

■ OPVOEDING

Wat hebben kinderen bij een scheiding écht nodig?

"We willen het onze kinderen niet aandoen." Als het niet goed gaat in een relatie, houdt de zorg voor de kinderen een koppel vaak nog lange(re) tijd bij elkaar. Maar soms is er gewoon geen andere weg. In haar nieuwe boek 'Een week mama, een week papa' kijkt pedagoge Claire Wiewauters door de ogen van kinderen die een scheiding meemaken. Ze staat stil bij hun gedrag, gedachten en gevoelens, en geeft ouders en de omgeving tips om kinderen door deze moeilijke periode te helpen.

Claire Wiewauters: "Als ouders uit elkaar gaan, is dat voor alle kinderen, los van hun leeftijd, een heftige gebeurtenis. Zo'n scheiding zet hun veilige en vertrouwde wereld op z'n kop. Wat ik ouders wil meegeven, is dat ze op dat moment een steun kunnen zijn voor hun kind. Ik wil koppels graag geruststellen en hen vertellen dat ze een goede ouder kunnen zijn, ook als ze uit elkaar gaan. Want die mama's en papa's zitten niet alleen met een kanjer van een schuldgevoel, er wordt hen onterecht ook van alles verweten."



te zien waar het spaak loopt. Anderen hebben dan soms niet de moed om tussen te komen. Ze blijven liever aan de zijlijn staan omdat ze zich niet willen 'bemoeien' met andere gezinnen, maar ik zie het meer als een vorm van solidariteit en ondersteuning. Wees gerust, als we ouders daar op een positieve manier op aanspreken, eerst hun lastige situatie erkennen en het belang van het kind centraal stellen, kunnen ze ons achteraf alleen maar dankbaar zijn."

SARAH SAELENS

Zonder kleerscheuren

U hoopt vooral dat kinderen zonder kleerscheuren uit een scheiding komen. Hoe kunnen ouders dit aanpakken?

Claire: "Door te kijken door de ogen van hun kind, te voelen met hun hart en te denken met hun hoofd. Dat hebben Monique (*Monique van Eyken, familiaal bemiddelaar en co-auteur, red.*) en ik zelf ook gedaan. Voor ons boek zijn we met ontzettend veel kinderen en jongeren gaan praten. We hebben hen gevraagd hoe het voelt als je ouders uit elkaar gaan, maar ook of ze tips hebben voor ouders of voor leeftijdsgenootjes die in dezelfde situatie zitten. Emma gaf ons bijvoorbeeld een schitterend advies. Zij is elf en wou andere kinderen graag dit vertellen: 'Jullie moeten weten dat het nadien beter zal zijn, maar vooral dat je altijd bij iemand terecht kunt. Want in het begin voelt het alsof je er plots helemaal alleen voor staat, maar later voel je dat je fout was en dat je ouders je nog altijd graag zien.'"

Twijfelen kinderen daar dan aan als hun ouders uit elkaar gaan?

Claire: "Wat er in een kind omgaat, heeft natuurlijk veel te maken met zijn leeftijd en de specifieke situatie. We kunnen zulke zaken dus moeilijk in gemeenschappen gieten. Toch vertelden bijna alle kinderen ons over een gevoel van verlies. In hun hoofd verloren ze niet alleen hun gezin, maar ook het vertrouwen in hun ouders én in zichzelf. Zeker jonge kinderen denken dan snel dat ze niet meer de moeite waard zijn: 'Beteken ik dan zo weinig voor mijn ouders dat ze zelfs voor mij niet willen samenblijven?'"

Hoe kinderen reageren en wat ze op dat moment nodig hebben, hangt dus voor een groot stuk af van hun leeftijd?

Claire: "Een kleuter reageert inderdaad helemaal anders dan een tiener. Zo'n kleuterje denkt dat de hele wereld rond hem draait. Dus als zijn ouders uit elkaar gaan, is hij ervan overtuigd dat dat zijn schuld is. Hij zal er dan ook alles aan doen om zijn mama en papa terug bij elkaar te brengen. Het is dan jouw taak als volwassene om hem op het hart te drukken dat hij zich niet schuldig moet voelen en dat hij niets te maken heeft met jullie beslis-

sing. Schoolkinderen zullen zich meer dan kleuters zorgen maken om praktische dingen. Ze vragen zich af wie hen naar de sportclub zal brengen en of er voor al die hobby's nog genoeg geld is. Pubers hebben dan weer heel andere dingen aan hun hoofd. Zij zitten volop in de fase waarop ze zelf met liefjes thuis komen. Als hun ouders op dat moment uit elkaar gaan, kan dit heel confronterend zijn, want hun droom van eeuwige liefde spat uiteen."

Scheidingsstorm

Wat is volgens u dan de opdracht voor ouders na een scheiding?

