

Wat als 'thuis' gescheiden is?



Tekening: Sjors, 11 jaar

(Van Oostrom, 2017)

Een onderzoek naar de gewenste ondersteuning
voor jongeren met gescheiden ouders

Nynke Lubberink & Susanne Vink

Adviesrapport

Inhoudsopgave

H1. Inleiding en aanleiding	2
H2. Probleemomschrijving	2
H3. Adviesopties	3
3.1 Individuele ondersteuning	3
3.2 Groepsondersteuning	4
3.3 Internet	6
3.4 Scholen	7
3.5 Bereikbaarheid	7
H4. Implementatie adviesopties	9
4.1 Implementatie in Overbetuwe	9
4.2 Praktische uitvoering van het advies.....	10
Literatuurlijst	12
Bijlagen.....	14
Bijlage 1 Bijeenkomst vrijwilligers	14
Bijlage 2 Risicogroep en zorgelijk gedrag	15
Bijlage 3 Indirecte hulp aan het kind door informatie voor ouders	17
Bijlage 4 Werkvorm Zorgenboom	18
Bijlage 5 Werkvorm Mandala	20
Bijlage 6 Werkvorm ouderschapsplan.....	22
Bijlage 7 KIES Bijeenkomsten pubers.....	23

H1. Inleiding en aanleiding

Naar aanleiding van het onderzoeksrapport, geschreven door Nynke Lubberink en Susanne Vink, in het kader van het afstuderen aan de opleiding pedagogiek hebben de opdrachtgevers, Riesje Paulissen en Lianne van de Wiel, aangegeven behoefte te hebben aan een adviesnota. Het onderzoek heeft zich gericht op de vorm en inhoud van laagdrempelige ondersteuning in de nulde- en eerste lijn die jongeren met gescheiden ouders wensen.

In het nieuwe jeugdstelsel is aandacht gekomen voor preventie en het bevorderen van eigen verantwoordelijkheid van de burger. Hierdoor is ook een grotere focus gekomen op het versterken van eigen kracht bij jeugdigen. Dit heeft betrekking op het ontdekken, vergroten en benutten van de sterke kanten van de jeugdige. Daarnaast wordt van het sociale netwerk een grote betrokkenheid gevraagd (Laffra & Nikken, 2014).

H2. Probleemomschrijving

Er komen de laatste jaren veel hulpvragen rondom scheiding binnen, in allerlei gradaties voor zowel ouders als kinderen. De meeste van deze hulpvragen worden voorzien van een maatwerkvoorziening in de tweedelijnszorg, waarbij de nulde- en eerste lijn overgeslagen worden. Een belangrijke oorzaak hiervan is dat er in de eerste lijn weinig aanbod is.

Hierdoor kan niet de hulp gegeven waarmee een 'vechtscheiding' mee voorkomen zou kunnen worden en kinderen relatief onbeschadigd door deze situatie heen komen. Wanneer partners gaan scheiden hebben zij veel dingen om te regelen, waarbij vooral aandacht besteed wordt aan praktische zaken. De emotionele gevolgen van een scheiding komen minder aan bod. Juist omdat ouders hierdoor aan de belangen en behoeften van het kind voorbij kunnen gaan, is het van belang om de hulpverlening aan kinderen en jongeren aan te kunnen bieden in een vroeg stadium.

Binnen het innovatieprojectplan 'Belangen van het kind centraal' wordt door STMR verschillende activiteiten ontwikkeld. Er wordt echter tegen het feit aangelopen dat er weinig aanbod is voor jongeren vanaf 12 jaar, terwijl er voor kinderen in het basisonderwijs meer aanbod is wanneer ouders gaan scheiden of al gescheiden zijn (Van Oostrom, 2017).

H3. Adviesopties

Omdat er uit het onderzoeksrapport verschillende vormen van ondersteuning wenselijk bleken, wordt in onderstaande paragrafen een advies voor verschillende vormen uitgewerkt. In dit advies wordt bij elke vorm van ondersteuning uitgegaan van de eigen kracht van de jongeren. Het benutten van de eigen kracht van de jongeren zorgt voor een sterke basis. Hierdoor zijn jongeren in staat problemen tijdens het opgroeien (zoveel mogelijk) zelf op te lossen. Samen met belangrijke mensen in het netwerk kunnen zij opzoek naar mogelijkheden en oplossingen. Belangrijk hierbij is hoe steviger het sociale netwerk, hoe groter de kans dat de jongere grip houdt op zijn leven (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.-a).

In onderstaande adviesopties wordt gesproken over ervaringsdeskundigen, deze mensen moeten, om de aansluiting bij de jongeren zo goed mogelijk te houden, aan de volgende voorwaarden te voldoen:

- De ervaringsdeskundige moet zelf gescheiden ouders hebben en hier met gemak en professionele afstand over kunnen praten;
- De ervaringsdeskundige moet enige theoretische kennis hebben over jongeren en scheidingen. Wanneer vrijwilligers worden geworven dienen zij een eenmalige bijeenkomst te volgen (zie hiervoor bijlage 1);
- De ervaringsdeskundige moet minimaal 18 jaar zijn en niet ouder dan 30 jaar;
- De ervaringsdeskundige moet vaardigheden bezitten op gebied van gespreksvoering en empathisch vermogen hebben.

