

# Passende contactregelingen? Maatwerk!

DRS. J.A.M. HENDRIKS

In dit artikel wordt een aantal aspecten besproken dat mijns inziens van belang is bij het vaststellen van passende dan wel werkende zorg- en contactregelingen. Ik zal mij hierbij richten op kinderen vanaf 9 à 10 jaar (eind basisschool) tot ongeveer 16 jaar (pubers). Uiteraard is over jongere kinderen en passende contactregelingen ook veel te zeggen, maar enerzijds is dat al eerder gedaan door bijvoorbeeld Pieter Vermeulen<sup>1</sup> en anderzijds wordt dit verhaal dan te uitgebreid.

**V**an mij mogen ze wel naar hun vader/moeder toe, maar ze willen niet en ik ga ze niet dwingen'.<sup>1</sup>

Veel advocaten en rechters zullen deze uitlating met een zucht van frustratie herkennen. Hoe nu hier mee om te gaan daar kinderen en ouders toch recht hebben op contact met elkaar? Is het beter om gewoon een regeling op te leggen met eventueel dwangmiddelen als uiterste redmiddel? Waarom lopen dergelijke zaken gebrekkig en soms uiteindelijk vast? Hoe om te gaan met uitingen van de kinderen zélf in gesprek met rechters en advocaten of mediators of in briefvorm als 'ik wil mijn vader/moeder nooit meer zien; ik wil er niet heen?'

In de afgelopen jaren heb ik in mijn werk als psycholoog-mediator vaak geluisterd naar kinderen en hun ouders in dergelijke zaken. In een aantal situaties heb ik ook ouder-kind ontmoetingen begeleid, om ouders en kinderen te helpen met elkaar in gesprek over een contactregeling te komen. Daarbij is mij een aantal aspecten opgevallen dat een rol kan spelen bij vastlopende contactregelingen:

- Belang van het gezinssysteem ofwel de 'organisatie' van relaties binnen een gezin, niet alleen ná maar juist ook vóór de scheiding.
- Ontwikkelingsfase van het kind.
- Loyaliteitsconflict.

## Gezinssysteem

Wanneer twee mensen een relatie starten, begint er in wezen een proces waarbij de partners er op gericht zijn zich met elkaar en elkaars leven te verbinden; ze proberen met elkaar tot één verhaal te komen, tot een gezin; oftewel een gezinssysteem ontstaat. Minuchin<sup>2</sup> noemt als essentiële taken van een gezin met betrekking tot de identiteit van de gezinsleden:

- Het steunen van ieder gezinslid in zijn/haar individuele ontwikkeling: autonomie.
- Het gevoel geven aan ieder gezinslid dat hij/zij ergens bij hoort; verbondenheid.

Zeker wanneer er kinderen komen, wordt een gezin in zijn optiek een natuurlijke groep die langzamerhand bepaalde interactiepatronen ontwikkelt. Deze patronen vormen de gezinsstructuur, een structuur die ontstaat door het vervullen van taken binnen het gezin. De gezinsstructuur heeft te maken met de manier waarop gezinsleden met elkaar omgaan: hoe, wanneer en met wie is er een relatie? Deze patronen van omgaan met elkaar bepalen en reguleren het gedrag van de gezinsleden. Een gezin differentieert zichzelf in verschillende subsystemen, waardoor het zijn functies kan vervullen van psychosociale bescherming bieden aan de gezinsleden en het aanpassen aan de cultuur en de overdracht daarvan aan individuele gezinsleden. Een gezinslid kan deel uitmaken van meerdere subsystemen. Schematisch weergegeven ziet dan bijvoorbeeld een gezin van een man, vrouw en twee kinderen er als volgt uit (vrij naar Minuchin, 2008 - schema van Choy):

man	vrouw	(partner subsysteem)
-----		
vader	moeder	(ouder subsysteem)
-----		
dochter	zoon	(kind subsysteem)

Hoe een gezin functioneert binnen deze subsystemen en gezinsstructuur is in het algemeen iets dat voortdurend in beweging is als een dynamisch geheel. Niet alleen moet een gezin zich aanpassen aan omgevingsfactoren van buiten, maar ook aan zich (per definitie) ontwikkelende kinderen. Van een gezin wordt gevraagd dat het deze veranderingen intern opvangt, continuïteit blijft bieden aan gezinsleden en zich handhaaft – het gezin moet de groei van haar leden blijven bevorderen en steunen. Minuchin noemt dit alles ook wel 'de dans van het gezin'.

