

# Complexe scheidingen

Onderzoeksrapport



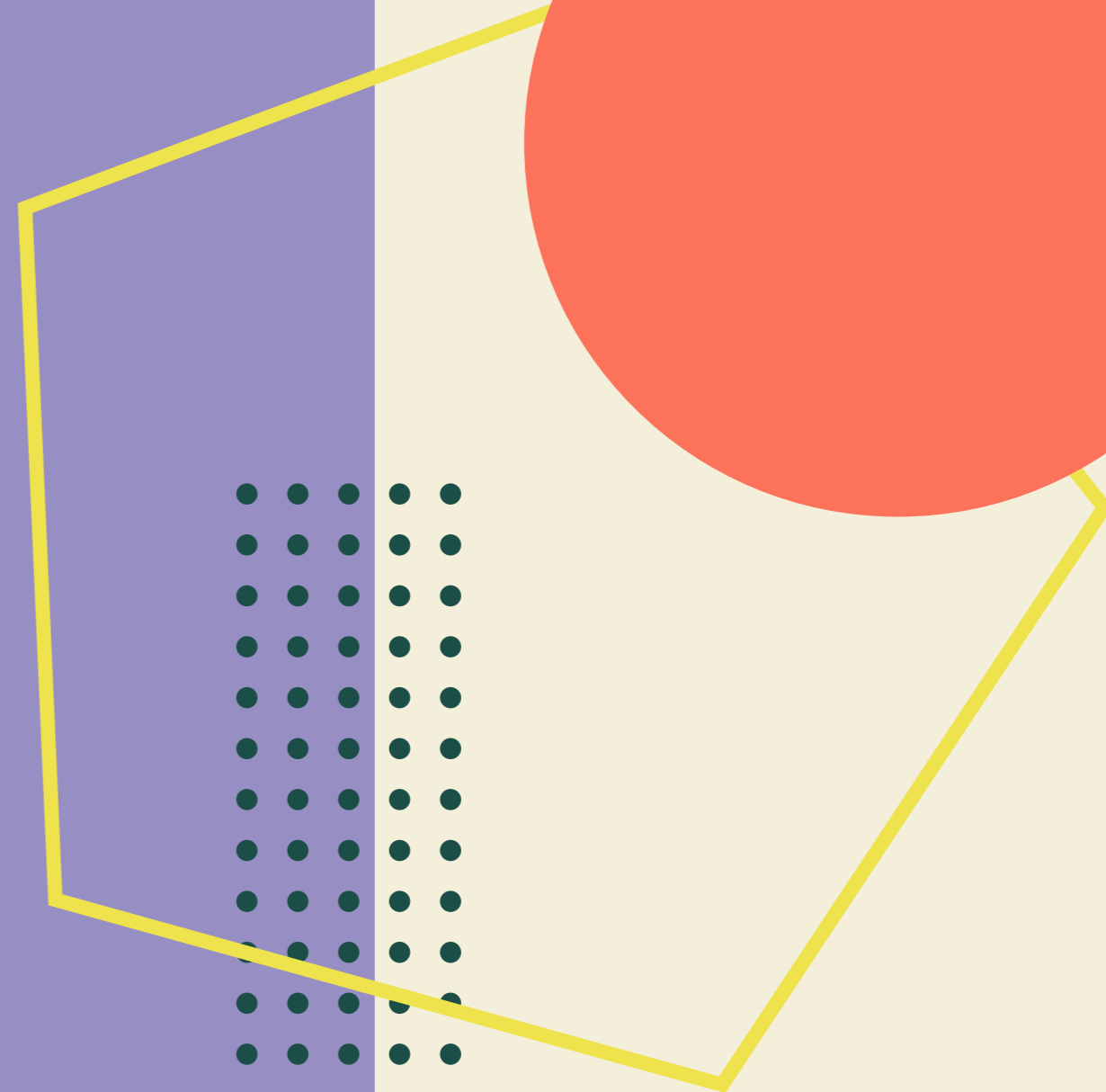
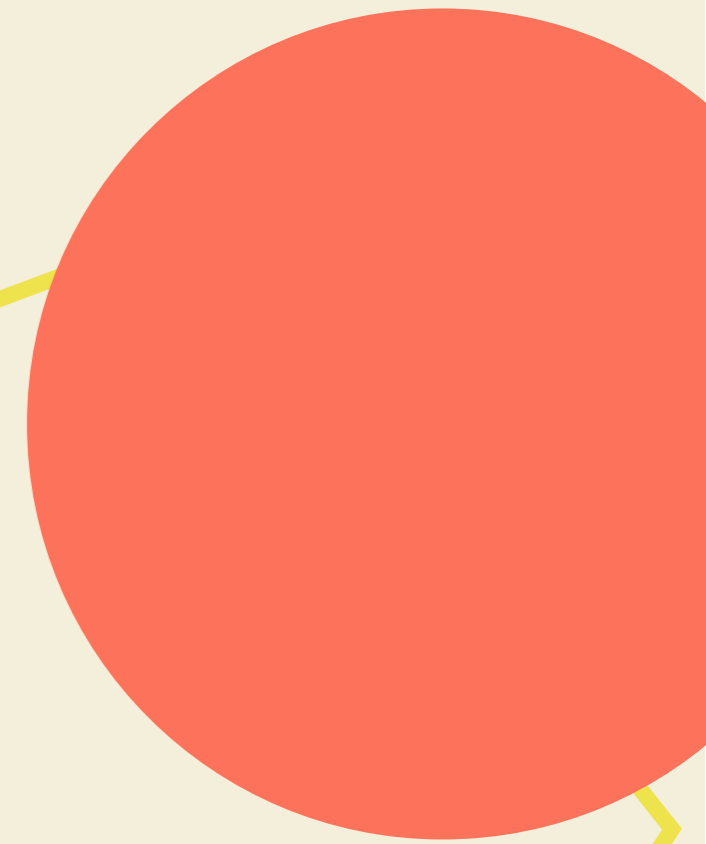
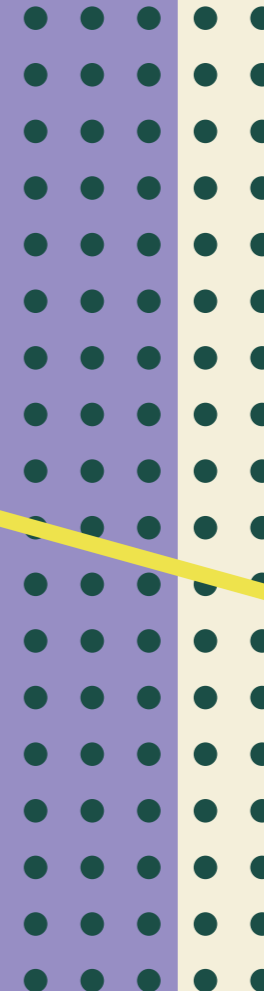
DE HAAGSE  
HOGESCHOOL



GARAGE  
2020

# Inhoud

<b>Inleiding</b>	<b>4</b>
<b>Aanpak</b>	<b>6</b>
<b>Resultaten</b>	<b>8</b>
<b>Individuele en situationele factoren</b>	<b>10</b>
<b>Voor de scheiding</b>	<b>11</b>
<b>Tijdens de scheiding</b>	<b>14</b>
<b>Na de scheiding</b>	<b>18</b>
<b>Persona's</b>	<b>20</b>
<b>Aanbevelingen</b>	<b>24</b>
<b>Bijlage 1: Literatuuronderzoek aanbevolen interventies</b>	<b>30</b>
<b>Bijlage 2: Aanpak literatuuronderzoek</b>	<b>31</b>
<b>Bijlage 3: Literatuurlijst</b>	<b>32</b>
<b>Bijlage 4: Overzicht klantreis</b>	<b>34</b>



# Inleiding

Een scheiding gaat gepaard met veel veranderingen en verandert het leven van kinderen ingrijpend. Kinderen krijgen te maken met spanningen, ruzies en hun veilige basis valt weg. Heftige conflicten tussen de ouders vormen een extra groot risico en zijn zeer schadelijk voor een kind en vaak zelfs traumatisch. Bij complexe scheidingen duren deze spanningen en onveiligheid vaak een lange periode met grote negatieve gevolgen voor het kind. Ondanks bestaande (interventie)mogelijkheden om het proces van scheiden zo soepel mogelijk te laten verlopen, ondervinden veel kinderen nog dagelijks schade aan de gevolgen van een scheiding.

Garage2020 en het lectoraat Jeugdhulp in transformatie van de Haagse Hogeschool zijn door de gemeenten Haaglanden gevraagd onderzoek te doen naar belangrijke factoren en gebeurtenissen die het scheidingsproces beïnvloeden. Het lectoraat heeft zich gericht op het verzamelen van de beschikbare kennis en Garage2020 heeft deze kennis aangevuld en genuanceerd met kwalitatief onderzoek. Specifiek gaat het om factoren die de kans op een (problematische) scheiding kunnen verminderen of juist vergroten. Daarbij is aandacht voor de periode voorafgaand aan de daadwerkelijke scheiding en de periode na de scheiding. Ook worden keerpunten in relaties meegenomen waarbij de kans op een scheiding groter of juist kleiner wordt en de factoren die daarop van invloed zijn. Het doel van dit onderzoek is om meer inzicht te krijgen waar kansen liggen om (problematische) scheiding te voorkomen en mogelijkheden tot interveniëren te ontdekken.



# Aanpak

Als eerste stap in dit onderzoek heeft het lectoraat een uitgebreid literatuuronderzoek uitgevoerd naar factoren die van invloed zijn op scheidingen van ouders. Zie bijlage 1 voor een uitgebreide beschrijving van de aanpak van het literatuuronderzoek en een lijst van de geraadpleegde literatuur. De resultaten van het literatuuronderzoek zijn het uitgangspunt geweest voor verdiepende interviews met verschillende experts en ervaringsdeskundige ouders en jeugdigen, uitgevoerd door Garage2020. Het doel van de interviews was tweeledig: validatie van de gevonden resultaten uit het literatuuronderzoek en uitbreiding van deze resultaten met nieuwe inzichten uit de praktijk. Na een uitgebreide analyse van de resultaten, heeft Garage2020 informatie gestructureerd en gevisualiseerd in klantreizen en persona's met de belangrijkste risico's, beschermende factoren en kansen voor interventies. Dit rapport is een samenvatting van de verkregen resultaten en inzichten en de belangrijkste aanbevelingen van dit onderzoek.



