

Gescheiden Opvoeden.
K.I.E.S. Kinderen In Echtscheiding Situatie

Vertellen dat je gaat scheiden aan de kinderen:

- Voor je het gesprek aangaat zorg je dat je zeker weet dat jullie willen scheiden. Probeer zoveel mogelijk antwoorden te weten op de vragen die je kunt verwachten. Wees eerlijk als je iets niet weet en zeg: "Ik weet het niet." Pas het gesprek aan op het niveau van het kind;
- Zorg voor een rustig moment voor het gesprek, het liefst samen met vader, moeder en kind(eren). Draai niet om het feit heen en ben duidelijk;
- Vertel dat het kind geen schuld heeft aan de scheiding;
- Vertel dat papa en mama nog evenveel van het kind houden;
- Wees voorbereid op alle mogelijke reacties van boosheid, verdriet tot teruggetrokken, stoer of bang en onzeker.

Omgaan met de kinderen na de scheiding:

- Probeer zoveel mogelijk zekerheden voor de kinderen te bewaren. (Een zelfde bed en dekbed kan fijn zijn voor het kind). Probeer bij beide ouders rituelen, als een verhaaltje voor het slapen gaan e.d., zeker in het begin, vast te houden;
- Laat de kinderen als dat mogelijk is met beide families contact houden. Opa's, oma's en andere familieleden zijn vaak belangrijk voor kinderen;
- Het is voor de kinderen meestal het prettigst om bij elkaar te kunnen blijven;
- Het is voor kinderen gemakkelijker om hun gevoelens te laten zien als je die als ouder ook toont;
- Het is fijn voor de kinderen om met beide ouders in contact te kunnen blijven. Gun je kind het soort en de mate van contact met de andere ouder waar het kind behoefte aan heeft;
- Kinderen hebben een eigen plek nodig. Als het kan bij elke ouder;
- Het is voor kinderen lastig om te wennen aan twee huizen, laat staan aan steeds veranderende regels. Kijk wat hetzelfde kan blijven voor het kind. (Bedtijd, afspreken met vrienden etc.);
- Praat over de scheiding met de leerkracht van uw kind en meldt grote veranderingen. Stel daar vragen over eventuele veranderingen in het gedrag, houding in de groep en verhouding met anderen of prestaties van het kind. School en ouders kunnen samenwerken in het belang van het kind;
- Probeer met elkaar in gesprek te blijven over de kinderen. Probeer in ieder geval met elkaar om te gaan zoals je respectvol zou omgaan met je burens. Kinderen hebben last van blijvende en slepende conflicten;
- Bedenk bij alles wat je doet dat dat opvoeden is. Kinderen doen hun ouders na, ouders zijn hun eerste voorbeeld in omgang met anderen;
- Luister aandachtig naar vragen en getoonde gevoelens van de kinderen. Ze hebben niet altijd behoefte aan een pasklare oplossing of antwoord, maar willen graag gehoord worden. Door terug te vragen of ze zelf ook een antwoord of oplossing weten help je hen door het meedenken en luisteren al heel veel;
- Soms is het mogelijk om rekening te houden met de wensen/behoefte van uw kind, soms niet. Het gaat er in ieder geval om te laten merken dat er begrip is voor de wens en aan eventueel aan te geven waarom iets niet kan;
- Heb even extra aandacht of het goed blijft gaan met de kinderen. Soms worden kinderen gepest over de scheiding;

- Probeer respect te hebben voor de gevoelens van het kind. Misschien is dat gevoel heel anders dan jouw gevoel. Geef elkaar daarin wat ruimte;
- Laat het kind weten dat het prima is om gevoelens te hebben. Als het er om gaat hoe die gevoelens tot uiting komen kun je grenzen bepalen, aangeven hoe het anders zou kunnen en vragen of het kind zelf een andere manier kan bedenken.
- Lees samen een boek over scheiding en praat erover;
- Laat je kind geen boodschappen overbrengen naar de andere ouder en hoor de kinderen niet uit;
- Zorg voor je eigen ontspanning dat komt de kinderen ten goede;
- Probeer afspraken tussen het kind en de andere ouder zoveel mogelijk laten gebeuren tussen het kind en de andere ouder. Zo blijft ieder, als ouder, verantwoordelijk ten opzichte van het kind voor zijn/haar gemaakte afspraak;
- Probeer de omgang van je kind met de andere ouder niet te laten beïnvloeden door je eigen frustraties/teleurstellingen. Bedenk dat je kind hier niet verantwoordelijk voor is.

Als je vragen blijft houden:

Zoek in boeken, op het internet, praat met lotgenoten, stel je (hulp)vraag aan instanties als opvoedingssteunpunt / school / (school)maatschappelijk werk / jeugdzorg en tenslotte maar niet minder belangrijk: vertrouw ook op je eigen gevoel, vaak weet je zelf wat goed en niet goed is en wat er nodig is voor jezelf én je kind!

Voor kinderen is er op sommige plaatsen en scholen een preventief hulpaanbod; spel- en praatgroep KIES Scholen kunnen informatie vinden op www.kiesinfo.com

KIES omvat een zorgplan en is ontwikkeld door N.Snels-Dolron & M.de Kort van Bureau Klassenwerk.

www.klassenwerk.com
info@klassenwerk.com

Hoe is KIES tot stand gekomen?

Het KIES zorgplan is ontwikkeld door Nelly Snels-Dolron en Maaike de Kort, van Bureau Klassenwerk. Dit is een pedagogisch adviesbureau.

Ook zijn zij allebei docent Humanistisch Vormings Onderwijs, op basisscholen in Vught.