1 Vermeulen, P. (2008), *Een ouderschapsplan maken*, Rotterdam: Ad Donker.

2 Minuchin, S. (2008), *Gezinstherapie*, Utrecht/Antwerpen: Het Spectrum.

Wat gebeurt er nu in een scheidingsproces? Aan de hand van het gezinsschema hiervoor kan dit als volgt worden weergegeven:

man	X	vrouw	(ex partner subsysteem)
vader		moeder	(ouder subsysteem)
dochter		zoon	(kind subsysteem)

Het subsysteem 'partner' wordt verbroken, in wezen de basis waarop het gezin is ontstaan. Dat betekent dat de ouders hun twee rollen in het gezinssysteem, te weten partner en ouder, dienen te gaan ontvlechten en zich ten aanzien van elkaar en de kinderen vooral als moeder en vader op te stellen. Dit vraagt veel van mensen.

Vandaar dat in een mediation mensen actief ondersteund worden in dit proces door hen ieder te laten vertellen over het verloop van de relatie.<sup>3</sup> En waar mensen tijdens de relatie toch vooral trachten tot één verhaal te komen, worden dat in scheidingsituaties twee verhalen. Vaak is dit een buitengewoon indringend emotioneel proces waarin aspecten van woede, verdriet, verraad en wanhoop een grote rol kunnen spelen. Een volgende stap in mediation kan dan zijn het aan de mensen voorleggen van reflectieve vragen aangaande de kwaliteit van de partnerrelatie. In hun boek *Psychologie van de Levenskunst* geven Westerhof en Bolmeijer<sup>4</sup> aan dat theorie en onderzoek laten zien dat het benaderen van negatieve emoties en het hieraan uitdrukking geven, van belang zijn voor de geestelijke gezondheid (p.281) en voor het accepteren van leed. Zij schrijven verderop (p. 311) dat van belang is aandacht te besteden aan het ophalen van positieve herinneringen en het integreren van negatieve herinneringen.

In de praktijk blijkt vaak dat wanneer mensen dit ontvlechtsproces (in of buiten mediation) met elkaar of in elkaars aanwezigheid hebben kunnen bespreken, zij de beweging naar het samen invulling geven aan het ouderschap vanuit twee huizen (meer of wat minder) goed kunnen maken. Het is voor hen vaak een soort van troost dat zij op zich gelukkig niet zo verschillend blijken te denken over de invulling van het ouder-zijn.

Het gebeurt echter ook dat de ontvlechting van partner- en ouderrol heel veel moeite kost. Soms blijft een van de mensen (of beiden) lang in woede en verdriet hangen. Dit heeft meestal veel invloed op hun invulling van de ouderrol en hoe ze deze in het verleden hebben gezien. Zeker wanneer een van de ouders de ouderrol ineens erg anders wil vervullen dan daarvoor. Dat kan grote weerstand oproepen bij de andere ouder (en de kinderen) zodat het ex-partnerdeel en ouderdeel erg door elkaar heen gaan lopen. Dat leidt vaak tot een strijd tussen de ouders over 'wie is de beste ouder; wie mag het meeste of meer voor de kinderen zorgen?' De pijn en gekwetstheid vanuit het ex-partnerdeel spelen hierin prominent mee.

In dit verband zijn ook de motieven voor of de redenen van scheiding van belang: als een relatie al jaren niet goed was, is de mogelijkheid van acceptatie vaak groter dan wanneer iemand 'opeens' weg is gegaan naar een ander.