# Resultaten

Het proces van scheiden is een periode vol emoties en gebeurtenissen, waarin veel factoren een rol spelen en vaak verschillende professionals in beeld komen. Iedere fase van dit proces brengt eigen risicofactoren en kansen met zich mee. Daarom hebben we er voor gekozen de onderzoeksresultaten op te delen in **drie fasen**:

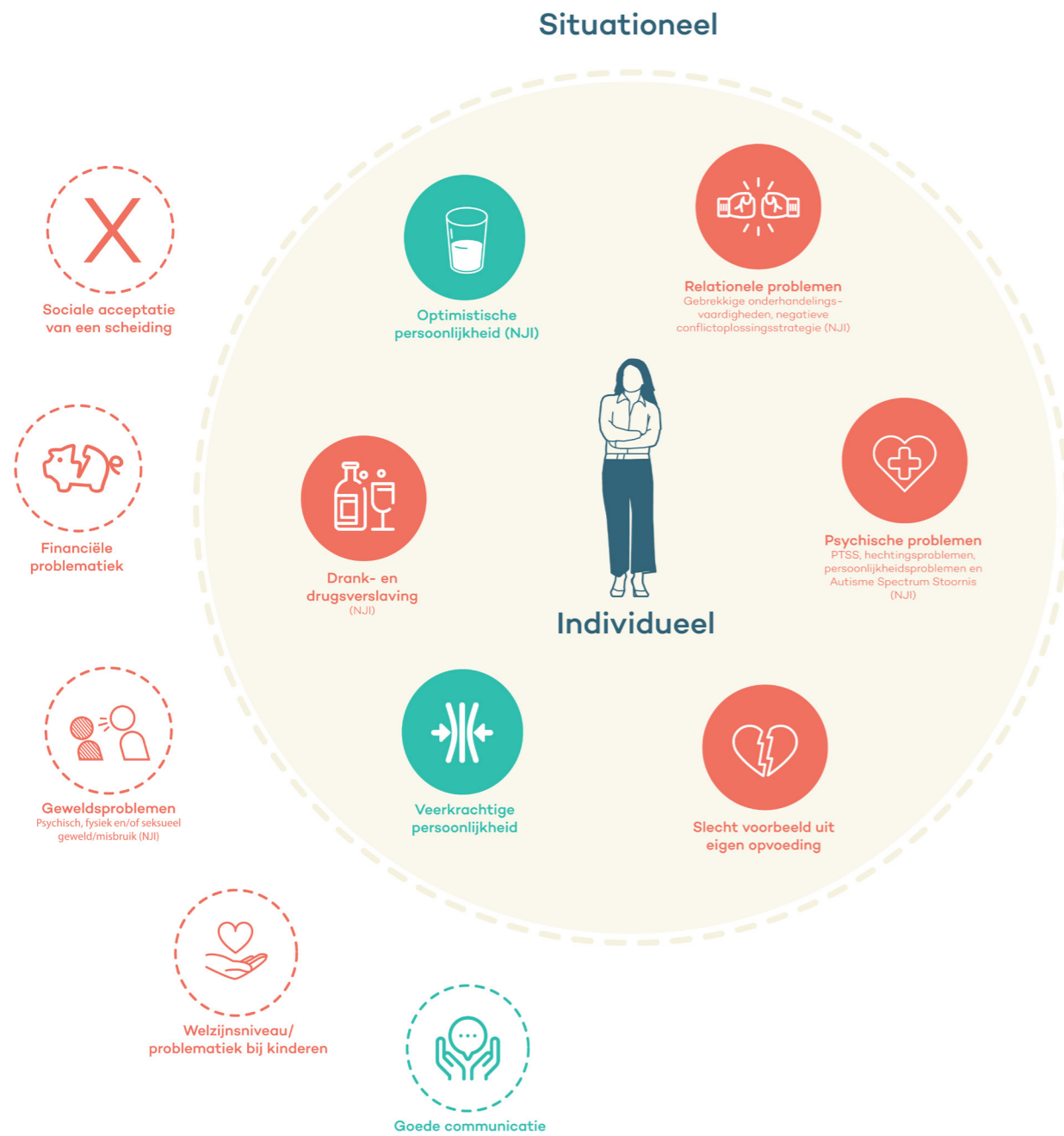
1. De periode voor de scheiding
2. De periode tijdens de scheiding
3. De periode na de scheiding

Naast de verschillende fasen zijn er ook **individuele factoren** en **situationele factoren** die gedurende gehele proces invloed hebben op de ervaren stress en emoties en het risico op een complexe scheiding vergroten dan wel verkleinen. Deze bespreken we apart.

Scheiding is een vorm van verlies, waarvoor zowel ouders als kinderen een eigen rouwproces doorlopen. Omdat deze **parallele rouwprocessen** het verloop van de scheiding sterk kunnen beïnvloeden, besteden we ook hier apart aandacht aan.

# Individuele en situationele factoren

In onderstaande visual staan de belangrijkste individuele en situationele factoren benoemd die de kans op conflicten en oplopende stress en emoties bij ouders beïnvloeden. Deze spelen zowel voor, tijdens als na de scheiding een rol.<sup>1</sup>



# Voor de scheiding

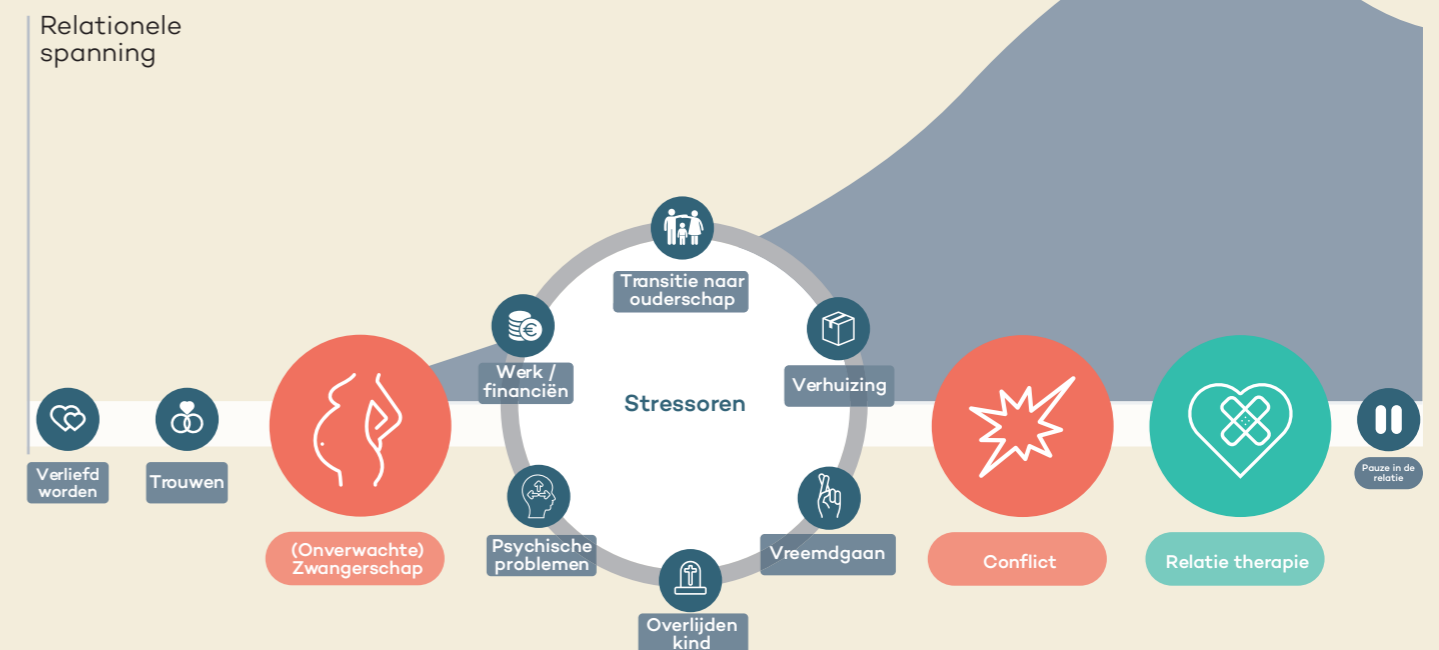
Naast de eerder genoemde individuele en situationele factoren, zijn er tijdens de relatie cruciale momenten (kantelpunten) die het succes of falen van de relatie beïnvloeden. Belangrijke gebeurtenissen zijn de transitie naar ouderschap, het overlijden van een kind, vreemdgaan, economische en werk-gerelateerde spanningen en veerkracht. Als de relatie onder druk komt te staan is de manier waarop met deze conflicten en spanning wordt omgegaan van grote invloed op verdere verloop. Relatietherapie kan een de relatie (deels) herstellen maar ook problemen in de relatie erg zichtbaar maken, waardoor het een negatief effect kan hebben op het verloop.

## Transitie naar ouderschap:

- Na de geboorte kind belangrijk dat moeders het gevoel hebben dat ouders eerlijke taakverdeling hebben (Chong & Mickelson)
- Ouders zijn na de eerste 12 maanden van de geboorte van het kind minder tevreden over hun relatie, maar eenzelfde trend is te zien bij echtparen die geen kinderen krijgen (hoewel dit onderzoek schaars is). Ouders staan bij de geboorte van een kind wel meer open voor hulpverlening (Mitnick, Heyman, & Slep).
- Na de geboorte van het eerste kind treden er een aantal veranderingen op in de relatie van ouders: interpersoonlijk (plotselinge

verandering, die met name voor moeders zwaarder is door vermoeidheid en angst/ depressie), relationeel (lagere tevredenheid over de relatie en meer conflicten), taakverdeling (van gelijkwaardig naar meer traditionele taakverdeling, wat leidt tot lagere tevredenheid over de relatie), en sociale steun (ouders met meer steun en fijnere ervaringen in de eigen jeugd passen zich beter aan in de nieuwe situatie, daarnaast halen ouders steun van andere jonge ouders) (Glade, Bean, & Vira).

- Naar schatting 3-4% van de moeders ontwikkelt PTSS als gevolg van een gecompliceerd verlopende bevalling waarbij het leven van moeder en/of kind op het spel heeft gestaan (een grotere groep houdt er symptomen van posttraumatische stress aan over). PTSS gerelateerd aan de geboorte van een kind kan leiden tot: spanning op de partnerrelatie (met in uiterste geval een scheiding als uitkomst, maar sommigen komen er juist beter uit); negatieve emoties, zoals woede en schuld; gebrek aan begrip en ondersteuning bij partners; en verlies van intimiteit (Delicate, Ayers, Easter, & McMullen).



### Overlijden kind:

Ouders waarvan een kind overlijdt, hebben gemiddeld meer ruzie, lagere relatietevredenheid en een hogere kans op scheiding dan ouders zonder overleden kind. Ouders waarvan een kind overlijdt, kunnen ook veerkrachtig zijn en juist dichter bij elkaar komen door het verlies. Risico op een negatieve relatie uitkomst is groter wanneer: kind zelfmoord pleegt, als kind al volwassen was, ouders al relatie- of communicatieproblemen hadden, en ouders niet voorbereid waren om met trauma om te gaan. Protectieve factoren voor de relatie: open en goede communicatie, begrip en acceptatie van ander rouwproces bij partner, sociale steun uit netwerk, en het zoeken naar betekenis (Albuquerque, Pereira, & Narciso).

