

Blinde vlek voor rouw na echtscheiding

‘ALLE OUDERS SCHEIDEN, TOCH?’

In eerste instantie zie je leerlingen in echtscheidingssituaties vaak stoer doen: ‘Vet joh, twee keer op vakantie, twee keer cadeautjes!’ Maar in een-op-een-contacten zie je hoeveel onzekerheid, pijn en verdriet een echtscheiding met zich mee kan brengen. Hoe kun je de leerling het beste steun bieden?

door Riet Fiddelaers-Jaspers

Het feit dat echtscheiding ‘gewoon’ is geworden, betekent niet dat de betrokken kinderen het zelf als minder erg ervaren. Uit loyaliteit naar hun ouders communiceren ze vooral over de leuke kanten en voelen zich vervolgens alleen gelaten in hun verdriet. Het ‘gewone’ van echtscheiding zet je als school op het verkeerde been.

In een onderzoek waarbij aan jongeren zelf is gevraagd wat hun mening is over de echtscheiding van hun ouders, noemen ze meer nadelen op dan voordelen. De voordelen zijn vooral van praktische en materiële aard. Bij de nadelen worden naast praktische zaken, zoals met je spullen moeten sjouwen van het ene naar het andere huis en de vrijetijdsbesteding bij de niet-verzorgende ouder, ook emotionele zaken genoemd. Denk aan het uiteenvallen van het gezin, worstelen met loyaliteit, conflicten tussen ouders over de omgang en de veranderde familierelaties.

Jongeren noemen vier aspecten die veel impact op ze hebben:

1. De gevoelens waarmee ze worstelen zoals verdriet, schuld, angst, schaamte, verantwoordelijkheid, boos zijn op hun ouders en soms ook opluchting.
2. De gebrekkige communicatie. Ze voelden zich onvoldoende geïnformeerd en gehoord, er is te weinig aandacht voor hun emoties. De meeste jongeren willen de boodschap van de scheiding van beide ouders horen, meestal werd het door een van de ouders verteld.
3. De hoop dat er een einde komt aan de conflicten. Dat geeft vaak ook het gevoel van opluchting. Het is een tegenvaller als blijkt dat de conflicten gewoon doorgaan met het kind als inzet (omgang, financiën, opvoeding). Ze hebben het gevoel dat ze tussen twee vuren staan.
4. De komst van nieuwe gezinsleden is het meest ingrijpend. Hier wordt veel gevraagd van het aanpassingsvermogen van kinderen.

Verliescirkel

De verliescirkel geeft inzicht in wat er met het kind gebeurt. Meestal hebben ouders bewust voor kinderen gekozen en worden deze bij hun geboorte van harte welkom geheten. Ouders geven hun kind het leven, het grootste geschenk dat je kunt geven. Kinderen belonen hun ouders door hun glimlach, door zich te gaan hechten en daarmee een niet te verbreken band opbouwen. Dit hechten gebeurt ongeacht de opvoedingskwaliteiten van de ouder, dus ook bij een ouder die ‘slecht’ is voor het kind.

Als ouders het besluit nemen om te scheiden, moeten kinderen afscheid nemen van een situatie die hen vertrouwd is. Hoe vreselijk ruzies ook zijn, als je ouders uit elkaar gaan, wordt alles in je leven onzeker. Soms moeten ze een van hun ouders al direct ‘delen’ met een nieuwe partner en eventuele stiefbroertjes of -zusjes. Van kinderen wordt dan gevraagd om vrijwel meteen iemand anders, de nieuwe relatie van hun vader of moeder, welkom te heten.



Rouw

Bij veel overgangssituaties in het leven kennen we rituelen, bij echtscheiding niet. Bij geboorte, huwelijk en overlijden wordt bijvoorbeeld een kaart gestuurd; een echtscheidingskaart bestaat niet. Er is geen gemarkeerd afscheid, hooguit wordt er voor een laatste keer gezamenlijk gegeten. Dat maakt het voor kinderen niet duidelijk en houdt de hoop mede in stand. Bij het afscheid nemen hoort rouw, maar rouw na echtscheiding is minder bekend en minder geaccepteerd dan bij overlijden. Omdat door het 'normale' van echtscheiding de impact op de kinderen vergeten wordt, ontnemt dat de leerling de kans om te rouwen en te zoeken naar wat de betekenis is van deze verliesgebeurtenis voor zijn of haar leven.