Wanneer ouders niet met elkaar kunnen komen tot één verhaal over de invulling van ouderschap, zorg- en contactregelingen, zowel in het heden als terugkijkend naar hun verleden, dan zorgt dat voor een grote druk op de kinderen. Als de ouders in plaats van 'WIJ hebben afgesproken dat ... en WIJ vinden dat...' het tegen hun kinderen hebben over 'ik vind dit en jouw moeder/vader vindt dat...' vragen zij van hun kinderen in wezen een keuze, die eigenlijk niet te maken is op zo'n moment door kinderen. Ik kom hier later bij het onderwerp loyaliteitsconflict op terug.

Voor professionals die werken met scheidende mensen acht ik het van belang in iedere zaak zo goed mogelijk een reëel beeld te krijgen van het gezinssysteem vóór de scheiding – laat mensen praten over de patronen van omgaan met elkaar, hoe wekdagen en weekenddagen verliepen, hoe feestdagen en vakanties werden gevierd, hoe regels in het gezin zijn aangepast aan de komst van de kinderen en hun opgroeien. Verder is het wezenlijk dat professionals trachten mensen bij te staan in het proces van ontvlechting van de partner- en ouderrol – ik stel dat hoe beter mensen dit kunnen volbrengen, hoe relatief rustiger dit is voor hun kinderen. Alfred Lange haalt in zijn boek *Gedragverandering in gezinnen*<sup>5</sup> diverse onderzoeken aan (p. 540) waaruit duidelijk wordt dat de ernst van conflicten tussen de ouders en de mate waarin zij deze conflicten kunnen overwinnen, invloed hebben op het welbevinden en functioneren van hun kinderen.

### Ontwikkelingsfase van het kind

In verschillende onderzoeken in onder meer de Verenigde Staten blijkt dat juist kinderen tussen 10 en 15 jaar de meeste last hebben van de scheiding. Waarom zou dat zo kunnen zijn?

Bij kinderen tussen 9 en 12 jaar zijn belangrijke aspecten in hun ontwikkeling:

- cognitief: begrijpend lezen/ rekenen/ schrijven/kennis en inzicht;
- emotioneel: zelfstandig worden/nieuwsgierigheid/zelfvertrouwen/faalangst;
- sociaal: competentie/morele empathie/afwegingen en oordelen/pesten.

Ze zijn bezig met:

- sporten, team of individueel;
- computer en televisie/sociale media: confrontatie, invloed, angst en geweld;
- spel: thuis/buiten.

Voor hen belangrijke onderwerpen – ze verwachten van:

- ouders: voorspelbaarheid/betrouwbaarheid/ (niet) overvragen/niet alle problemen zijn te voorkomen (re-

3 Leuven, C. en Hendriks, A. (2006), *Kind in bemiddeling*, Amsterdam: SWP.

4 Westerhof, G. en E. Bohlmeijer (2010), *Psychologie van de Levenskunst*, Amsterdam: Boom.

5 Lange, A. (2006), *Gedragverandering in gezinnen*, Groningen: Wolters Noordhoff.

- school: plezier/erkenning van autoriteit/bereidheid tot gehoorzaamheid;
- vrienden: kwaliteit relaties/jongens of meisjes/populariteit/vriendschap.

Bij kinderen tussen 12 en 16 jaar zijn belangrijke aspecten in hun ontwikkeling:

- cognitief: zowel hersenontwikkeling als hormonale invloed (seksuele ontwikkeling) – intellectuele groei, geen gevaar zien, samenhang zien/dingen kunnen doordelen/nieuwe verbindingen kunnen leggen;
- emotioneel: verwarring (invloed hormonen), onzekerheid over uiterlijk, identiteit;
- sociaal: afstemmen op de groep, autonomie, egocentrischer en sterk moreel bewustzijn, meer zwart-wit denken.