Claire: "Als mama of papa probeer je je kinderen vooral terug veiligheid en vertrouwen te geven. Hoe je dat doet? Door hen in de eerste plaats op het hart te drukken dat jullie hen allebei graag blijven zien en dat ze absoluut wél de moeite waard zijn. Pols daarom naar wat zij zelf belangrijk vinden als mama en papa in twee huizen wonen. Dezelfde school en je hobby's houden, staan voor vrijwel alle kinderen bovenaan het lijstje. Dat betekent vaak: in dezelfde buurt blijven wonen waar ook hun vrienden zijn. Hoe ouder je kind, hoe belangrijker dit is. Hou daar zoveel mogelijk rekening mee en geef hen op die manier het vertrouwen in zichzelf terug: 'Blijikbaar ben ik wel de moeite waard!'"

Hoe ga je om met de heftige emoties van je kind?

Claire: "Geef als ouder de ruimte aan die gevoelens. Is je kind woest op jou en verwijt hij jou van alles? Dan mag dat! Kinderen voelen nu eenmaal wat ze voelen. En soms hebben ze daar zelf last van. Een meisje vertelde ons: 'Weet je hoe moeilijk het is om kwaad te zijn op je ouders? Je hebt hen namelijk heel hard nodig en tegelijk... ben je zo verschrikkelijk kwaad!' Hoe confronterend en hartverscheurend het ook is, probeer die emoties te accepteren en ze samen met je kind te trotseren."

Ouders worstelen op dat moment zelf met heel wat emoties. Is het voor hen niet ontzettend moeilijk om dan correct in te spelen op de gevoelens en het gedrag van hun kinderen?

Claire: "Iedereen van het gezin zit inderdaad verward in die enorme scheidingsstorm. Rustig en rationeel denken, is er dan soms niet meer bij. Natuurlijk wil je het zo goed mogelijk doen, maar het is evident dat je kind dan af en toe in de schaduw staat. Toch ben ik ervan overtuigd dat de meeste ouders die emoties ten gepaste tijde opzij kunnen schuiven om zich terug helemaal op hun kinderen te richten. Al zal ik niet ontkennen dat sommige ouders af en toe even de hulp van hun omgeving nodig hebben om in

Aan het woord

In 2015 zal Claire Wiewauters op verschillende locaties in Vlaanderen een voordracht geven over dit thema. Informatie over data en tickets vind je op www.gezinsbond.be/weekmama.

Korting voor leden

Via familiale bemiddeling kun je een passende oplossing zoeken voor uw conflicten. Bij de bemiddelaars van Pareto Group krijg je als lid van de Gezinsbond een korting van -60 euro op de vaste prijs van 360 euro voor 'Relatie in beeld', het dienstenpakket relatiebemiddeling; -100 euro op de vaste prijs voor 'Verstandig scheiden', het dienstenpakket scheidingsbemiddeling.

* Meer info op www.gezinsbond.be/partnerbemiddeling

Win een boek!

'Een week mama, een week papa?' (Lannoo, 19,99 euro) is het nieuwe boek van pedagoge, psychotherapeut en docente in de opleiding Gezinswetenschappen Claire Wiewauters en familiaal bemiddelaar Monique van Eycken. Het boek wordt op vrijdag 13 juni (10 tot 13 uur) voorgesteld in het Hoger Instituut voor Gezinswetenschappen van de HUBrussel in Schaarbeek. Die dag komen niet alleen de auteurs zelf uitgebreid aan het woord, je krijgt ook reacties en verhalen te horen van organisaties die een luisterend oor bieden aan kinderen en hun ouders. Er wordt dieper ingegaan op de vraag hoe ouders hun kinderen in die scheidingsstorm kunnen ondersteunen en welke rol de omgeving hierbij kan spelen. Meer info over deze boeiende bijeenkomst vind je op www.hig.be.

Wij mogen bovendien tien exemplaren weggeven van dit boek. Wat je moet doen om dit bijzondere boek in de wacht te slepen? Laat ons weten wat kinderen volgens jou écht nodig hebben als hun ouders uit elkaar gaan. Stuur een mailtje of briefje met vermelding 'Een week mama, een week papa?', je naam, adres en lidnummer naar secretariaatredactie@gezinsbond.be of Redactie De Bond, Troonstraat 125, 1050 Brussel. We brengen de winnaars persoonlijk op de hoogte.

GEZINSKRANT DE BOND

Hoofdredacteur: Geert Van Hecke
Redacteur Rubrieken en thema's:

An Candaele
Redacteuren: Chris Dutry,
Kirstin Vanlierde,
Peter Van Poucke
Vormgevers: Tessa De Ceuninck,
Sanne Pauwels

Administratief medewerker:
Veroniek de Visser

Reacties op artikels: Redactie De Bond,
Troonstraat 125, 1050 Brussel,
tel. 02-507.89.22, fax 02-511.90.65,
redactiedebond@gezinsbond.be
Aankondigingen voor provinciale
pagina's: zelfde postadres,
mailadres: provinciaal@gezinsbond.be
Kleine advertenties:
Publicarto, tel. 053-82.60.80,
www.zoekertjesdebond.be
Gezinsbond vzw, Troonstraat 125,
1050 Brussel, tel. 02-507.88.11,
www.gezinsbond.be