3.1 Individuele ondersteuning

Bij individuele ondersteuning wordt gewerkt vanuit autonomie en het ontwikkelvermogen van de cliënt. De ondersteuning sluit aan op de individuele behoefte en hulpvraag van de jongere (Marnix onderwijscentrum, z.d.). Voor individuele ondersteuning is het advies om een buddy-systeem op te zetten waarin ervaringsdeskundigen jongeren met gescheiden ouders één-op-één ondersteunen. De ervaringsdeskundige wordt gekoppeld aan de jongere, zodat de jongere een vast persoon heeft om afspraken mee te maken. De ondersteuning heeft een informeel karakter waardoor de drempel om hulp te vragen verlaagd wordt, de jongere en ervaringsdeskundige kunnen zelf naar eigen inzicht en wensen de ondersteuning invullen.

Wie

De ondersteuning kan uitgevoerd worden door medewerkers van de betrokken organisaties die zelf ervaringsdeskundige zijn. Daarnaast zouden er vrijwilligers geworven kunnen worden in de regio die als ervaringsdeskundige in het buddy-programma kunnen werken.

Waar

Deze ondersteuning moet op een neutrale plek georganiseerd worden zoals een bibliotheek, waar ook mogelijkheden zijn voor een wandeling buiten of een activiteit.

Wanneer

De individuele ondersteuning kan gedurende één uur per week geboden worden, het is aan de jongere en zijn buddy wanneer zij deze ondersteuning inplannen. De ondersteuning kan gedurende het hele jaar geboden worden.

3.2 Groepsondersteuning

Enkele studies naar preventieve interventies noemen mogelijke werkzame factoren voor het stimuleren van de eigen kracht van jongeren. Het is belangrijk jongeren zelf mee te laten beslissen in de hulpverlening en in de keuzes die zij maken in hun leven. Daarnaast werkt groepstraining en lotgenotencontact (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.-b). Lotgenotencontact kan voor globaal genomen vier hoofdeffecten zorgen:

- Een beter zelfgevoel;
- Wederzijdse ondersteuning;
- Opdoen van kennis en vaardigheden;
- Preventieve werking het gebruik van de gezondheidszorg (Distelbrink, De Gruijter, Oudenampsen, Flikweert & Ter Woerds, 2008).

Voor groepsondersteuning is het advies om een inloopbijeenkomst te organiseren, waarbij elke bijeenkomst een vooraf kenbaar gemaakt thema heeft. Deze thema's zijn gebaseerd op de behoeften van jongeren zoals deze uit het onderzoek zijn gekomen. Effectieve interventies zijn kortdurend, gestructureerd en richten zich op het bereiken van de kinderen. Er wordt met hen in gesprek gegaan over belangrijke zaken die te maken hebben met scheiding, ondersteuning geboden, vaardigheden vergroot en de geestelijke gezondheid van kinderen wordt bevorderd (Rose, 2009 in Ince & Verheijden, 2015).

Een bijeenkomst moet op een bepaalde wijze vormgegeven worden. Het is wenselijk om de ondersteuning een informeel karakter te geven zodat er emotionele veiligheid aan jongeren geboden worden. Helpend hierbij is om te beginnen met een energizer om de groep rustig aan elkaar te leren kennen en hierdoor te vermijden om meteen te beginnen met intensieve gesprekken. Vervolgens start de hoofdactiviteit, dit kan gedaan worden middels een wandeling, (groeps-) activiteit of creatieve werkvorm zoals een spel of beeldende vorming (zie hiervoor ook de bijlagen). Door deze afwisselend aan te bieden, wordt een aantrekkelijk programma gecreëerd. Ten slotte is het wenselijk de bijeenkomst reflectief af te sluiten door te vragen naar de persoonlijke ervaring van de jongeren en door te laten terugblikken op wat

er gedeeld is binnen de groep of in de duo's. Hierdoor leren de jongeren om het delen van persoonlijke ervaringen als positief te ervaren.