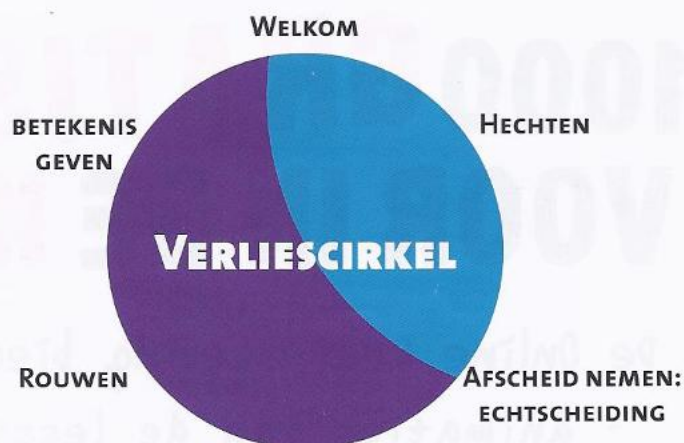
In feite wordt aan de leerling gevraagd om een sluiproute te nemen in de verliescirkel en van het afscheid nemen meteen door te steken naar het welkom heten en zich weer snel te hechten aan de nieuwe situatie en vaak ook de nieuwe partner. De timing van de kinderen is hierin meestal volkomen anders dan van de ouder. De ouder was vaak al lang bezig met de echtscheiding, soms was de nieuwe partner al in zicht.

*Nu slaap ik weer eens
niet. Ik wil jou nooit
verdriet doen, en mamma evenmin*

*maar ik leef in maar één lijf.
Geloof maar dat ik graag*

*twee lijven wezen zou:
een voor bij mamma
een voor bij jou.*

Kees Spiering



De stappen van afscheid nemen, rouwen en betekenis geven, heeft de ouder al achter de rug als het kind nog moet beginnen. Dat heeft mogelijk wel iets gemerkt (75% heeft iets in de gaten, ook al wordt het niet verteld) maar stopt het weg en probeert er alles aan te doen om een scheiding te voorkomen: extra lief zijn, troosten, door lastig gedrag afleiden van het probleem, opvrolijken. Maar niets helpt want plotseling gebeurt het toch.

Het verzet van het kind tegen de scheiding en de mogelijke stiefouder, heeft naast de worsteling met loyaliteit ook met het feit te maken dat het kind nog lang niet zo ver is. Dat is belangrijke informatie voor de ouder, die staat te trappelen om zijn leven weer op orde te krijgen en de weerstand van het kind in feite niet kan verduren.

Patchworkgezin

Leerlingen kunnen ook te maken hebben met snel wisselende relaties van hun ouder(s). Ze zijn net gewend aan iemand en dan blijkt deze het toch niet te worden. Dat maakt dat ze leren afwachten en zich niet zo snel meer hechten. Iedere keer moeten ze weer afscheid nemen,



'Mijn ouders denken dat ze begrijpen hoe het voor ons is, maar ze snappen er eigenlijk niks van'

Jody, 15 jaar, in een bijeenkomst Gedeeld Verdriet voor echtscheidingskinderen

soms met plezier maar soms zijn ze al zo gehecht dat ze het er erg moeilijk mee hebben.

Het wennen aan een stiefgezin vraagt veel van het aanpassingsvermogen van de leerlingen. Bij een kerngezin krijgen ouders langzaam de tijd om aan elkaar te wennen en naar het ouderschap toe te groeien. Ze ontwikkelen samen een gezinscultuur waarin hun kinderen opgroeien en die een vertrouwde bedding vormt.