Van daaruit zagen zij de steeds groter wordende groep kinderen in echtscheidingsituatie en de enorme behoefte van deze groep aan gehoor en begeleiding.

Na uitgebreid onderzoek en het draaien van pilots is de spel- en praatgroep KIES tot stand gekomen.

Al in de pilotfase heeft KIES de belangstelling gekregen van schoolbesturen, overkoepelende onderwijsondersteunde organisaties, GGD's, Bureaus Jeugdzorg, Riagg's, Raad van kinderbescherming, ouders en kinderen.

En niet in de laatste plaats van de Media. Artikelen over KIES hebben in verschillende regionale en landelijke dagbladen gestaan. Er zijn interviews geweest op de radio en het programma Kruispunt van de KRO heeft een documentaire gemaakt van KIES. Deze is in september 2004 uitgezonden.

Uit al deze reacties bleek de enorme behoefte aan een zorgplan als KIES.

Al snel is samengewerkt met de universiteit van Utrecht. Onder leiding van Ed Spruijt, socioloog en senior docent / onderzoeker en gespecialiseerd in echtscheiding onderzoek, is er een effectenonderzoek naar KIES gedaan. De belangrijkste resultaten van het onderzoek zijn dat de kinderen die het KIES programma hebben gevolgd:

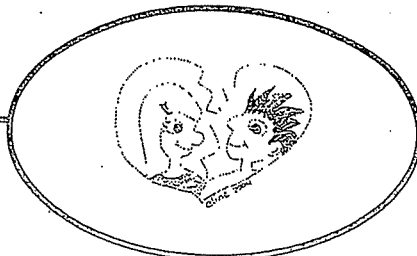
- beter communiceren met hun ouders;
- hun gevoel van welzijn verbeterd;
- de scheiding beter begrijpen;
- beter weten wat te doen als er problemen zijn;
- frequenter contact hebben met de (meestal uitwonende) vader.

Een logische stap was dus het overdragen van het KIES zorgplan aan professionals, die in hun functie, op hun school en in hun regio met KIES-groepen aan de slag konden.

Nelly Snels en Maaike de Kort hebben derhalve een KIES-coach training ontwikkeld , waarmee zij in november 2005 de eerste groep professionals zijn gaan trainen.

Het doel is dat deelnemen aan de spel- en praatgroep KIES voor alle kinderen in deze situatie mogelijk wordt.

Uw kind heeft nu dus deze mogelijkheid!



Kinderen en de spel- en praatgroep KIES.

Deelnemen aan de spel- en praatgroep KIES doe je met lotgenoten. Dat is waar de kinderen herkenning in gaan vinden. Ze komen na de wat onwennige kennismaking erachter dat er nog veel meer kinderen zijn die soortgelijke ervaringen hebben als zij.

De groep is niet groter dan 10 kinderen. De leeftijden lopen wat uiteen, maar vaak niet meer als in gezinssituatie. Hoe lang de scheiding van je ouders is geleden, is verschillend en ook de ervaringen en hoe jij en je omgeving daarmee om zijn gegaan zijn verschillend.

Aan de hand van een verhaal, hun eigen verhaal, spel, drama, tekenen en andere creatieve vormen gaan we met hen in gesprek. Hoe is het gegaan? Hoe gaat het nu met je en hoe zou je het graag willen? Is hoe je het zou willen ook een mogelijkheid? Hoe dan? De kinderen helpen elkaar met oplossingen en komen over de drempel om eens hun hart te luchten over de dingen die ze moeilijk vinden.

Aan het einde van de spel- en praatgroep hebben kinderen een proces doorlopen. Dat proces gaat in op de fases van de scheiding. Hoe je er van hoorde. Hoe je situatie nu is en hoe het er in de toekomst uit zou kunnen zien. Iedereen zit in een andere fase. Sommige kinderen maken de scheiding nog maar net mee en anderen kunnen al vertellen dat ze bv. hebben leren omgaan met een nieuwe partner bij één van de ouders en een nieuw kind in dat gezin.

Wat kunt u verwachten van de reacties van kinderen tijdens deelname? Soms reageren kinderen direct, soms in een wat later stadium. Hoe kinderen reageren heeft te maken met wat zij te verwerken hebben, de fase van de scheiding waarin zij zitten, de eigen leeftijdsfase en hun eigen temperament. Belangrijk is dat u als ouder kunt luisteren naar uw kind. Wat laat uw kind weten door het gedrag? Welke vragen stelt het kind u en waarom? Zijn dat zorgen of angsten. U kunt gerust met uw kind praten over de scheiding. Antwoorden krijgen is vaak minder belastend dan je eigen verhaal gaan verzinnen, want dan fantaseren kinderen soms de vreselijkste dingen. Dat ze zelf schuldig zijn o.a.





Kinderen in Echtscheiding Situaties

Fasen van verwerking

Een scheiding is voor alle betrokkenen een ingrijpende gebeurtenis.

Ouders	Kind
Periode van herkenning (het wordt duidelijk dat jullie er samen niet uitkomen)	Kind merkt nog niets of voelt dat iets niet goed gaat
Beslissingsfase	De scheiding overkomt het kind. Crisisfase, alles wordt straks anders
Scheiding wordt een feit	
Herstructureringsfase (het leven opnieuw gaan inrichten en vormgeven)	Aanpassingsfase (er wordt opnieuw vorm gegeven aan je leven)
Autonoom leven (je eigen leven oppakken/vrijheid)	Stabiliseringsfase (wennen aan een nieuw ritme. Deze periode is voor kinderen een dynamisch proces)