Concreet moeten de bijeenkomsten zich richten op de volgende onderwerpen:

- Het kwijt kunnen van situaties die jongeren bezighouden;
Jongeren moeten een moment krijgen waarbij zij concrete situaties die zij meemaken kunnen bespreken in de groep, zodat zij ervaringen kunnen delen en hulp in de omgang met deze situaties kunnen krijgen van zowel lotgenoten als de groepsleider. Om de (emotionele) veiligheid te waarborgen, moet door de groepsleider worden ingeschat of de groep wordt ingedeeld in kleinere groepen of dat de grotere groep als geheel kan blijven.
- Leren omgaan met gevoelens die de scheiding met zich meebrengt, in het bijzonder verwerken van verdriet;
Voor jongeren kan het moeilijk zijn om gevoelens te herkennen en hiermee om te gaan. Verdriet is het meest ervaren gevoel volgens het onderzoek. Het is belangrijk om dit stapsgewijs aan te pakken, door te beginnen bij welke basisgevoelens er zijn, hoe dit zich uit per persoon en wat manieren zijn om met deze gevoelens om te gaan. Jongeren moeten leren dat de gevoelens normaal zijn en een plekje in hun leven moet krijgen.
- Het contact met ouders;
Contact met ouders kan soms moeilijk verlopen, jongeren kunnen gebaat zijn bij het oefenen van een moeilijk gesprek of leren hoe zij voor zichzelf op kunnen komen. Indirect kunnen jongeren geholpen zijn met een boodschap aan ouders op papier waar jongeren behoefte aan hebben (zie ook bijlage 2). Jongeren hoeven dit dan niet zelf te zeggen omdat dit vaak lastig kan zijn.
- De mogelijkheden die er zijn in het maken van keuzes rondom wonen, feestdagen en afspraken.
Wanneer ouders scheiden veranderen er voor jongeren op praktisch gebied vaak veel dingen. Vanaf 14 jaar hebben jongeren het recht om mee te denken in het ouderschapsplan, daarnaast zijn zij goed in staat om mee te denken over de praktische gevolgen en welke wensen zij hierin hebben (zie ook bijlage 6). Het kan voor een jongere helpend zijn wanneer iemand van buitenaf helpt om keuzemogelijkheden op een rij te zijn om overzicht te creëren. Ook wanneer er keuzes zijn gemaakt en de jongere hier niet tevreden over is, is het goed om samen na te denken over wat wenselijk zou zijn.

De jongeren zijn vrij om te komen wanneer zij daar behoefte aan hebben. Wanneer de bijeenkomsten beginnen te lopen kan er input vanuit de jongeren gevraagd worden voor de thema's. Daarnaast kan wanneer vanuit het buddy-systeem blijkt dat er meer behoefte is aan groepsondersteuning vanuit dit perspectief een groep opgestart worden, die eventueel een hogere frequentie heeft. Door jongeren de keuze te laten in de frequentie waarin zij de ondersteuningsbijeenkomsten bezoeken en vooraf niet in hoeven te schrijven wordt tegemoetgekomen aan de behoefte van jongeren om deel te nemen aan ondersteuning wanneer zij daar behoefte aan hebben. Hiermee wordt de ontwikkelende autonomie en de mogelijkheid om vanuit intrinsieke motivatie deel te nemen gerespecteerd. Daarnaast wordt de laagdrempeligheid van de ondersteuning hiermee gewaarborgd.

Wanneer de ondersteuningsbijeenkomsten eenmaal met regelmaat bezocht worden door jongeren, kunnen op den duur de bijeenkomsten ingevuld worden met thema's die de jongeren zelf aangeven belangrijk te vinden om verder te bespreken. De thema's zullen vooraf kenbaar gemaakt worden zodat de jongeren kunnen kiezen welke onderwerpen ze interessant vinden. Dit sluit aan bij werkzame factoren voor het empoweren van jongeren.

Wie

De ondersteuning kan uitgevoerd worden door medewerkers van de betrokken organisaties die ervaringsdeskundige zijn. Daarnaast zouden er vrijwilligers geworven kunnen worden in de regio die als ervaringsdeskundige in de groepsondersteuning kunnen werken, zij kunnen als extra ondersteunende factor ingezet worden.

Waar

Deze ondersteuning moet op een neutrale plek georganiseerd worden zoals een bibliotheek, waar ook mogelijkheden zijn voor een wandeling buiten of een activiteit.

Wanneer

De groepsondersteuning kan één keer per maand op een vaste dag aan het eind van de middag gegeven worden gedurende het hele jaar.

3.3 Internet

Het inzetten van internet als ondersteuning kan gedaan worden door een buddy-systeem te creëren, waarbij gekozen kan worden voor vrijwilligers van buitenaf of ervaringsdeskundige medewerkers die aan een jongere gekoppeld worden, zodat de jongere bij een vast persoon zijn verhaal en vragen kwijt kan. Bij medewerkers die in het bezit zijn van een zakelijke telefoon kan dit via WhatsApp gedaan worden, voor vrijwilligers is het wenselijker om dit via mailcontact vorm te geven in verband met het delen van privégegevens. Daarnaast kan er een forum opgestart worden, waarbij een chat of algemeen mailadres opties zijn. Bij het

forum is het van belang dat er een medewerker meeleest en eventueel antwoordt, om ervoor te waken dat er geen verkeerde of zelfs averechtse hulp geboden wordt. De algemene mail kan worden beantwoord door medewerkers van de organisaties. Zo wordt een laagdrempelige manier van ondersteuning gecreëerd.