Bij het patchworkgezin is geen tijd om te wennen, er is geen keus, de kinderen zijn er gewoon. Bovendien blijft de andere ouder altijd op de achtergrond aanwezig. In feite wordt het patchworkgezin gebouwd op een fundament van verdriet: de echtscheiding. Twee gezinsculturen worden bij elkaar gevoegd, zijn daardoor niet vertrouwd en kunnen een bron voor conflicten vormen. Iedereen moet de eigen positie weer bepalen. Als kind weet je wat je betekent voor

één van de ouders vertelt de boodschap van scheiding

je ouder, maar nu kun je er weer onzeker over worden. Doet papa dezelfde dingen met die andere kinderen als met jou? En als er dan nog een halfzusje of -broertje komt, lijkt de ouder dat alleen maar fantastisch te vinden en moet jij dat blijkbaar ook vinden. Gaat je vader nou meer van die nieuwe baby houden dan van jou? Welke plek heb jij nog?

Als leerlingen hiermee worstelen uiten ze dat vaak in lastig en onhandelbaar gedrag of ze trekken zich terug. Je kunt hen helpen door hen te stimuleren hierover te communiceren met hun ouder en hen de vragen te stellen waarmee ze rondlopen. Vaak heeft de ouder geen idee. Ook zicht geven op de chaos van gevoelens en er structuur in aanbrengen is helpend.

'Ik zie nu pas dat we een blinde vlek hebben voor de leerlingen die met echtscheiding te maken hebben. Rouw door overlijden hebben we wel op ons netvlies, maar scheiding vinden we blijkbaar normaal, terwijl de impact voor de leerling veel groter is dan ik had bedacht.'

Mentor na afloop van een studiedag over omgaan met overlijden en echtscheiding op school

TIPS

- Oordeel nooit, hoezeer je het gedrag van de ouders ook afkeurt
- Respecteer de loyaliteit van de leerling aan beide ouders, ook al lijkt het soms anders
- Ondersteun de leerling in de communicatie naar ouders toe, oefen hoe ze dingen kunnen zeggen of vragen
- Onderzoek samen met de leerling de gevoelens die spelen. Alles wat je doet om hier helderheid in te brengen is helpend
- Stel open vragen zodat de leerling kan praten over wat hem bezighoudt
- Vraag op welke momenten het al anders is, ook al is het maar even. Focus op wat er al wel is
- Ga niet mee in het oordeel van de leerling over de stiefouder. Laat merken dat je het hoort en stel open vragen
- Adviseer zo weinig mogelijk, maar boor de kracht in de leerling aan

Anker

Hoezeer het je ook kan raken wat er in het leven van de leerling gebeurt, het is belangrijk dat je buiten het gezinsstelsel blijft en je je bewust bent waar dit stelsel jouw stelsel van herkomst raakt. Wat je kunt doen is 'de brokken zegenen' (Jan van Kilsdonk) en te buigen voor het lot van de leerling. Je kunt er niets aan veranderen, je hebt het te verduren. Je kunt er zijn voor de leerling, dat is alles.

School kan een stabiliserende factor vormen, een betrouwbare aanwezigheid. Waar thuis alles anders wordt, is de school een anker, een rustbrenger. Als je aan leerlingen de mogelijkheid kunt geven om te ventileren en stoom af te blazen, doe je al veel. Wat prima werkt is om leerlingen uit

de komst van nieuwe gezinsleden is het meest ingrijpend

echtscheidingssituaties de gelegenheid te geven om met elkaar ervaringen uit te wisselen. Daarvoor kun je groepsbijeenkomsten 'Gedeeld Verdriet Echtscheiding' opzetten. Na een korte training en met behulp van een uitgebreide map met handleiding en werkvormen kun je aan de slag. Dan wordt school werkelijk een plek waar de leerling zichzelf mag zijn en waar hij gehoord wordt met alles wat er is.

Info: Expertisecentrum Omgaan met Verlies, Heeze
www.rietfiddelaers.nl