### Vreemdgaan:

Wanneer een partner vreemdgaat heeft dit een negatieve invloed op de relatie. Sommige onderzoekers stellen dat vreemdgaan an sich de kans vergroot op een scheiding, maar volgens andere onderzoekers hangt dit af van: hoe betrokken partners waren bij de relatie voor de affaire, hoe tevreden ze waren over de relatie, welk motief achter de affaire wordt gezocht, het conflictniveau na de affaire, en de attitudes tegenover vreemdgaan (Blow & Hartnett). Het is zeer belastend voor het kind als dit op de hoogte is van vreemdgaan van ouder terwijl andere ouder dit nog niet weet.

### Economische en werk-gerelateerde spanningen:

- Langdurige economische moeilijkheden, met name voor lage inkomens, hebben een negatief effect op de relatie (meer negatieve interacties en minder positieve interacties, stabiliteit en tevredenheid). Economische crisissen t.o.v. langdurige moeilijkheden hadden minder sterk effect op de relatie, mogelijk omdat dit stellen dichterbij elkaar brengt (Falconier & Jackson).
- Wanneer mannen een onzekere baan hebben, zijn zijzelf en hun partner meer ontevreden over hun relatie. Wanneer mannen een onzekere baan hebben en hun partner ook, is dit effect er niet meer. Een onzekere baan bij vrouwen heeft geen invloed op de partnerrelatie (Blom, Verbakel, & Kraaykamp).
- Wanneer een man geen baan heeft, zijn beide partners sneller geneigd om een scheiding aan te vragen. Wanneer een vrouw meer dan gemiddeld tevreden is over het huwelijk, heeft het hebben van een baan van beide partners geen invloed op het aanvragen van scheiding.

Wanneer een vrouw echter minder tevreden is over het huwelijk, is de kans groter dat zij een scheiding aanvraagt wanneer zij zelf een baan heeft (Sayer, England, Allison, & Kangas).

- Psychosociale werkproblematiek (hoge werkdruk, weinig controle op het werk, baanonzekerheid) hebben een onafhankelijke negatieve relatie met positieve partnersteun voor zowel mannen als vrouwen. Hoe meer psychosociale werkproblemen hoe minder positieve partnersteun (Leach & Butterworth).
- Problemen op werk hebben een negatieve invloed op zowel werk als thuis, waarbij de impact op werk groter is. Andersom hebben problemen thuis een negatieve invloed thuis en op werk, waarbij de impact thuis groter is (Amstad, Meier, Fasel, Elfering, & Semmer).
- Familie tevredenheid wordt voor een deel verklaard door werk-gerelateerde variabelen en werktevredenheid wordt voor een groot deel verklaard door familie-gerelateerde variabelen, waarbij werkstress en familiestress de sterkste relatie hebben met conflicten tussen thuis en werk (Ford, Heinen, & Langkamer).

### Veerkracht in gezin

Succesvolle coping van families bij transities, stress of tegenslag hangt af van: een positieve mindset, spiritualiteit, familie harmonie, flexibiliteit, communicatie, financieel management, familietijd, dezelfde vrijetijdsinteresses, routines en rituelen, en sociale steun (Black & Lobo). Deze protectieve factoren zijn mogelijk aangrijpingspunten om partners/gezinnen te helpen om te leren gaan met transities, stress en tegenslag.

### Conflicten

Toenemende conflicten en langdurige ruzies tijdens de relatie zijn erg schadelijk voor het kind, vooral als het kind daar ook in betrokken wordt. De kans op escalatie van conflicten neemt toe als

ouder(s) niet kunnen of willen reflecteren op het eigen aandeel in een conflict.

Andere factoren zijn onverwerkte rouw en trauma

*Mensen moeten naar zichzelf willen kijken en naar hun eigen aandeel in de situatie. Maar dit gebeurt weinig, mensen wijzen vaak naar de ander.*

- Maatschappelijk deskundige bij KC Kind en Scheiding

uit het verleden en coping. Onderlinge verschillen in persoonlijkheid kunnen door conflicten worden uitvergroot en de onderlinge communicatie verstoren. Het kan erg helpen als ouder(s) steunfiguren (vrienden, familie, collega's) hebben waar zij hun verhaal kwijt kunnen. Hierdoor kan ouder ook afstand nemen en kijken naar eigen aandeel in het conflict. Ook voor kinderen is het van belang dat zij in vertrouwde omgeving hun verhaal kwijt kunnen en gesteund worden.

### Gezins hulp en Relatietherapie

Soms nemen ouders de stap om met gezins hulp of relatietherapie aan herstel van de relatie te werken. Ouders die zich kwetsbaar durven opstellen en naar mogelijke onderliggende trauma's uit het verleden durven kijken, kunnen meer onderling begrip en erkenning ontwikkelen. Ongelijke inzet, wensen en verwachtingen van de relatietherapie kunnen nadelig effect hebben op het vertrouwen in de ander en in de hulpverlening. Ouders die al meerdere interventies of hulpverleningsmodules hebben gehad, hebben vaak minder vertrouwen in hulpverlening. Dit maakt het lastiger om ze te helpen later in het scheidingsproces.

*Een zoektocht naar wat er voor zorgt dat conflicten maar blijven voortbestaan kan de situatie verlichten. Door onderliggende patronen van het conflict te onderzoeken, komt in beeld wat er nog meer speelt aan ouder trauma's waar ze aan zouden moeten werken. Vaak is er eerder in het leven al iets beschadigd, waardoor er een lager zelfbeeld en gebrek aan vertrouwen in anderen is ontstaan. Dit wordt aangewakkerd op het moment dat degene die je het meest vertrouwt, je zo'n pijn heeft gedaan.*

- Gedragswetenschapper

# Tijdens de scheiding

Vanaf het moment dat een van beide ouders heeft aangegeven te willen scheiden, start de tweede fase. Met name uit de interviews kwamen de momenten (kantelpunten) naar voren die het verloop van de scheiding beïnvloeden. De belangrijke momenten zijn de mededeling van een van beide ouders te willen scheiden, de inzet van mediatie, de inzet van advocaat, het verdelen van de bezittingen en het opstellen van een ouderschapsplan. Ook in deze fase blijven individuele en situationele factoren van grote invloed op de mate van stress en emotie en onderlinge communicatie.

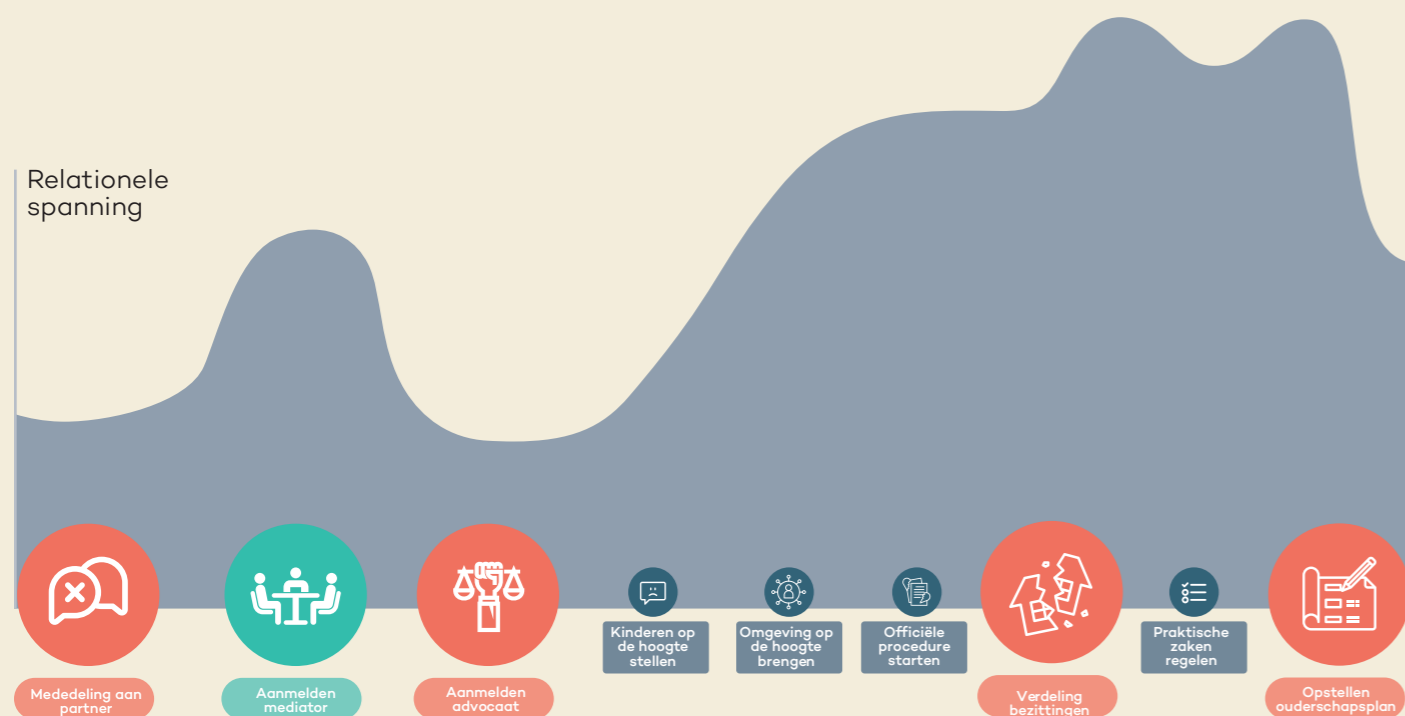
## Mededeling aan partner

Als ouders besluiten te scheiden, is er vaak één die de wens om te scheiden als eerste bespreekbaar heeft gemaakt. De emoties kunnen in deze fase hoog oplopen en de kans op communicatieproblemen is groot. Een van de ouders is soms al lange tijd aan het twijfelen over de relatie, voor de ander komt de mededeling

te willen scheiden als een complete verrassing. Waar de een al nadenkt over hoe het leven eruit ziet na de scheiding, is de ander nog bezig met het verwerken van de eerste klap. Waar de één in gesprek wil over de het goed afhandelen van de zakelijk kant, houdt de ander misschien nog vast aan een beeld van vroeger wat dreigt verloren te gaan. Onvoldoende bewustzijn van deze parallelle rouwprocessen kan de communicatie ernstig verstoren en begrip voor de ander verminderen, waardoor conflicten kunnen ontstaan en escaleren.