Wie

De ondersteuning kan uitgevoerd worden door medewerkers van de betrokken organisaties die zelf ervaringsdeskundige zijn. Daarnaast zouden er vrijwilligers geworven kunnen worden in de regio die als ervaringsdeskundige in het buddy-systeem kunnen werken.

Wanneer

Alle genoemde vormen zijn doordeweeks bereikbaar gedurende het hele jaar.

3.4 Scholen

Docenten/mentoren moeten op een informele manier betrokken zijn bij de jongeren en tevens betekent dit dat docenten op de hoogte moeten zijn van ontwikkelingen rondom de situatie van de jongere, scheidingen en het ondersteuningsaanbod. Zo kunnen jongeren zelf bepalen of en welke ondersteuning ze opzoeken. Concreet betekent dit dat er voor docenten een bijeenkomst moet worden georganiseerd, het liefst op de school zelf, waarbij door een professional aandacht wordt besteed aan de signalering van problemen (zie hiervoor bijlage 2), lichte begeleiding van jongeren op school en ondersteuningsmogelijkheden.

Wie

Docenten, in het bijzonder mentoren, kunnen lichte ondersteuning bieden aan de jongere. Zij moeten worden getraind door een professional.

Waar

Middelbare scholen in de gemeente Overbetuwe.

Wanneer

Gedurende het hele schooljaar op schooldagen, na of tussen de lessen zijn docenten bereikbaar voor lichte ondersteuning. De trainingsbijeenkomst voor docenten wordt georganiseerd voor alle docenten op een middag na lestijd, aansluitend aan een vergadering of tijdens een studiedag.

3.5 Bereikbaarheid

Een goede bereikbaarheid van ondersteuning is van belang om de ondersteuning te laten slagen. Bereikbaarheid heeft te maken met overzicht; "wanneer iets makkelijk te overzien is" (Van Dale, z.d.). Wanneer internet ingezet kan worden als informatievoorziening wordt dit gezien als behulpzaam blijkt uit het onderzoek. Er moet één website komen met algemene

informatie, meest gestelde vragen, verhalen met bijvoorbeeld eigen ervaringen van andere jongeren en mogelijkheden van ondersteuning. Zo kunnen jongeren op hun gemak lezen en hebben ze alle informatie binnen handbereik. Daarnaast moet er op de website een kopje 'contact' komen, waar jongeren informatie kunnen vinden over een manier om vragen te stellen. Dit zal via een algemeen nummer van het Sociaal Kernteam zijn waar door middel van een beldienst op doordeweekse dagen contact mee opgenomen kan worden. Tevens kan er gemaild worden naar het mailadres van het Sociaal Kernteam. Zo kunnen vragen beantwoord worden en/of kan verwezen worden naar het ondersteuningsaanbod. De website kan worden gepromoot via sociale media.

Scholen zijn, naast een goede vindplaats voor problematiek, een plek waar jongeren graag informatie willen over ondersteuningsmogelijkheden. De voorkeur gaat naar een gesprek met de mentor of een docent, omdat hier vertrouwen ligt en zij vragen kunnen beantwoorden. Echter een informatieblad zoals een flyer op school kan ook helpend zijn, waarin de informatiewebsite opgenomen kan worden.

H4. Implementatie adviesopties

4.1 Implementatie in Overbetuwe

Door R. Paulissen en L. van de Wiel worden medewerkers aangewezen om in de praktijk verder gaan met de uitvoer van het adviesrapport. De opdracht voor innovatie met betrekking tot scheidingen ligt bij STMR, daar zal in eerste instantie ook de uitvoering ervan liggen. Als eerste is het van belang dat de adviesnota in praktijk omgezet gaat worden. De adviezen over de vorm en inhoud van de ondersteuning zullen door R. Paulissen en L. van de Wiel worden bekeken, waarna zij, in overleg met de reeds aangewezen medewerkers zullen besluiten welke concrete activiteiten in het ondersteuningsaanbod als eerste in gang gezet kunnen worden. Dit zullen activiteiten zijn die binnen de bestaande middelen mogelijk zijn. Daarna begint de daadwerkelijk uitvoering. Dit betekent dat de eerste activiteiten uitgevoerd gaan worden. Dit zijn bewust enkele activiteiten, zodat er op kleine schaal gekeken kan worden hoe dit uitpakt. Er zullen regelmatig evaluaties plaats moeten vinden om de voortgang van de ondersteuning te evalueren en bij te stellen. Deze evaluaties zullen zich richten op de opkomst bij de ondersteuning, de aansluiting van inhoud bij behoeften van jongeren, de inzet van medewerkers (capaciteiten) en financiën. Het is belangrijk om ook bij de doelgroep te evalueren hoe zij de ondersteuning ervaren, dit kan gedaan worden door een vragenlijst of evaluatiebijeenkomst. Zo kan inzichtelijk worden gemaakt in hoeverre de innovatie succesvol is (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.-a).