Ze zijn bezig met:

- sporten: competitie kan belangrijker worden;
- computer: spellen (ook interactief via internet), sociale media als Hyves, Facebook en Twitter en televisie als MTV, TMF;
- soms mogelijk risicogedrag: alcohol, drugs, agressie, seks.

Voor hen belangrijke onderwerpen – ze zien:

- ouders: nadruk op verschil met hen, kritiek, autoriteit niet meer vanzelfsprekend;
- school: naar voortgezet onderwijs, grote invloed, 'boring';
- vrienden: enorm belangrijk, groep zoeken 'wij' en 'zij'.

Met andere woorden: deze ontwikkelingsfasen zorgen voor grote veranderingen op lichamelijk gebied qua hersenen en hormonen en op sociaal gebied. De rol van de ouders wordt langzamerhand anders en met name de rol van de leeftijdsgenoten wordt zeer veel belangrijker.

## Dat ouders zich na scheiding als seksuele wezens manifesteren, kan ook heftig afwijzende reacties bij kinderen oproepen

Deze ontwikkelingen zorgen voor een grotere gerichtheid van het kind op zichzelf en dit wordt door anderen vaak beleefd als erg egocentrisch.

Wanneer nu het aspect van de morele ontwikkeling er uit wordt gelicht<sup>6</sup> dan is in de basisschoolleeftijd een kind allereerst aan het leren dat er normen en waarden zijn, hetgeen gebeurt door het met regels en normen te confronteren – doordat aan hun gedrag betekenis wordt gegeven inclusief consequenties en correcties die daarbij worden aangebracht. Daarmee krijgt een kind begrip van hoe regels in de praktijk werken en gaat het tevens handelen volgens die normen. Daarnaast zijn kinderen in

deze leeftijdsfase ontvankelijk voor voorbeelden van voor hen belangrijke volwassenen (ouders, leerkrachten), maar ze laten ook eigenzinnig gedrag zien. Kinderen raken aan eerlijkheid en vrijheid gehecht en ze kunnen energiek en scherp reageren, erop gericht om de harmonie en rechtvaardigheid in hun ogen te herstellen.

In de puberteit worden kinderen zich bewust dat de normen en waarden die ze dan kennen en kunnen hanteren, gebonden zijn aan de groep waartoe ze behoren of willen behoren. Dat betekent normen en waarden toetsen – in eerste instantie aan hun vriendenkring – en mogelijk bijstellen of veranderen. Het is de fase van enerzijds streven naar idealen en anderzijds egoïstisch handelen.<sup>7</sup>

Eén en ander betekent dat in scheidingssituaties, kinderen ook sterk gedreven kunnen worden door hun opvattingen aangaande eerlijkheid en rechtvaardigheid en ze kunnen hun ouders daarmee scherp de maat nemen. Dan worden in hun veroordelingen van situaties of ouders geen nuances gehoord, maar vooral woorden als 'altijd...' en 'nooit...'. En het moet gezegd dat ouders in conflictsituaties soms ook niet erg verstandig handelen en zich dan ronduit kinderachtig jegens elkaar opstellen.

Bovendien kan het feit dat ouders zich als seksuele wezens manifesteren doordat ze bijvoorbeeld een andere relatie aangaan, ook heftig afwijzende reacties bij kinderen oproepen, omdat de jongere dit seksuele aspect van zichzelf nu juist aan het ontdekken is.

Met andere woorden: het vraagt van ouders zowel veel inlevings- als incasseringsvermogen om met de morele uitingen van kinderen in deze ontwikkelingsfasen om te gaan en dat is in crisissituaties als een scheidingsperiode vaak niet eenvoudig. De verleiding is dan groot om de uitingen van een kind te gebruiken als een wapen in de strijd tegen de andere ouder. Ook dat kan leiden tot loyaliteitsconflicten in kinderen.

