een conflictscheiding geen enkele zijn heeft. Dus kiezen 'verwijderde' ouders er voor om rechtszaken aan te spannen teneinde de rechtmatige omgangsregeling af te dwingen, waardoor (in hun ogen) contactherstel kan plaats vinden met de gedachte dat het dan wel weer goed komt. En dat is helaas niet zo. Er heeft immers geen interne verandering plaats gevonden bij deze ouder. Het kind heeft niets voor niets afscheid genomen van de betreffende ouder. Het kind heeft recht op een liefdevolle, veilige en warme omgeving, met in elk geval één 'perfecte' ouder. En dat heeft het kind georganiseerd. Omdat het niet anders kan. Omdat het geen andere oplossing weet. En dat doet pijn. Pijn bij het kind dat zich realiseert dat het een ouder heeft, die hem of haar niet begrijpt. Niet weet hoe die moet troosten op de manier die aansluit bij de behoefte van het kind. Die niet weet hoe het kind te steunen als het boos, verontwaardigd of verdrietig is. Die niet ècht luistert.

### Contactherstel in stapjes opbouwen

Aangezien er door een aantal instanties wordt gedacht dat alle ouders in principe van hun kind houden en daardoor ook goed-genoeg-ouderschap kunnen leveren, wordt er vaak voorgesteld om het contactherstel in stapjes op te bouwen. En dat betekent niets anders dan het kind stapsgewijs weer in de oude situatie te plaatsen. De 'verwijderde' ouder heeft het gevoel daardoor 'gelijk' te hebben: de oude situatie wordt immers hersteld? En dus is er kennelijk sprake geweest van 'ouderverstotingssyndroom', want anders zouden de instanties toch niet zo'n moeite doen om de oude situatie opnieuw te creëren? Het heeft (in de ogen van deze ouder) dus al die tijd gelegen aan de andere ouder, die het kind heeft beïnvloed, opgezet tegen de andere ouder, slecht heeft gesproken over hem of haar! Natuurlijk denkt de 'verwijderde' ouder zo, want niemand van de instanties heeft als

voorwaarde gesteld: “Jij moet veranderen ten behoeve van je kind, voordat er een traject opgezet kan worden met als uitkomst ècht contactherstel.”

Stel dat het de verwijderde ouder lukt om de omgangsregeling weer op de oude voet voort te zetten door dat via de rechtspraak af te dwingen, dan heeft dat zeer waarschijnlijk de volgende gevolgen:

- Het kind voelt zich weer niet serieus genomen
- De oude situatie herhaalt zich
- De spanning, woede en frustratie tussen de ouders neemt toe

En de echte interne verandering bij de verwijderde ouder vindt zeker geen plaats, zolang er gedacht wordt aan ‘ouderverstotingssyndroom’ (bij advocaten, Veilig Thuis, Raad van de Kinderbescherming etc.) ten gevolge van de vermoede invloed van de andere ouder waar het kind graag verblijft. Kinderen zijn natuurlijk beïnvloedbaar, maar ze zijn niet gek. Ze weten heel goed waar zij zich fijn, gewaardeerd en gezien voelen en waar ze dat missen. Kinderen zijn bereid heel ver te gaan voor hun ouders, maar uiteindelijk kiezen (de meesten) gelukkig voor hun eigen welzijn.

### De relatie ‘af’ maken leidt tot écht en blijvend liefdevol contact

Hoe moet het dan? Kinderen helemaal geen contact meer laten hebben met de ‘verwijderde’ ouder? Dat lijkt de beste oplossing, maar dat geeft problemen in de toekomst van het kind. Het kind dat de relatie met zijn of haar ouder niet ‘af’ kan maken, zal deze problematische relatievorm zeer waarschijnlijk herhalen in latere relaties. Het kind heeft immers niet kunnen leren van zijn of haar ‘verwijderde’ ouder, hoe het om kan gaan met bepaalde mensen, die bepaalde kenmerken hebben, een bepaalde manier van ‘zijn’ hebben en op bijzondere wijze communiceren en doen.

Ik ben er daarom voorstander van om het traject met kinderen in conflictscheidingen als volgt op te bouwen:

- Het kind woont waar het wil wonen en komt tot rust
- Het heeft voorlopig geen contact met de ‘verwijderde’ ouder
- De ‘verwijderde’ ouder krijgt ondersteuning in een persoonlijk proces van communicatie, opvoedingsadviezen (waarin de 7 zelden een grote rol spelen), zowel als verwerking van oude pijn uit het verleden door een gespecialiseerde Integratieve Therapeut met kennis van onbewuste interne processen en dissociatie
- Het kind wordt begeleid in het ontwikkelen van de 7 zelden, totdat het intern in evenwicht is door een Integratieve Kindertherapeut met kennis van onbewuste interne processen en dissociatie
- De ouder waar het kind bij woont, krijgt ouderbegeleiding bij het demonstreren van de 7 zelden en de bijbehorende opvoedtips