Om de verandering een onderdeel te maken van het dagelijks werk wordt maandelijks een vergadering gepland waarin het proces in de gaten gehouden wordt en waarin verschillende perspectieven besproken worden. Tevens is het van belang elk aspect van het project te bekijken zodat het passend blijft voor zowel jongeren als medewerkers (Nederlands Jeugdinstituut, z.d.-a).

Wanneer de ondersteuning blijkt te werken en er voldoende animo is vanuit de doelgroep, zal er, door R. Paulissen en L. van de Wiel, een overzicht gemaakt worden van de adviezen die voor de uitvoer meer vragen dan de bestaande middelen op dit moment kunnen bieden. Binnen de gemeente is de normale werkwijze dat er, wanneer er subsidiëring voor een project nodig is, een concreet plan wordt aangereikt met daarin de benodigde (financiële) middelen en een onderbouwing van het belang van het project. Omdat enkele van de voorgestelde adviezen subsidie nodig zullen hebben, zoals wanneer er professionals ingezet moeten worden, zal dit deel van het advies opgepakt worden door R. Paulissen en L. van de Wiel. Waarna door portefeuillehouder van de gemeente wordt besloten of er een subsidie voor toegekend kan worden.

Activiteit	Wie	Tijdsplanning
Brainstormsessie 1 adviesrapport	Susanne, Nynke, R. Paulissen, L. Cino	17-05-2018
Brainstormsessie 2 adviesrapport	Susanne, Nynke, R. Paulissen & L. van de Wiel	30-05-2018
Aanwijzen eindverantwoordelijken	Sociaal Kernteam	20-06-2018
Introductie adviesnota	Nynke en Susanne	20-06-2018
Adviesnota lezen	R. Paulissen en L. van de Wiel	Start: 20-06-2018
Bijeenkomst adviesnota, taakverdeling, verwachtingen en concrete eerste stappen uitwerken naar praktijk	R. Paulissen, L. van de Wiel en aangewezen medewerkers	Start: 20-06-2018
Ondersteuningsaanbod uitvoeren	Sociaal Kernteam, ForteWelzijn, STMR	03-09-2018
Eerste evaluatiemoment	R. Paulissen, L. van de Wiel en aangewezen medewerkers	01-10-2018
Tweede evaluatiemoment	R. Paulissen, L. van de Wiel en aangewezen medewerkers	01-11-2018
(Aangepast) ondersteuningsaanbod uitvoeren	Sociaal Kernteam, ForteWelzijn, STMR	Start:15-10-2018
Proces subsidies ondersteuningsaanbod	R. Paulissen & L. van de Wiel	Start: 01-01-2019

4.2 Praktische uitvoering van het advies

Tijd en capaciteit

Binnen de gemeente zijn er enkele organisaties actief van waaruit zowel capaciteit als tijd beschikbaar is om het ondersteuningsaanbod te gaan uitvoeren. Deze organisaties zijn onder andere het Sociaal Kernteam, ForteWelzijn en STMR.

Financiële middelen

Binnen de implementatie moet de eerste opstart gemaakt worden zonder extra subsidies, er moet dus gewerkt worden vanuit de beschikbare medewerkers en middelen op dit moment. Wanneer de ondersteuning een periode op gewenste manier uitgevoerd is, kunnen er subsidies aangevraagd worden. Dit is echter een lang proces en het is op dit moment niet bekend waar de subsidies in de toekomst naar toe zullen gaan. Hiervoor zal een goed onderbouwd verzoek ingediend moeten worden, waarna de portefeuillehouder van de gemeente een besluit zal nemen over de toekenning.

Middelen

Voor de ondersteuning zullen materialen beschikbaar moeten zijn om deze te kunnen uitvoeren. Daarnaast moet er een ruimte beschikbaar zijn omdat een informeel karakter gewenst is, is het van belang goed uit te zoeken waar hier mogelijkheden voor zijn.

Literatuurlijst

Distelbrink, M., De Gruijter, M., Oudenampsen, D., Flikweert, M. & Ter Woerds, S. (2008). *Effecten van lotgenotencontact. Onderzoek bij de Vereniging Spierziekten Nederland*.

Geraadpleegd op 18 mei 2018, van https://www.verwey-jonker.nl/doc/participatie/D3644_Effecten%20lotgenotencontact.pdf

Ince, D. & Verheijden, E. (2015). *Wat werkt bij scheiding?* Geraadpleegd op 18 mei 2018, van [https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Wat-werkt-publicatie/\(311053\)-nji-dossierDownloads-Watwerkt_scheiding.pdf](https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Wat-werkt-publicatie/(311053)-nji-dossierDownloads-Watwerkt_scheiding.pdf)

Jonge Helden in de Klas (z.d.). *Verdriet bespreekbaar maken*. Geraadpleegd op 8 juni 2018, van http://www.jongeheldenindeklas.nl/scheiding/7_9_jaar/werkvormen_voor_in_de_klas