*Het lijkt erop dat je in hetzelfde tempo in zelfde fase zit, maar ik dacht eigenlijk al jaren dat ik het niet meer zag zitten. Je gaat het bespreekbaar maken, en er eerst samen aan te werken, als het dan niet lukt beslis je, toch liep ik toen al voor.*

- Gescheiden ouder



Met name voor ouders wiens keuze het niet was om te scheiden, kan het helpen om er met iemand over te praten. Begeleiding van een gespecialiseerde coach, psycholoog of maatschappelijk werker of lotgenotencontact kan ondersteunen om het verdriet te verwerken en de emoties onder controle te houden. Veel ouders hebben behoefte aan iemand die luistert en hun gevoelens erkent, iemand die hen afstand laat nemen en overzicht en perspectief brengt. Veel vormen van begeleiding tijdens en na een scheiding hebben aandacht voor psycho-educatie over parallelle rouwprocessen, om ouders meer inzicht te geven in welke fase zij zitten en daardoor ook meer begrip voor elkaar te ontwikkelen.

*In een training vertellen we de ouders meer over de werking van het brein, waaronder 'the window of tolerance' en de rouwcurve. Zowel vader en moeder kregen daardoor meer inzicht in waar zij zaten en daardoor meer begrip voor elkaar. Dit inzichtelijk maken en begrip kweken kan helpend zijn.*

- Hulpverlener complexe scheidingen

## Mededeling aan kinderen en omgeving

Na het scheidingsbesluit volgt de moeilijke taak om dit aan de kinderen en omgeving te vertellen. Dit gaat vaak gepaard met gevoelens van schaamte, verdriet, angst en boosheid. Uit de interviews kwam het belang naar voren dat ouders dit samen als gezin aan hun kinderen vertellen en direct duidelijk maken dat zij ook samen hun ouders blijven.

*"Ik was 12/13 jaar, maar ik had het helemaal niet zien aankomen. Misschien dat ik achteraf signalen kan zien, maar toen kwam het als een schok. Dat maakte het wel heel moeilijk."*

- Kind

*"We hebben de kinderen het best wel snel verteld. Dit hadden we ook echt gepland. Ze waren 10 en 12. We hebben daar vooraf over nagedacht en hebben ook gezegd jullie hoeven niet te kiezen, we blijven gewoon jullie ouders. We hebben altijd de kinderen betrokken bij de beslissingen."*

- Gescheiden ouder

Omdat kinderen de schuld (deels) bij zichzelf zoeken, kan dit hun zelfbeeld en zelfvertrouwen enorm beschadigen. Blijven benadrukken dat de scheiding niet aan het kind ligt, dat het zijn of haar schuld niet is, is daarom erg belangrijk. Het helpt ook als het kind iemand heeft in zijn of haar omgeving die het vertrouwt en waar ze hun verhaal kwijt kunnen.

*"Afhankelijk van de leeftijd kun je kinderen veel uitleggen. Kinderen voelen zich vaak erg onmachtig in zo'n situatie, daarom is het van belang om ze vroeg te betrekken. Je moet zorgen voor een vertrouwenspersoon, vragen hoe een kind iets beleeft of ziet, uitleggen aan het kind hoe het proces loopt en soms ook helpen om een volledig beeld van de andere ouder te krijgen (bv als kind erg negatief is).*

- Gedragswetenschapper

Vanaf het moment dat scheidingsbesluit genomen is, kan ook een breuk ontstaan in de (schoon) familie en vriendenkring. De manier waarop dit besluit worden medegedeeld en de mate waarin ouders steun zoeken en/of klagen over de andere ouder, beïnvloeden de onderlinge relaties. Sommige vrienden en familie zullen partij kiezen, andere krijgen te maken met loyaliteitsconflicten. Samen goed uitleggen wat er gebeurd is en waarom je tot het besluit om te scheiden bent gekomen, kan misverstanden voorkomen.

*We betrekken het kind door te bevragen waar ze tegenaan loopt en laten ze na denken over oplossingen. Verder bespreken we wat ze ouders zouden willen zeggen, zodat we ze weer een beetje regie en invloed in de situatie geven. Daarvoor is het wel nodig dat ouders al stapje verder zijn, want die moeten het wel kunnen horen of ontvangen.*

- Gedragswetenschapper

## Inzet mediatie of advocaat

Om goede afspraken te maken worden vaak experts ingezet, zoals een mediator of echtscheidingsdeskundige, één advocaat of twee aparte advocaten. Over het algemeen lijkt mediatie een positief effect te hebben op het verloop en de uitkomst van een scheiding. Uit



interviews met experts en ervaringsdeskundigen komen ook overwegend positieve ervaringen naar voren met mediators. Volgens hen probeert een mediator het belang van het kind voorop te stellen en onnodige beschadiging van relatie tussen ouders te voorkomen. Ook is er meer ruimte voor creatieve oplossingen die aansluiten bij de behoeftes van beide ouders en de kinderen. Inzet van mediator helpt voorkomen om de juridische weg in te slaan.

*Ik heb erg positieve ervaringen met mediators, omdat een mediator probeert het belang van het kind voorop te stellen en niet de juridische weg in te slaan. Dit om te voorkomen dat ouders tegenover elkaar komen te staan bij de rechtbank. Soms kan het niet anders maar vaak bevordert de rechtbank de situatie niet.*

- Maatschappelijk deskundige bij scheidingen

In sommige gevallen is het conflict al dusdanig geëscaleerd dat mediatie niet meer mogelijk is en alleen een juridische weg nog volstaat. De inzet van een advocaat kan de impasse doorbreken en rust brengen in communicatie. Een juridisch kader met duidelijkheid over ieders rechten en plichten, kan situatie voor ouders verhelderen en de juiste verwachtingen scheppen zodat ouders geen onredelijke standpunten in nemen. Toch lijkt een juridische procedure in veel gevallen de onderlinge communicatie verder te verstoren en escalerend te werken in het conflict. Alles ligt onder een vergrootglas en onderling wantrouwen en angst voor fouten worden vergroot. De gewone communicatie tussen ouders wordt gestaakt en wordt steeds meer via advocaten en de rechtbank voortgezet. Advocaten verdedigen vaak de individuele belangen van de cliënt en hechten minder belang aan samenwerken en de gevolgen voor het kind. Dit versterkt win-verlies denken en

*Ik had het meeste behoefte gehad aan iemand die aan ons allen had gezegd: nu even geen gezeik meer en met elkaar aan tafel om de boel op te lossen. Met een advocaat gingen we tegenover elkaar staan. Dat sommige gemeenten mediation niet hebben ingekocht is daarom erg slecht.*

- Gescheiden ouder

*Een rechter doet meestal weinig goed in een zaak, omdat je het als rechter doet met wat je aan informatie hebt op papier. Je stelt nog wat vragen, maar er kan weinig maatwerk worden geboden. Terwijl als je samen afspraken maakt je er vaak beter uitkomt.*

- Familierecht advocaat en voormalig rechter

zorgt voor een verschuiving van elkaar gunnen naar vechten voor rechtvaardigheid. Het helpt als advocaten ouders bewust maken van de impact op het kind en benadrukken dat het kind belang voorop moet blijven staan.

### Mediatie:

- Stellen die hun scheiding via mediatie i.p.v. de rechtbank regelen hebben positievere uitkomsten (samengenomen maten van: tevredenheid over het scheidingsproces, tevredenheid over de uitkomst van de scheiding, emotionele tevredenheid, de onderlinge relatie en de behoeftes van het kind begrijpen). Mediatie leidt volgens de onderzoekers tot positievere uitkomsten omdat er een passende oplossing voor de situatie wordt gezocht i.p.v. een meer standaard uitspraak van de rechter (Shaw).
- Stellen zijn tevreden over mediatie en rapporteren minder ouderlijke conflicten, meer gezamenlijke besluitvorming, meer vader betrokkenheid, succesvol een ouderschapsplan maken, en zich beter aan de afspraken omtrent opvoeden en alimentatie houden (Pruett & Donsky).

Stellen die d.m.v. mediatie scheiden rapporteren een betere kwaliteit van co-ouderschap, meer tevredenheid over co-ouderschap en minder conflicten (McBroom).

### Dreigend verlies en verdeling bezittingen

Naast het verlies van de partner en gedeeltelijk verlies van de kinderen, speelt ook het verlies van levenszekerheden een grote rol. Onzekerheid, wantrouwen en gevoelens van onmacht vergroten de angst voor het verlies van bestaande zekerheden op het gebied van o.a. huisvesting en financiën. Boosheid en frustratie versterken de neiging om het onderste uit de kan te willen halen. De fase waarin de (persoonlijke) bezittingen verdeeld moeten worden, zorgt voor veel stress en emotie en kan het verloop van de scheiding sterk beïnvloeden. Het helpt als ouders bij iemand terecht kunnen die hen helpt afstand te nemen en overzicht te krijgen op alle toekomstige veranderingen en de gevolgen daarvan. Iemand die perspectief kan bieden en kan ondersteunen bij oplossen van (dreigende) problemen, zoals schulden en huisvesting.

*Vooraf dat iemand luistert helpt, iemand met helicopterview. Dat heeft ook geholpen om meer afstand te nemen van de situatie en mijn verleden. Het hielp om een rustiger blik te krijgen op het geheel en alles in perspectief te zien. Ze tekende op whiteboard. Eventjes afstand.*

- Gescheiden ouder

*Wat zou helpen is een tool om je hart te luchten, je ei kwijt te kunnen, zonder dat de ander dat gelijk van tafel veegt. maar ook om de emotie van de ander te ervaren om meer inzicht in de gevoelens van de ander te krijgen. wat zou de ander helpen om dat nare gevoel kwijt te raken? zou het helpen om mijn verhaal te horen?*

- Gescheiden ouder

### Opstellen ouderschapsplan

Een andere grote bron van stress en strijd is de fase waarin met een ouderschapsplan afspraken worden gemaakt over o.a. de alimentatie en zorgverdeling. Pijnlijke punten van tijdens de relatie worden vaak aangeraakt en het is lastig voor ouders dat ze weinig invloed hebben op de thuissituatie en opvoeding van de ander. Door deze extra spanningen neemt de kans op meningsverschillen en escalatie van het conflict toe. De grondhouding van de meezijdige partijdigheid bij betrokken professionals draagt bij aan de groei van onderling begrip en (beginnend)

herstel van vertrouwen. In deze fase is er een groter risico dat ouders hun emoties gebruiken om het kind te manipuleren en of op te zetten tegen de andere ouder, wat in het ergste geval kan leiden tot ouderverstoting in de fase daarna. Tijdens het maken van het ouderschapsplan is het van belang om kind belang voorop te blijven stellen. Zo kan een foto van kind op tafel helpen het kind centraal in het gesprek te houden. Ook helpt het om het kind vroeg in dit proces betrekken, een stuk regie te geven in het meedenken over afspraken en oplossingen.