### Loyaliteitsconflict

In nagenoeg de meeste gevallen voelen kinderen een volstrekt natuurlijke verbondenheid aan en loyaliteit met de ouders<sup>8</sup> – dit wordt zijns-loyaliteit genoemd. Volgens Nagy vormen een gemeenschappelijke oorsprong en geschiedenis (of erfenis) een niet te vervangen band tussen gezinsleden en familieleden door de generaties heen.<sup>9</sup> Daarnaast wordt loyaliteit ook verworven en opgebouwd wanneer ouders tijdens de ontwikkeling van een kind steeds responsief en beschikbaar zijn – dat werkt versterkend. Dit grijpt terug op hoe de zorg voor de kinderen in het gezin is ingevuld, maar vooral ook met de acceptatie daarvan in het gezin. Ook als een vader of moeder in verband met werk vaak van huis is, kunnen de kinderen dit ervaren als dat de ouder

6 Kroon, T. (2005), *De morele intuïtie van kinderen*, Amsterdam: SWP, p. 56 e.v.

7 Amons-Lievegoed, A., T. Giesen-Huijg, E. Schoorel, L. Schrijvers en R. van Zijl (2008), *Het dilemma van de morele opvoeding*, Zeist: Christofoor.

8 Boszormenyi-Nagy, I. en Krasner, B.R. (2005), *Tussen geven en nemen*, Haarlem: De Toorts en Eerenbeemt, E.-A. van den. (2003), *De liefdesladder*, Amsterdam/ Antwerpen: Archipel.

9 Onderwaater, A. (2003), *De theorie van Nagy*, Lisse: Swets&Zeitlinger.

er voor hen is – en in eenzelfde situatie in een ander gezin juist niet.

Door een scheiding komt de loyaliteit van de kinderen aan de ouders onder druk te staan; kinderen zijn er zeer beducht voor om te moeten kiezen tussen een van beide ouders en doen veel om dat te vermijden. Wanneer de loyaliteit van de kinderen aan de ouders onder druk komt te staan dan voelen de kinderen zich verscheurd tussen de beide ouders en komen ze als het ware tussen hun ouders in te staan. Dit is bijzonder pijnlijk voor kinderen en soms is het zelfs zo onverdraaglijk dat ze ervoor ‘kiezen’ om de een of de andere ouder geheel af te wijzen. Ook kan het voorkomen dat de kinderen sterk gaan zorgen voor hun ouders en daarmee in wezen de ouderlijke rol op zich nemen ten opzichte van de ouders, die daardoor voor hen in een soort kind rol terechtkomen – dit wordt parentificatie genoemd.<sup>10</sup> Dit kost kinderen in het algemeen veel energie en daarmee vormt parentificatie dus een belemmering voor de natuurlijke ontwikkeling die het kind op dat moment eigenlijk door zou moeten maken.

In principe doen kinderen er alles aan om bij scheiding loyaal aan de ouders te blijven. Ze willen vaak wel contact met beide ouders, maar zeker in de leeftijdsfase van 10 tot 16 jaar, wensen ze dat op hun eigen voorwaarden vorm te geven. Ze willen een eigen zegje daarin hebben en vooral niet gedwongen worden. Het is mij vanuit de praktijk opgevallen dat, wanneer de druk van de ouders te hoog is, de kinderen vaak ‘kiezen’ voor de ouder die ze als ‘zwakste’ beschouwen, omdat ze dan verwachten dat de andere ouder wel blijft staan dan wel zich zal redden (ook vanwege de aanwezigheid van een nieuwe partner).

### Wat is een passende contactregeling?

In mijn optiek is een passende contactregeling tussen een ouder en een kind, een regeling waarbij oog is voor:

- het gezinssysteem van vóór de scheiding, de patronen van omgaan met elkaar en dus ook de mate van veerkracht van dat systeem om zich aan veranderingen aan te passen;
- de ontwikkelingsfase van het kind, waarbij juist ook het specifieke en eigene van dát kind (bijvoorbeeld qua temperament) er toe mag doen;
- de kwaliteit van de band met de ouders, al opgebouwd in de jaren vóór de scheiding.