Jonge Helden in je Omgeving (z.d.). *Wanneer zorgen maken?* Geraadpleegd op 13 juni 2018, van http://www.jongeheldeninjeomgeving.nl/scheiding/13__18_jaar/wanneer_zorgen_maken_

Laffra, J. & Nikken, P. (2014). *Wat werkt bij het versterken van eigen kracht?* Geraadpleegd op 18 mei 2018, van <https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Wat-werkt-publicatie/Wat-werkt-versterken-van-eigen-kracht.pdf>

Marnix onderwijscentrum (z.d.). *Individuele begeleiding*. Geraadpleegd op 18 mei 2018, van <https://www.marnixonderwijscentrum.nl/onderzoek/individuele-begeleiding>

Nederlands Jeugdinstituut (z.d.-a). *Sterke basis voor de jeugd*. Geraadpleegd op 18 mei 2018, van <https://www.nji.nl/nl/Kennis/Dossier/Sterke-basis-voor-de-jeugd/De-rol-van-de-gemeente/Eigen-kracht-stimuleren>

Nederlands Jeugdinstituut (z.d.-b). *Wat werkt?* Geraadpleegd op 18 mei 2018, van <https://www.nji.nl/nl/Databank/Databank-Wat-werkt/Wat-werkt-onderwerpen/Wat-werkt-bij-het-versterken-van-eigen-kracht>

Pinedo, M. & Vollinga, P. (2013). *'Aan alle gescheiden ouders'*. Geraadpleegd op 20 mei 2018, van <http://www.villapinedo.nl/wp-content/uploads/2012/09/Villa-Pinedo-open-brief-14-09-20121.pdf>

Scheidings-mediato (z.d.). *Kies kinderen in echtscheidingssituaties*. Geraadpleegd 13 juni 2018, van <http://scheidings-mediators.nl/alles-over-scheiden/kies-kinderen-in-echtscheidingssituaties/>

Van Dale (z.d.). *Betekenis 'overzicht'*. Geraadpleegd op 31 mei 2018, van <https://www.vandale.nl/gratis-woordenboek/nederlands/betekenis/overzicht#.WxAEckIFPIU>

Van Oostrom, M. (2017). *Belang van het kind centraal. Minder vechtscheidingen in Overbetuwe. (Innovatieprojectplan)*. Tiel: STMR

Bijlagen

Bijlage 1 Bijeenkomst vrijwilligers

De bijeenkomst voor vrijwilligers is erop gericht hen voor te bereiden op de ondersteuning die ze gaan bieden aan de jongeren. Belangrijke onderwerpen die in de bijeenkomst aan bod moeten komen zijn:

- Kennis scheiding (ontwikkelingstaken jongeren, gevolgen scheiding, rol netwerk, rol ouders). Hiervoor kan ook de literatuurstudie van het onderzoek geraadpleegd worden.
- Gespreksvaardigheden:
 - Do's & don'ts
 - Luisteren
 - Open vragen stellen
 - Geen suggestieve vragen
 - Laat de jongere zelf nadenken over oplossingen
- Empowerment, eigen kracht stimuleren
- Belangrijke onderwerpen om te bespreken
Zie hiervoor paragraaf 3.2 Groepsondersteuning
- Signalering problemen (zie ook bijlage 2)
- Wat te doen als...
 - De jongere in een nare situatie terecht komt
 - De veiligheid van de jongere in het geding is
 - Meer ondersteuning nodig heeft dan jij kunt bieden

Wanneer vrijwilligers echt niet uit situaties komen of hulp nodig hebben bij moeilijke situaties is het van belang dat zij terecht kunnen bij de coördinerend medewerker.

Bijlage 2 Risicogroep en zorgelijk gedrag

Jonge Helden in je Omgeving (z.d.) omschrijft in een artikel de risicogroep en zorgelijk gedrag, wat van belang kan zijn tijdens de bijeenkomst voor vrijwilligers en docenten:

Risicogroep

Scheidingen met de meest nadelige gevolgen voor jongeren zijn scheidingen waarbij:

1. Ouderlijke conflicten blijven voortduren na de scheiding. Kinderen en jongeren die dit meemaken lopen de meeste schade op, vaak levenslang.
2. De ouder waarbij de jongere woont problemen heeft.
3. De jongere veel veranderingen heeft doorgemaakt als gevolg van de scheiding (bijvoorbeeld: verhuizing, andere school, contactverlies met een deel van de familie, contactverlies met de andere ouder, financiële achteruitgang etc).
4. Sprake is van sterke financiële achteruitgang.
5. Een slechte band met de uitwonende ouder bestaat.

Tieners die tot de risicogroep behoren, hebben een reële kans om ernstige emotionele en psychosociale problemen te ontwikkelen.