*Het is lastig voor ouders dat je (nog) minder invloed hebt op de thuissituatie en opvoeding van de ander. Dat geeft vaak extra spanningen.*

- Maatschappelijk werker

# Na de scheiding

Uit het literatuuronderzoek komen enkele factoren naar voren die de kans verkleinen of vergroten op een problematische ontwikkeling van de relatie tussen ouders nadat een scheiding heeft plaatsgevonden.<sup>1</sup>

## Risicofactoren:

- Minderjarige kinderen
- Gedragmatige problemen die te maken hebben met de opvoeding in het gezin van herkomst (onveilige hechting)
- Relationale problemen: onvermogen om met andere ouder samen te werken en communiceren
- Mate waarin ex-partners elkaar kunnen vergeven

## Beschermende factoren:

- Belang dat de ene ouder aan de andere ouder toekent voor het welzijn van hun kind(eren)
- Vermogen om samen te werken, communiceren en overeenstemming te bereiken
- Bereidheid om hulp te accepteren
- Steun vanuit netwerk
- Acceptatie van de scheiding door beide partners

Naast deze factoren, kwamen uit de interviews nog enkele andere factoren naar voren die invloed hebben op de gevolgen van een scheiding op de kinderen. Als ouderlijke conflicten blijven voortduren na de scheiding, lopen kinderen de meeste schade op. Veel veranderingen als gevolg van de scheiding, zoals verhuizing, verandering van school en sportclubs en nieuwe partners die in het spel komen, hebben vaak een negatieve invloed. Verder is het nadelig als de ouder waarbij het kind woont problemen heeft, zoals financiële problemen of psychische problemen.

Andere beschermende factoren zijn o.a. de

aandacht, tijd en ruimte voor het bespreken van dingen die gerelateerd zijn aan de scheiding, zoals bijvoorbeeld het verdriet over wat er verloren gegaan is of ergernis over het gedoe van steeds heen en weer reizen tussen ouders. Een opvoedstijl met een onvoorwaardelijk liefdevolle houding naar het kind met begrip voor het kind en erkenning van zijn gevoelens is extra belangrijk, met duidelijk stellen van grenzen stellen waar nodig. Uit veel interviews kwam naar voren dat ouders soms (tijdelijk) minder streng waren om nog meer conflict en spanning uit de weg te gaan. Omdat met de tijd ook omstandigheden kunnen veranderen, helpt het als het ouderschapsplan in goed overleg wordt gewijzigd als de afspraken niet meer passend zijn voor (een van beide) ouders en/of de kinderen.

## Co-ouderschap vs. alleen-ouderschap:

- Stellen die co-ouderschap na de scheiding hebben, hebben over het algemeen betere uitkomsten op: vaderbetrokkenheid bij kinderen en tevredenheid over relatie van vader met kinderen, volgens zowel vaders als moeders; vaders meer tevreden over de voogdijregeling, maar moeders echter minder tevreden t.o.v. moeders die alleen de zorg voor de kinderen hebben; moeder ervaren minder opvoedlast en stress; beide ouder rapporteren minder onderlinge conflicten; meer steun en positieve gevoelens over de onderlinge relatie; en minder aanvullende juridische procedures. Er waren geen relaties met psychologische aanpassing en zelfvertrouwen (Bauserman).
- Kwaliteit en tevredenheid over co-ouderschap hangt af van: kortere en minder conflictueuze juridische procedures; vaders die meer verantwoordelijkheid nemen voor de scheiding; tevredenheid over de financiële regeling, tevredenheid over de voogdij regelingen (waarbij mannen liever gedeelde voogdij en vrouwen liever alleen voogdij willen); vergeving van elkaar; en kinderen die in twee huizen wonen ipv één. Conflicten tussen ouders in co-ouderschap nemen toe bij conflictueuze juridische procedures en af wanneer ze

gedwongen cursus co-ouderschap volgen (McBroom).

- Longitudinaal gevolgd co-ouders laten zien dat: beide ouders hun participatie in activiteiten van hun kinderen en hun onderlinge communicatie afnam over tijd; en zowel spanning/vijandigheid met de ex-partner als weinig volwassen verdedigingsmechanisme een negatief effect hebben op hun kwaliteit van leven en dit ook blijft na 3 jaar (Cohen & Finzi-Dottan).
- De niet-inwonende ouder is minder betrokken bij de kinderen wanneer: de zorgende ouder hertrouwt of een relatie aangaat; er negativiteit in de co-ouderschapsrelatie is; slechte werkgelegenheid van een ouder; niet betalen van alimentatie; geboorte van een kind in de nieuwe relatie (van Eeden-Moorefiel & Pasley).

## Daten en hertrouwen:

- Conflicten in het co-ouderschap nemen

toe wanneer een ouder date of hertrouwt (McBroom).

- Wanneer een moeder een nieuwe romantische relatie heeft rapporteren zowel moeders als vaders minder steunend co-ouderschap. Vaders nieuwe romantische relatie is in dit onderzoek niet meegenomen en onduidelijk is hoeveel tijd kinderen met hun vaders doorbrengen (Dush, Kotila, Schoppe-Sullivan).
- Het zijn van een stiefouder is lastig, maar aanpassingen aan het aanwezig zijn van stiefouders verloopt beter wanneer er duidelijkheid en overeenstemming is over zijn of haar rol en de andere ouder en stiefouder samenwerken. Wanneer één lid van de familie moeite heeft met de aanpassingen heeft dit een negatief effect op alle leden. Een niet-inwonende ouder raakt minder betrokken bij de kinderen wanneer er een stiefouder komt (van Eeden-Moorefiel & Pasley).



## Persona's

### Michael (44)

Partner heeft besluit genomen te scheiden

*"En dan komt er voor de ander ook iemand die partij kiest en dan gaat het steeds sneller escaleren. Dan verlies je de controle. Ik had meeste behoefte gehad aan iemand die aan ons allen had gezegd: nu even geen gezeik meer en met elkaar aan tafel om de boel op te lossen."*

#### Gevolgen scheiding

- Schaamte: Zag de scheiding niet aankomen en schaamt zich ervoor.
- Geen communicatie tussen partners: Sinds er een advocaat in het spel is

#### Angsten

- Verlies van controle over de situatie
- Ouderverstoting
- Onzekerheid over woonsituatie en inkomsten

## Belangen

#### Emotioneel

- Luisterend oor, die zijn kant van het verhaal erkent
- Goed contact onderhouden met zijn kinderen
- Goede communicatie met zijn partner

#### Praktisch

- Overzicht en duidelijkheid
  - Welke gevolgen heeft de scheiding voor hem financieel?
  - Welke gevolgen heeft dit voor het zien van zijn kinderen?
  - Wat zijn zijn rechten als vader?

### Anna (40)

Besloten te scheiden

*"Ik realiseerde me op dat moment niet dat ik te snel wilde, ik ging over de gevoelens van mijn dochter heen en deed heel erg mijn best om het gezellig te houden voor de kinderen. Ik had meer erkenning moeten geven, het meer de tijd geven."*

#### Gevolgen scheiding

- Nieuwe energie: Nieuwe partner die haar het gevoel van waarde geeft. Ze heeft lang genoeg aan anderen gedacht.

#### Angsten

- Ex-partner kan de opvoeding niet aan
- Huis verliezen waar ze nu in woont

## Belangen

#### Emotioneel

- Oude leven afsluiten en nieuw leven beginnen
- Kinderen accepteren haar nieuwe vriend
- Gebalanceerde tijdsverdeling tussen vriend en kinderen
- Rust

#### Praktisch

- **Ondersteuning en advies** over hoe ze in haar huidige woning kan blijven wonen met de kinderen
- **Iemand die opkomt voor haar belang**: Financieel en qua afspraken rondom opvoeding van de kinderen



## Eva (13) - Dochter

*“Leraren praatten ook nooit met je. Niemand vroeg hoe het met je ging of vroeg door, dat had echt een verschil gemaakt. Ik wilde gewoon gezien worden, dat wil ieder mens. Thuis werd ik niet gezien, dus ik wilde op school gezien worden.”*

### Gevolgen scheiding

- Boos ouder die het besluit tot scheiden heeft genomen. Behoeftte andere ouder te ‘beschermen’
- Schaamte voor de scheiding.
- Lastig te concentreren op school

### Angsten

- Nieuwe partner en stiefkind nemen ‘haar plek’ in
- Bang om gepest te worden op school

## Belangen

### Emotioneel

- **Tijd:** tijd om de schok van het nieuws te verwerken en om aan de veranderingen te wennen
- **Erkenning** van emoties en gevoelens.
- **Afleiding** van de situatie, dat het gevoel geeft dat alles ‘normaal is’
- **Liefde en aandacht** van iemand die niet met zichzelf bezig is.
- Weten dat haar ouders haar op nummer 1 hebben staan.

### Praktisch

- **Tijd en ruimte** op school om even alles op een rijtje te zetten.
- **Duidelijkheid** over de toekomst
- **Structuur** in week (zo min mogelijk wissels)



## Max (11) - Zoon

*“Mijn vader ging meteen de dag erna het huis uit. Ik had het gevoel dat ik mijn vader daardoor verloor. Ik wist op dat moment niet of ik mijn vader nog zou zien en hoe vaak. Dat was heel onzeker.”*

### Gevolgen scheiding

- Schuldgevoel: Gevoel dat de oorzaak van de scheiding bij hem ligt.
- Last met beheersing emoties

### Angsten

- Bang om zijn vader nooit meer te zien
- Nieuwe partner neemt plek van ouder in
- Bang om te verhuizen en daardoor het sociale netwerk te verliezen (andere school, vrienden en sport)

## Belangen

### Emotioneel

- Iemand om mee te praten op het moment dat het niet zo goed gaat die hij vertrouwd
- Behoeftte aan bevestiging dat hij mag voelen wat hij voelt en denken wat hij denkt
- Weten hoe hij met zijn ouders kan praten over het verdriet van beide kanten
- Bevestiging van de ouders dat de kinderen op nummer 1 blijven staan

### Praktisch

- **Continuïteit:** Oude leven zoveel mogelijk door kan gaan en zo min mogelijk wisselen tussen locaties
- **Zekerheid en duidelijkheid** over de toekomst

## Perspectief van het kind

In bovenstaande bevindingen uit het literatuuronderzoek en de interviews komt het perspectief van het kind regelmatig terug. Hieronder volgen de nogmaals belangrijkste inzichten.

### De mededeling

Het gesprek waarin ouders het kind vertellen dat zij gaan scheiden, is een ingrijpend moment dat ieder kind zich zal blijven herinneren. Zelfs als er al langer spanningen en ruzies zijn thuis, ziet het kind de scheiding niet aankomen. Het is belangrijk dat:

- ouders het gesprek samen goed voorbereiden en samen voeren
- het gesprek wordt gevoerd op een rustig moment en op een plek waar de kinderen zich veilig voelen, zodat zij zich vrijer kunnen uiten.
- ouders gedoseerd hun emoties tonen en hun gevoel benoemen; zo nodigen ze hun kinderen uit hun emoties te tonen en stralen uit dat emoties er mogen zijn.
- ouders benadrukken dat de scheiding niet aan het kind ligt, dat het zijn of haar schuld niet is.
- ouders goed naar kinderen luisteren en alle vragen serieus nemen.
- ouders respectvol en fatsoenlijk met elkaar omgaan tijdens het gesprek.
- ouders benadrukken dat zij beiden ouders blijven en er altijd voor de kinderen zullen zijn.