Mijn ervaring is dat het met name voor oudere basisschoolkinderen en pubers van groot belang is dat er voldoende kwaliteit in het contact met de ouders zit en voor hen is de kwantiteit veel minder doorslaggevend. Soms is geregeld mailen of skypen met hun ouder veel meer tegemoetkomend aan hun behoeften dan een nachtje blijven slapen in het weekend. Zeker voor jongens kan het veel fijner zijn met een zekere regelmaat iets met een ouder te *doen* zoals een potje tennis of voetbal, naar de film of een muzikoptreden gaan, maar alsjeblieft geen ‘zwarte’ gesprekken! Jongeren

kunnen om allerlei redenen uitgesproken negatief staan ten opzichte van (de ontmoeting met) een nieuwe partner van hun ouders. Forceren biedt eigenlijk geen soelaas en werkt meestal contraproductief. Ruimte geven voor de eigen beleving van de jongere, respect tonen voor diens gevoelens en daarbij als ouders duidelijk maken hoezeer contact vanuit de ouder met het kind wordt gewaardeerd, wordt door kinderen als veel uitnodigender ervaren.<sup>11</sup> Hierbij is natuurlijk van evident belang dat beide ouders er achter staan dat het kind contact heeft met de andere ouder. Scherp waarnemend als kinderen in deze ontwikkelingsfase zijn, ontgaat hen niets aan dubbele boodschappen van ouders – ze kunnen heel erg goed luisteren naar wat ná de komma komt en niet hardop wordt gezegd. Dus de ouder die zegt: ‘Van mij mogen ze wel naar hun vader/moeder toe, maar ze willen niet en ik ga ze niet dwingen,’ laat hierbij eigenlijk de woorden weg ‘en dus hoeft het niet van mij’, hetgeen voor het betreffende kind meestal het luidst klinkt.

### Maatwerk!

Het moge duidelijk zijn geworden dat er in mijn optiek nogal wat aspecten een rol spelen bij het afspreken van een passende contactregeling, die daadwerkelijk functioneert in de praktijk. Het op elkaar afstemmen van die factoren bij kinderen van deze leeftijdsfasen vraagt communicatie – tussen ouders enerzijds en tussen ouders en kinderen anderzijds – , ruimte om verschillen/eigenheden te laten mogen zijn en een zeker relativiseringsvermogen, zeker bij de ouders.

Een belangrijke reden voor de weerbarstigheid van de praktijk is aldus bijvoorbeeld het feit dat er gezinnen zijn, die al lang voor de scheiding, eigenlijk al nauwelijks met elkaar praatte of zich bewust waren van elkaars gevoelens dan wel in elkaar geïnteresseerd waren. Dat betekent dat de organisatie van de relaties en de patronen van omgaan met elkaar achteraf moeten worden veranderd vanuit de situatie van een gezin op twee plekken; dat betekent dat van ouders een andere, vaak voor hen nieuwe wijze van invullen van de ouderrol wordt gevraagd en de bereidheid om een dergelijk proces in zichzelf aan te gaan is er niet altijd dan wel dat mensen eenvoudig niet bij machte zijn om dit op te (willen) brengen.

Dat wil wat mij betreft niet zeggen dat professionals zich niet zouden moeten inspannen om ook die ouders en kinderen uit dergelijke gezinnen te ondersteunen bij het opstellen van passende contactregelingen, maar wel dat zij zich realiseren dat het écht maatwerk is.

#### Over de auteur

Dr. Annelies Hendriks is ontwikkelingspsycholoog/NMI registermediator en Psycholoog Mediator NIP.

10 Singendonk, K. en G. Meesters (2012), *Kind en echtscheiding*, Amsterdam: Pearson.

11 Spruijt, E. en H. Kormos (2010), *Handboek Scheiden en de kinderen*, Houten: Bohn Stafleu van Loghum.