Zorgelijk gedrag herkennen

Het is niet altijd even gemakkelijk om zorgelijk gedrag te definiëren. Als u het volgende herkent, kan er sprake zijn van vastlopende rouw:

- als een jongere lange tijd **neerslachtig** blijft, nergens meer enthousiast over kan zijn.
- bij voortdurend **geen zin heeft in dagelijkse activiteiten**
- situaties, dingen of personen blijft **vermijden**
- als de ontwikkeling van de jongere over een langere periode **stagneert**
- als een tiener langere tijd **lichamelijke klachten** heeft waar geen lichamelijke oorzaak voor te vinden is
- bij langdurige **slaapproblemen** en/of nachtmerries
- bij langdurig (zeer) **angstig gedrag**
- als de jongere opeens heel **negatief** tegen allerlei dingen aankijkt. Dit kan samen gaan met somberheid en zich terugtrekken. Het is normaal en begrijpelijk dat dat een tijdje duurt. Als het lang duurt, kan het zorgelijk zijn. Het is juist belangrijk dat jongeren doorgaan met de dingen die ze altijd al deden.
- als een jongere langdurig **opvallend zorgzaam** gedrag naar de ouder(s) of broertjes of zusjes laat zien en zelf niets lijkt te verwerken.
- Bij voortdurend **beschadigend** gedrag naar zichzelf en/of anderen.

- Als de tiener alleen maar **negatief** spreekt **over de uitwonende ouder**, alles gelooft wat de andere ouder zegt over de uitwonende ouder, terwijl de band met de uitwonende ouder voor de scheiding goed was. Er kan sprake zijn van het zogenaamde ouderverstotingssyndroom.
- Als de jongere bij voortduring niet over de scheiding praat en **onaangedaan** overkomt.
Als de jongere **steunpilaar van de ouder(s)** lijkt. Als hij of zij betrokken wordt bij de problemen van ouders en de zorg voor ouder op zich neemt (parentificatie).
- Als de jongere **'verkeerde' vrienden** opzoekt.

Bijlage 3 Indirecte hulp aan het kind door informatie voor ouders

Vertel aan ouders dat kinderen zeggen:

- Laat ons alsjeblieft geen kant kiezen
- Maak geen ruzie waar wij bij zijn
- Zeg geen slechte dingen over elkaar tegen ons
- Geef ons de tijd om te wennen aan de nieuwe situatie
- Luister echt naar wat we te zeggen hebben
- Geef ons de ruimte om van jullie beiden te houden
- Vergeet niet dat jullie samen voor ons gekozen hebben (Pinedo & Vollinga, 2013).

Dit kan via een informatieblad die de jongeren aan hun ouders kunnen geven, zodat zij dit zelf niet hoeven te zeggen. Op dit blad kan een telefoonnummer van het Sociaal Kernteam opgenomen worden voor ouders, zodat wanneer zij vragen hebben of ondersteuning zouden willen zij hier naartoe kunnen bellen.

Bijlage 4 Werkvorm Zorgenboom

Pdf-versie te vinden op

http://www.jongeheldenindeklas.nl/scheiding/7_9_jaar/werkvormen_voor_in_de_klas

1 Zorgenboom

Doel: het delen van zorgen

Benodigdheden:

-Grote plaat of een paar grote takken met veel zijtakken of teken een grote boom op een groot vel aan de muur (bijvoorbeeld op lange stroken behang), het is belangrijk dat de zorgenboom dikke en dunne takken heeft.

-werkblad 1a Zorgenboom



Werkwijze

Iedereen heeft wel eens zorgen. Zorgen die je meeneemt, ook naar school.