Veel kinderen kunnen tijdens het gesprek dichtklappen of door emoties overspoeld raken,

*Ik weet nog goed wanneer ze het aan mij vertelde. We gingen naar de camping, mijn moeder en ik. En toen belde mijn vader mijn moeder om te vertellen dat het voorbij was. Ik weet nog dat mijn moeder toen erg aan het huilen was. En ik was er zelf ook helemaal stuk van. We hebben samen huilend in bed gelegen. Het is achteraf gek om te bedenken dat dit via de telefoon is gegaan. En dat je er op dat moment niet bent om iemand een knuffel te geven. Ik denk dat het wel uitmaakt hoe je dat brengt en het best kan doen met zn drieën bij elkaar.*

- Kind van gescheiden ouders

waardoor vragen pas later opkomen. Het is daarom belangrijk dat ouders na het gesprek regelmatig met hun kinderen blijven praten en hen de mogelijkheid bieden om hun verhaal en zorgen te uiten. Het helpt ook als het kinderen iemand anders hebben in hun omgeving die ze vertrouwen en waar ze hun verhaal kwijt kunnen.

*Met mijn vader was ik na de scheiding ineens volle dagen, dat was wel echt een voordeel want we hadden het samen wel heel leuk. En daardoor werd ik wel closer met mijn vader in die tijd. Ik kan me herinneren dat we een keer samen tv zaten te kijken naar droevige beelden en dat we zaten te huilen, maar niet over wat we daadwerkelijk zagen maar stiekem over de scheiding. Dus we hadden het er niet over maar het was wel mooi dat we dat nu samen uitten door te huilen.*

- Kind van gescheiden ouders

### Het scheidingsproces

Hoe kinderen een scheiding ervaren hangt veel af van hoe ouders met de scheiding omgaan. Ze zijn vaak onzeker over hun toekomst en extra kwetsbaar. Ieder kind heeft duidelijkheid nodig over de gevolgen van de scheiding en erkenning voor emoties als schaamte, angst, boosheid en verdriet. Het belangrijkste in deze fase is dat kinderen zich gehoord en gesteund voelen. Veel ouders denken dat kinderen het niet aan kunnen om mee te denken over de toekomst, terwijl in de praktijk blijkt dat kinderen dit juist wel graag willen. Het helpt als:

- ouders kinderen het gevoel geven dat ze er niet alleen voor staan
- ouders geen ruzie maken waar de kinderen bij zijn of kwaad spreken over de andere ouder
- ouders het gesprek met hun kinderen blijven opzoeken op momenten dat het kinderen past
- kinderen iemand hebben om op terug te kunnen vallen, zoals een juf of familielid
- kinderen lotgenotencontact of een buddy hebben die begrijpt wat zij doormaken
- kinderen worden betrokken bij het proces, zonder hen partij te laten kiezen
- kinderen serieus genomen worden in wat zij belangrijk vinden voor de toekomst, zonder

- onrealistische verwachtingen te scheppen
- ouders zo veel mogelijk duidelijkheid over de toekomst geven en eerlijk zijn als ze bepaalde zaken nog niet weten
- kinderen blijven horen dat het hun schuld niet is en dat beide ouders nog steeds van hen houden
- kinderen zien dat hun ouders respectvol samenwerken om goed uit deze moeilijke periode te komen

*In de dagen daarna werd het wat meer duidelijk. Dat wij er konden blijven wonen en dat zij dan in en uit zouden gaan. Dat was ergens wel fijn, omdat ze het zo makkelijk mogelijk voor ons wilde maken. Dat hebben ze eigenlijk ook met alles gedaan, ze hebben ons altijd voorop gezet. Ze zullen ook wel dingen fout hebben gedaan, maar wetende dat de intentie altijd is geweest om het beste voor ons te willen is het allemaal heel fijn geweest. Als ik dan boos was dan begrepen ze dat ook en kon ik dat ook delen.*

- Kind van gescheiden ouders

*Ik deed alles in het huis. Schoonmaken, voor mijn zusje zorgen, boodschappen doen. Maar niet dat ik daar erkenning voor kreeg. Het was nooit goed genoeg. Ik moest het kind zijn dat altijd blij was en nergens last van had. Mijn zusje mocht het moeilijk hebben, maar ik niet. Er was geen aandacht voor de emoties van mij en mijn zusje.*

- Kind van gescheiden ouders

*Ik had voelde een hoop onbegrip in die tijd. Ik voelde me niet belangrijk, had een hoop angst en onzekerheid.*

- Kind van gescheiden ouders

*Mijn vader ging meteen de dag erna het huis uit. Ik had het gevoel dat ik mijn vader daardoor verloor. Ik wist op dat moment niet of ik mijn vader nog zou zien en hoe vaak. Dat was heel onzeker.*

- Kind van gescheiden ouders



## Na de scheiding

Na de scheiding zullen kinderen beide ouders minder regelmatig zien, wat geen probleem hoeft te zijn als er regelmatig en goed contact is met beide ouders. Het is een risico als kinderen een van de twee ouders helemaal niet meer zien of zeer onregelmatig zien. Goed contact met beide ouders helpt kinderen de scheiding te verwerken en zich aan te passen aan de nieuwe situatie. Kinderen hebben meer dan ooit behoefte aan liefde en aandacht, en wat alle kinderen in de interviews aangeven is dat vooral ook tijd nodig hebben om aan de nieuwe situatie te wennen. Het helpt als:

- ouders in staat zijn elkaar de ouderrol te gunnen en zich niet negatief over andere ouder uitlaten
- ouders contact met familie of iemand waarmee het kind goed kan praten stimuleren
- ouders hun kind op de eerste plek zetten en niet overhaast een nieuwe partner in het leven brengen van kinderen
- ouders hun kind laten meedenken in oplossingen als afspraak niet werkt
- ouders proberen het bekende leven zoveel mogelijk voort te zetten (zelfde huis, school, sportclub, verjaardagen vieren, etc)
- ouders leuke dingen met hun kinderen blijven doen en ook positieve momenten beleven samen
- ouders emoties tonen en bespreekbaar maken die het kind helpen eigen emoties te erkennen

*Ik voelde ook altijd dat ik dat daten dan geheim moest houden. Ik vond dat heel lastig. En dan ging ik soms maar naar bed om niet te hoeven praten met mijn vader. Niemand zei dat ik het niet aan mijn vader mocht vertellen maar ik voelde dat wel en wist dat ik hem echt verdriet zou doen als hij dat zou weten. Ik voelde me daar wel heel verantwoordelijk voor.*

- Kind van gescheiden ouders

*Mijn moeder heeft nu 10 jaar een nieuwe relatie. Ik vond het uiteindelijk wel fijn dat ze weer blij was in een nieuwe relatie en kon toen ook wel zien dat ze gelukkiger was. En mijn vader was toen ook wel gelukkig. En het was ook niet meer zo dat de een de ander wilde en andersom. Ik kreeg ook meer rust toen ik voelde dat het met mijn vader ook goed ging.*

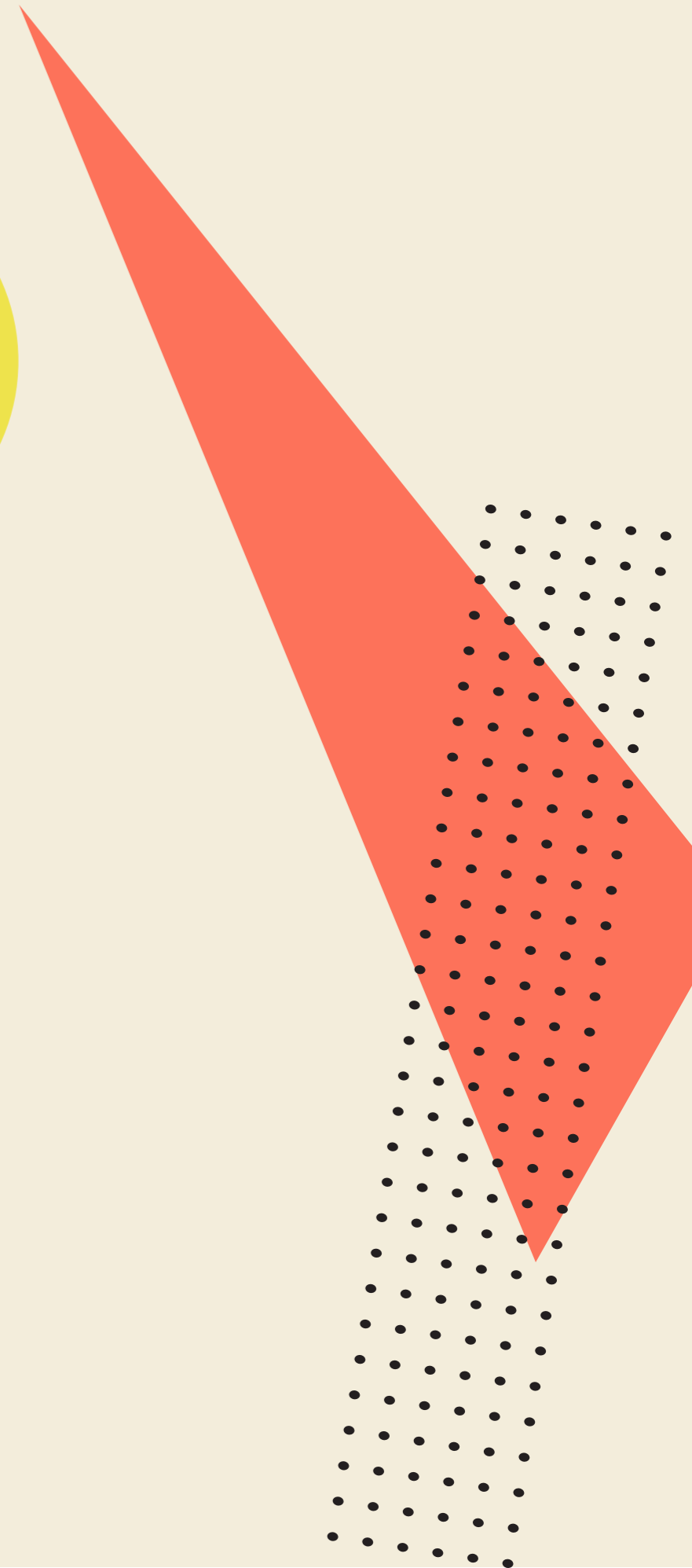
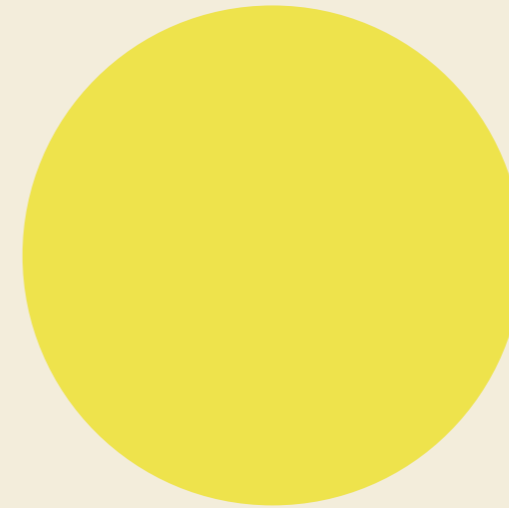
- Kind van gescheiden ouders