Na dit traject, wat enige tijd kan duren (van 3 maanden tot 3 jaar), afhankelijk van de veranderbereidheid en het verandervermogen van alle betrokkenen, is er ruimte binnen het kind om nu opnieuw contact te hebben met de ‘verwijderde’ ouder. De meeste kinderen zijn nu in staat om oprecht benieuwd te zijn naar de ‘verwijderde’ ouder. Zij hebben vragen over diens functioneren, gezin van herkomst, interesse in het leven van deze ouder. Zo’n gesprek wordt voorbereid op de praktijk met het kind, zodat het gesprek voor beide partijen een positief resultaat heeft en met respect (zonder verwijten) gevoerd wordt door beiden.

In een aantal gevallen blijkt helaas dat de ‘verwijderde’ ouder niet in staat is om te veranderen, omdat de oorzaak van de verwijdering nog steeds bij de andere ouder wordt gelegd onder het mom van ‘ouderverstoting’. Ouders, die hun overtuigingen als waarheid zien, hebben moeite met in te zien wat hun aandeel is geweest in de verwijdering. Desondanks kunnen kinderen doorgaans in warmte, liefde en compassie met deze ‘verwijderde’ ouder in contact treden. Ik heb het gelukkig met regelmaat mogen meemaken en niets is ontroender dan een kind dat (ondanks gebrek aan verandering bij de ouder) liefde, compassie en respect kan geven aan deze ouder.

### Het traject voor de ‘verwijderde’ ouder

In het eerste gesprek wordt gekeken naar de veranderbereidheid van de ouder.

We stellen vragen als:

- Wanneer je zo doet naar je kind...van wie heb je dat geleerd?
- En wanneer jij zo doet: wat heeft je kind er dan van geleerd? En wat heeft het daaraan in zijn of haar eigen volwassen leven?
- Kan het zijn dat de reactie van je kind op jou iets te maken heeft met hoe jij communiceert, doet of suggereert?
- Hoe beïnvloedbaar acht jij je kind?
- Ben je bereid de pijn naar je ex-partner los te laten teneinde het contact met je kind te herstellen?
- (H)erken je dat jij een totaal andere relatie hebt met je ex-partner als je kind met zijn vader/moeder?
- Ben je bereid om er wat bij te leren waar jij en je kind veel plezier van hebben?
- Kun je veranderen of is het te ingewikkeld/moeilijk?
- Kun jij je voorstellen dat het met jou en je relatie met je kind heeft te maken en niet met wat je ex-partner doet of zegt, waardoor je kind je niet meer wou zien?

In zo’n gesprek zijn we op zoek naar: veranderbereidheid, en ook naar verandervermogen. Dat eerste is snel in te schatten en de belangrijkste van de twee. Is de ouder bereid om te veranderen, zodat de interactie tussen ouder en kind verbetert? Of blijft de ‘verwijderde’ ouder de andere ouder de schuld geven van het feit dat het kind niet meer wil meewerken aan de wettelijk vastgelegde omgangsregeling.

En hoe zit het met verandervermogen? Sommige ouders zijn helaas niet in staat om te veranderen. Ze begrijpen niet wat de bedoeling is.

### Het traject voor de verzorgende ouder

In het eerste gesprek wordt ook bij deze ouder gekeken naar de veranderbereidheid en het verandervermogen. En, wanneer dat positief is gebleken, krijgt deze ouder ouderbegeleiding gericht op zijn eigen verandering. Ouderbegeleiding is daardoor uniek en op de ‘ouder-in-de’ persoon gericht. Iedere ouder is anders, ieder kind is uniek, dus de ouderbegeleiding is dat ook. Dezelfde tips en adviezen zijn totaal zinloos bij een andere ouder, die op een andere manier in elkaar steekt. Integratieve hulp richt zich op de unieke persoon, in een unieke situatie, met unieke ouders met opvoedkwaliteiten (of gebreken).

Mijn advies aan ouders, die hun kind niet meer zien is daarom: geef je kind de ruimte om zich te ontwikkelen tot een mens met een stevige basis. Ontwikkel jezelf, waardoor er echt een moment kan komen van wederzijds respect. En dat is de basis voor echt en liefdevol contact. In mijn ervaring is het zo dat de meeste kinderen uiteindelijk contact zoeken om echt in gesprek te gaan.

Meer info over scheiding op [www.charlottevisch.nl/webinkel](http://www.charlottevisch.nl/webinkel) :

- Boek: *Kofferkinderen*
- Artikel: *Tot de dood ons scheidt of dat wij dat doen*