*Ik ging veel naar mijn opa en oma in die tijd, daar was alles goed. Er waren geen spanningen en ik kon even op adem komen. Mijn op en oma waren echt engelen, daar kon ik altijd heen. Konden we leuke dingen doen of gewoon even over school praten. Even niet over de problemen praten, daar zit je toch al de hele dag in. Als je moet praten wordt het echt en dat is moeilijk.*

- Kind van gescheiden ouders

*Ik had wel vriendjes die ook gescheiden ouders hadden maar daar praatte ik eigenlijk nooit over. Ik vond dat maar lastig. Ik had één goede vriend bij wie dat was, we begrepen elkaar sneller zonder dat we het er echt over hadden.*

- Kind van gescheiden ouders



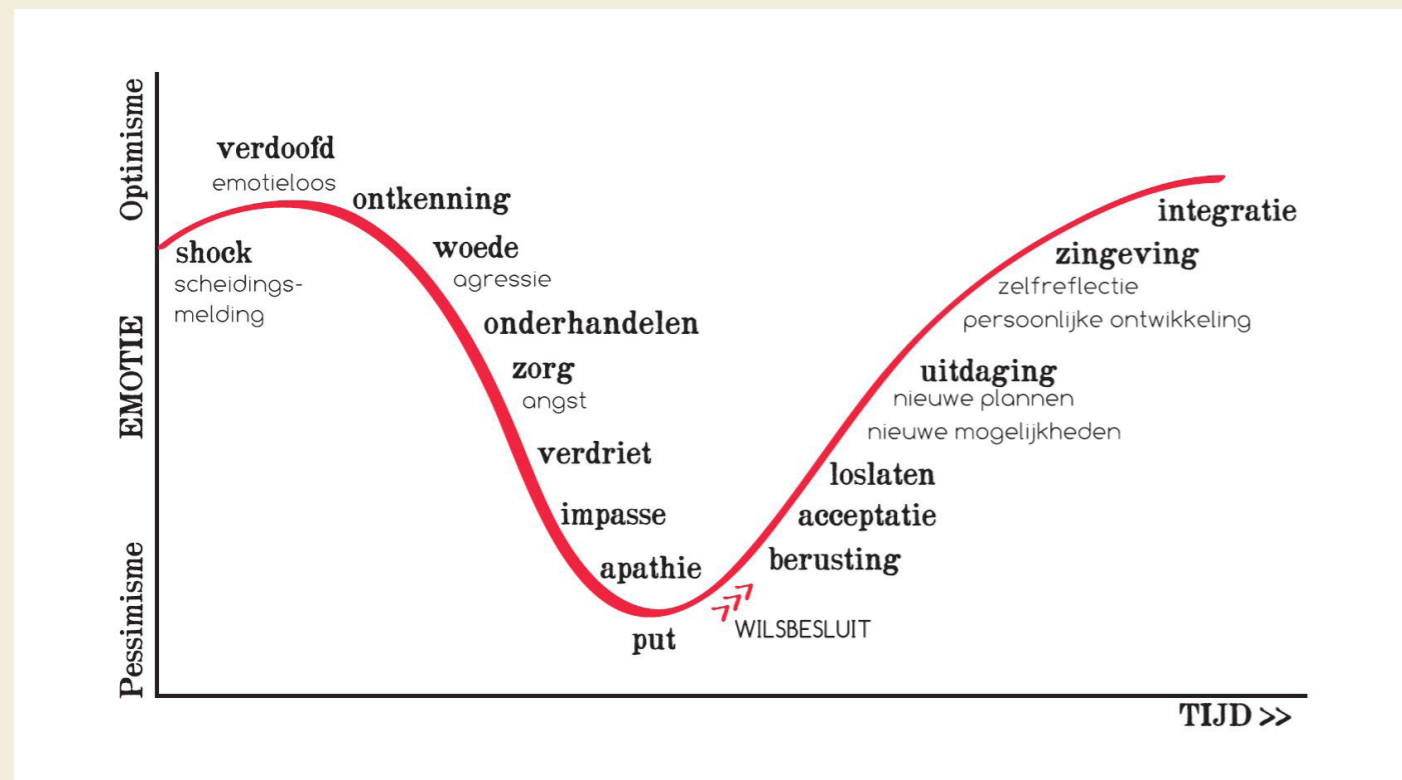
# Aanbevelingen

## Parallele rouwprocessen

Tijdens en na een scheiding start bij zowel ouders als kinderen een rouwproces om deze ingrijpende ervaring te verwerken. De psychiater Elisabeth Kübler-Ross omschrijft het rouwproces als een curve die start met de schok van het slechte nieuws. De verschillende fasen zijn achtereenvolgens: ontkenning, woede, onderhandelen en depressie. Na het dieptepunt van de depressie komt er langzaam maar zeker berusting en ruimte voor plannen voor de toekomst. Onzekerheid en spanning over het zakelijke en het juridische proces versterkt deze gevoelens vaak. Schematisch ziet de rouwcurve er als volgt uit:

Belangrijke factor in deze processen is ook of je als ouder de ander verlaat of verlaten wordt. Vaak is een van beide ouders al met het verwerkingsproces gestart voor de scheidingsmelding. De ander heeft daarom meer tijd nodig om de scheidingsmelding te verwerken. Uit veel interviews kwam naar voren dat deze verschillende rouwprocessen de onderlinge communicatie kunnen verstoren. Terwijl de één met de blik op de toekomst vooral de zakelijke kant wil regelen om verder te kunnen, klampt de ander zich nog vast aan het verleden. Dit zorgt voor miscommunicatie en onbegrip waardoor risico op escalatie en conflict ontstaat.

De fase van verdriet en apathie naar berusting en acceptatie wordt veelal als moeilijkste ervaren, ouders zitten dan in het "dal." Hier zit ook de overgang van gerichtheid op het verleden naar gerichtheid op de toekomst. In deze fase spelen veel gevoelens van angst, onmacht en onzekerheid op en is de behoefte aan grip en controle groot.



Bron: Elisabeth Kübler-Ross; Sarahkoller.nl

## Psycho-educatie werkt

Veel interventies en vormen van begeleiding bij scheiden besteden aandacht aan belang van rouwverwerking en hoe parallele rouwprocessen de communicatie kunnen verstoren. Zo krijgen ouders meer begrip voor hun eigen gevoelens maar ook van die van de ander. Er ontstaat meer ruimte om de transitie van partnerschap naar partners in ouderschap te maken. Bij ouders die niet begeleid worden, is de kans groter dat zij niet bewust zijn van deze parallele rouwprocessen. Daarnaast is de psycho-educatie erg gericht op rouw bij ouders over het verlies van "de partnerrelatie" en minder op het rouwproces van kinderen over het verlies van "het gezin".

## Transitie en rituelen

Veel grote veranderingen in het leven gaan gepaard met het loslaten van zekerheden en zorgen voor chaos, onzekerheid en conflict. Omdat mensen even niet weten hoe te handelen, wat te denken en wat te voelen, is er behoefte aan betekenisgeving, grip en herordening. Rituelen helpen om afscheid en het loslaten van het oude te markeren en de nieuwe situatie in te luiden. Het huwelijk is een voorbeeld van een ritueel bij een positieve verandering, maar juist bij veranderingen met pijn en verdriet helpen duidelijke overgangsrituelen om hiermee om te kunnen gaan en om een periode van rouw en transitie duidelijk af te bakenen. Bij de ingrijpende verandering van scheiden zou een ritueel veel kansen kunnen bieden om meer begrip voor elkaar te krijgen, emoties een plek te kunnen geven en meer grip op de situatie te ervaren. Een ritueel kan ouders en kinderen zo door een moeilijke periode heen gidsen.

## Kind centraal

Zowel tijdens als na de scheiding is een belangrijke aanbeveling om het kind centraal te stellen en te onschuldigen. In deze moeilijke periode heeft het kind grote behoefte aan steun, grip en overzicht en kan het niet vaak genoeg horen dat het zelf geen schuld heeft en ouders ook na de scheiding ouders blijven. Het helpt als ouders en de omgeving veel aandacht hebben voor de emoties, zorgen en vragen van het kind. Hier actief naar vragen, kinderen hierin erkennen en hen betrekken bij het bedenken van oplossingen zijn van groot belang. Het gaat dan om oplossingen voor praktische problemen waar kinderen last van kunnen hebben, niet om oplossingen voor problemen die ouders onderling hebben. Omdat alle veranderingen zo snel gaan, helemaal voor kinderen, is de tijd nemen cruciaal. Geen verandering op verandering

stapelen en soms de eigen behoeften als ouder even opzij zetten. Maar ook steun van uit familie en school om kinderen (tijdelijk) te ontlasten en op adem te laten komen.

## Bijlage 1: Literatuuronderzoek aanbevolen interventies

Hieronder vermelden we interventies die genoemd zijn in de richtlijn Scheiding en problemen van jeugdigen voor jeugdhulp en jeugdbescherming. Deze zijn vermeld op volgorde van “bewijskracht”, waarbij de interventies opgenomen in de Databank Effectieve Jeugdinterventies gelden als de interventies waarvoor de meeste bewijskracht. Interventies in deze databank zijn beoordeeld door een onafhankelijk panel van deskundigen.

Interventies voor ouders en gezinnen die opgenomen zijn in de Databank Effectieve Jeugdinterventies als goed onderbouwd:

- Ouderschap Blijft;
- Ouderschap Na Scheiding (ONS);
- Ouders Werken Samen (in de opnameprocedure).

Interventies voor ouders en gezinnen met goede resultaten uit effectonderzoek of die in onderzoek zijn:

- BRAM; Kind en Echtscheiding – Samen de Zorg;
- Kinderen uit de knel;
- Omgangsbemiddeling/mediation;
- Omgangshuizen;
- ScheidingsATLAS;
- Triple P Family Transitions.

Overige interventies voor ouders en gezinnen:

- BOR-Humanitas;
- Compaiz;
- Complexe Scheidingen (OTS);
- Cursussen voor samengestelde gezinnen (stiefgezinnen);
- DEES-methodiek;
- Door Als Ouders;
- Samen Hier;
- SCHIP-aanpak;
- Sterk uit elkaar;
- Traumabehandeling bij scheiding;
- Wijzer bij scheiden;
- Parallel ouderschap na scheiding.

Relatie-ondersteunende interventies:

Het aanbod aan relatie-ondersteunende interventies is wel ruim, maar in Nederland nog onvoldoende op effectiviteit onderzocht. Onderzoek naar de effecten van programma's in het buitenland geeft het volgende beeld

(Anthonijsz et al., 2010):

- vaardigheidstrainingen hebben een groter bereik dan educatieve programma's;
- therapie/counseling is effectiever dan preventief bedoelde programma's;
- stellen die zes tot tien jaar samenwonen, profiteren sterker van de interventies dan net samenwonende stellen;
- een programma van twintig uur heeft een groter effect dan korter durende programma's;
- er is geen verschil in effect tussen het aanbod van kerkelijke en niet-kerkelijke instellingen.

Voorbeelden van mogelijk effectieve aanpakken:

- APK voor je relatie;
- EFT: Emotionally Focused Therapy;
- EFT-Houd me vast programma;
- E-Health;
- Family Factory: De Tijd van je Leven;
- Family Life;
- Gordoncursus;
- Marriage Course Nederland;
- Marriage Encounter (zowel katholiek als protestants);
- Partnersteun (Triple P-module);
- Pinkcloud cursus;
- Two2tango.

Uitgebreidere toelichting op de interventies is te vinden in de richtlijn Scheiding en problemen van jeugdigen voor jeugdhulp en jeugdbescherming, te vinden op <https://richtlijnenjeugdhulp.nl/scheiding/>.

## Bijlage 2: Aanpak literatuuronderzoek

Met dit literatuuronderzoek wordt antwoord gegeven op de volgende onderzoeksvragen:

1. Welke fases zijn zichtbaar in een relatie en wat zijn cruciale momenten (turning points) daarin die het succes of falen van de relatie beïnvloeden?
2. Welke factoren vergroten de kans op een (v) echtscheiding? (risicofactoren voor scheiding)
3. Welke factoren verkleinen de kans op een (v) echtscheiding? (beschermende factoren voor scheiding)
4. Welke factoren vergroten de kans op een problematische ontwikkeling van de relatie tussen ouders nadat een scheiding heeft plaatsgevonden? (risicofactoren voor problematische ontwikkeling na scheiding)
5. Welke factoren verkleinen de kans op een problematische ontwikkeling van de relatie tussen ouders nadat een scheiding heeft plaatsgevonden? (beschermende factoren voor problematische ontwikkeling na scheiding)
6. Met welke interventies zijn deze factoren te beïnvloeden?

Op basis van de Richtlijn Scheiding en het NJi kennisdossier Scheiding zijn deelvragen 2 t/m 6 beantwoord.

Voor deelvraag 1 is een aanvullende literatuursearch gedaan. Hierbij is gefocust op overzichtsstudies (reviews en meta-analyses) en longitudinale studies, omdat deze de meeste zeggingskracht hebben. Er is daarnaast gezocht naar cruciale momenten in het algemeen en naar momenten waarvan wij verwachten dat deze mogelijk invloed hebben op de relatie tussen partners, zoals werkloosheid en het overlijden van een naaste.

### Databases:

- EBSCOHost complete (o.a. PsycInfo, ERIC, MEDLINE en SocINDEX)
- GoogleScholar

### Type literatuur:

- Literatuurreviews, meta-analyses en

longitudinale studies

- Afbakening in tijd: 2005 – heden

### Trefwoorden:

- Scheiding of relatie: (divorc\* OR separat\* OR relationship quality OR relationship satisfaction OR couple\* OR marriage OR marital OR coparenting OR co-parenting OR stepfamily OR stepparent\* OR stepmother OR stepfather) - title
- Gezin met kinderen: (family OR families OR child\* OR teen\* OR youth) - abstract
- Turning points: (turning point OR life event\* OR stress\* OR parenthood OR becoming parents OR empty nest\* OR leaving home OR home-leaving OR relocation OR employment change OR new employment OR unemploy\* OR death OR bereavement OR sickness OR health OR medical condition OR physical illness OR cancer) - abstract
- Type onderzoek: (systematic review OR literature review OR scoping review OR meta-analysis OR longitudinal OR randomized) - title
- (\*alles dat achter het woord staat wordt meegenomen, dus famil\* vangt zowel family als families)

In GoogleScholar nog specifiek gezocht naar: turning points, predictors divorce, risk/resilience divorce/relationship quality couple, sickness child, remarriage/recoupling.



## Bijlage 3: Literatuurlijst

Albuquerque, S., Pereira, M. & Narciso, I. (2016). Couple's Relationship After the Death of a Child: A Systematic Review. *Journal of Child & Family Studies*, 25, 30–53.

Amstad, F.T., Meier, L.L., Fasel, U., Elfering, A. & Semmer, N.K. (2011). A Meta-Analysis of Work–Family Conflict and Various Outcomes With a Special Emphasis on Cross-Domain Versus Matching-Domain Relations. *Journal of Occupational Health Psychology*, 16(2), 151–169.

Bauserman, R. (A Meta-analysis of Parental Satisfaction, Adjustment, and Conflict in Joint Custody and Sole Custody Following Divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(6), 464–488.

Black, K & Lobo, M (2008). A Conceptual Review of Family Resilience Factors, *Journal of Family Nursing*, 14(1), 33–55.

Blom, N., Verbakel, E. & Kraaykamp, G. (2020). Couples' Job Insecurity and Relationship Satisfaction in the Netherlands. *Journal of Marriage and Family*, 82, 875–891

Blow, J & Hartnett, K (2005), Infidelity in committed relationships II: A substantivereview. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 217–233.

McBroom, L.A. (2011). Understanding postdivorce coparenting families: Integrative literature review. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 23, 382–388

Chong, A. & Mickelson, K.D. (2013). Perceived Fairness and Relationship Satisfaction During the Transition to Parenthood: The Mediating Role of Spousal Support. *Journal of Family Issues*, 37(1), 3–28.

Cohen, O. & Finzi-Dottan, R. (2014). Contribution of Health, Coparenting, and Maturity of Defense Mechanisms to the Quality of Life of Divorcing and Divorced Parents: A Longitudinal Study. *Marriage & Family Review*, 50, 395–415.

Delicate, A., Ayers, S., Easter, A. & McMullen, S. (2018). The impact of childbirth-related post-traumatic stress on a couple's relationship: a systematic review and meta-synthesis. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 36(1), 102–115.

Falconier, M. K., & Jackson, J. B. (2020). Economic Strain and Couple Relationship Functioning: A Meta-Analysis. *International Journal of Stress Management*, 27(4), 311–325.

Ford, M.T., Heinen, B.A. & Langkamer, K.L. (2007). Work and Family Satisfaction and Conflict: A Meta-Analysis of Cross-Domain Relations. *Journal of Applied Psychology*, 92 (1), 57– 80.

Glade, A.C., Bean, R.A. & Vira, R. (2005). A Prime Time for Marital/Relational Intervention: A Review of the Transition to Parenthood Literature with Treatment Recommendations. *The American Journal of Family Therapy*, 33, 319–336.

McHale, J.P. & Lindahl, K.M. (2011). Coparenting: A Conceptual and Clinical Examination of Family Systems (First Edition). American Psychological Association, 231–250.

Kamp Dush, C.M., Kotila, L.E. & Schoppe-Sullivan, S.J. (2011). Predictors of Supportive Coparenting After Relationship Dissolution Among At-Risk Parents. *Journal of Family Psychology*, 25(3), 356 –365.

Leach, L.S. & Butterworth, P. (2012). Psychosocial adversities at work are associated with poorer quality marriage-like relationships. *Journal of Population Research*, 29(4), pp. 351–372.

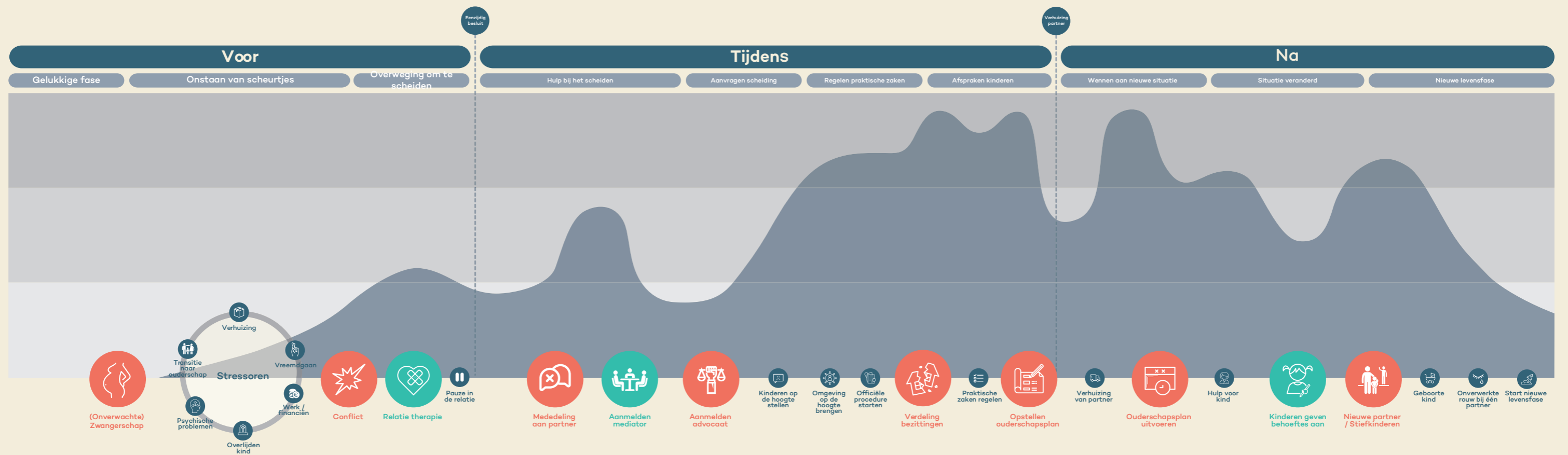
Mitnick, D.M., Heyman, R.E. & Smith Slep, A.M. (2009). Changes in Relationship Satisfaction Across the Transition to Parenthood: A Meta-Analysis. *Journal of Family Psychology*, 23(6), 848 – 852.

Peterson, G.W. & Bush, K.R. (2013). *Handbook of Marriage and the Family* (Third Edition). New York, USA: Springer

Sayer, L.C., England, P., Allison, P.D. & Kangas, N. (2011). She Left, He Left: How Employment and Satisfaction Affect Women's and Men's Decisions to Leave Marriages. *American Journal of Sociology*, 116(6), 1982–2018.

Shaw, I.A. (2010). Divorce Mediation Outcome Research: A Meta-Analysis. *ConflictResolution Quarterly*, 27(4), 447–467

# Bijlage 4: Overzicht klantreis





**GARAGE**  
**2020**