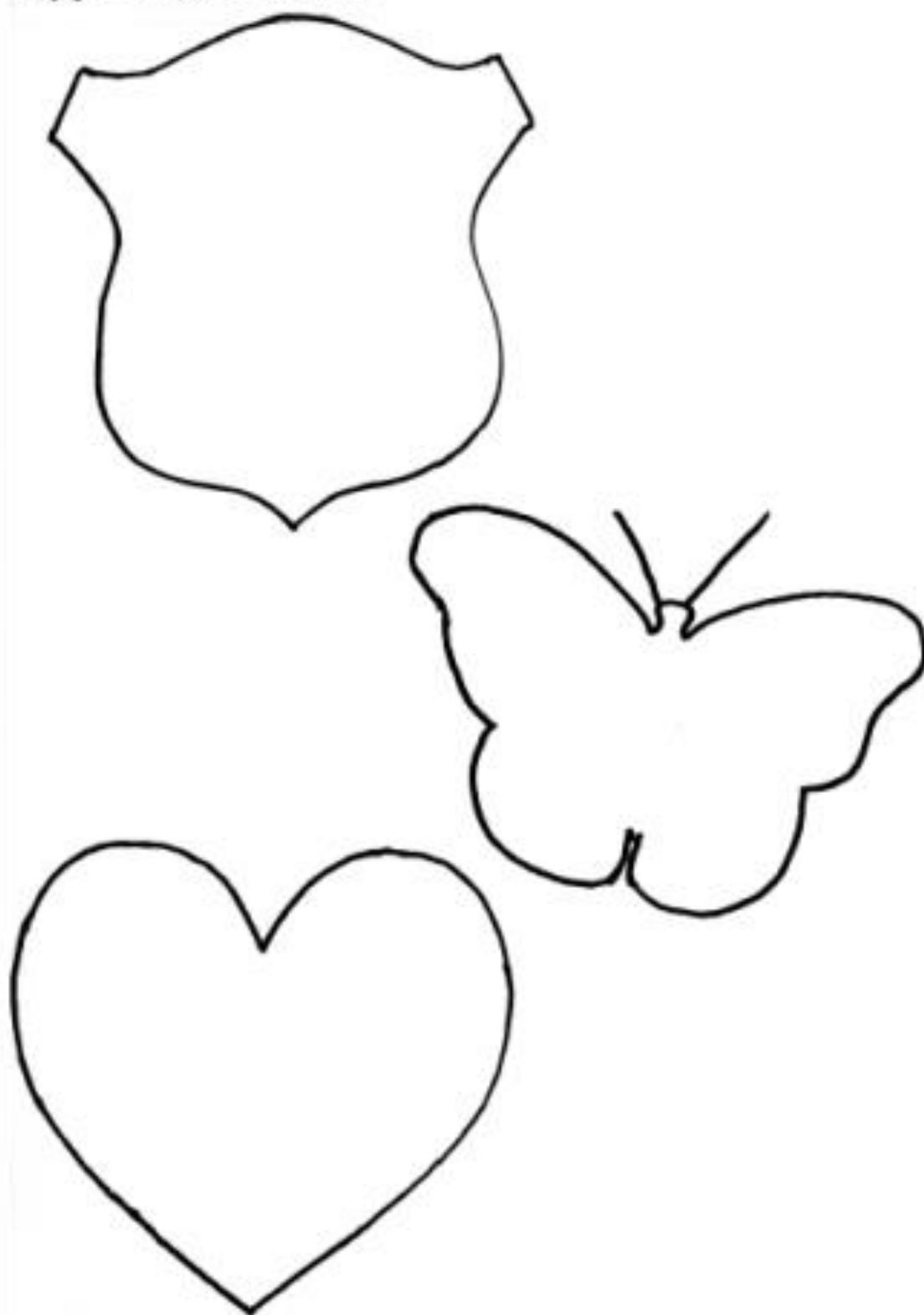
Zet een zorgenboom in de klas. Copieer het werkblad en knip de vormpjes van het werkblad. Elk kind kan een vormpje kiezen om hun zorg op te schrijven/tekenen. Ze kunnen zelf bepalen hoe groot hun zorg is. Een zieke moeder kan een zware zorg zijn, voetbalschoenen die kwijt zijn kan misschien een lichtere zorg zijn (of niet...). De kinderen kunnen ook anoniem of in geheimschrift schrijven.

Als een kind zijn of haar zorg als een zware zorg ervaart, hangt hij of zij deze zorg aan een dikke tak. Als de zorg minder zwaar is, kan deze aan een dunnere tak.

Daarmee leer je kinderen relativiseren. Eens per week of maand mag iedereen zijn of haar zorg uit de boom halen en beslissen of die is verdwenen of dat hij misschien aan een dunnere of dikkere tak moet hangen. Ook nieuwe kleine en grote zorgen kunnen dan weer in de boom.

Deze werkvorm is geïnspireerd op De zorgenboom uit de map Gedeeld Verdriet – opzetten en begeleiden van rouwgroepen voor kinderen – Riet Fiddelaers-Jaspers en Sabine Noten – Uitgeverij Damon, 2007

(Jonge Helden in de Klas, z.d.).



(Jonge Helden in de Klas, z.d.).

Bijlage 5 Werkvorm Mandala

Pdf-versie te vinden op

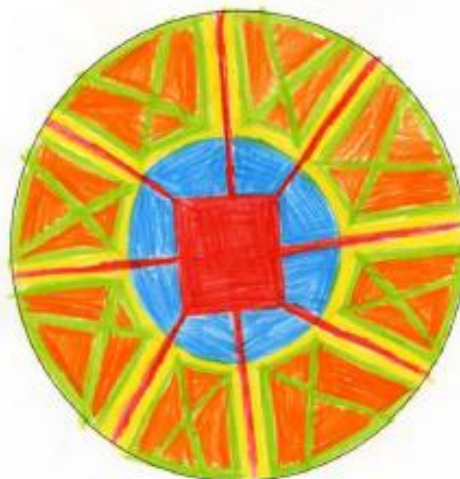
http://www.jongeheldenindeklas.nl/scheiding/7_9_jaar/werkvormen_voor_in_de_klas

Mandala met gevoelens 7-9 jaar

Doel: expressie van gevoelens door middel van kleuren

Benodigdheden:

- Kopieerblad 5a. Mandala met gevoelens
- Kleurpotloden, verf, stiften etc.



Werkwijze

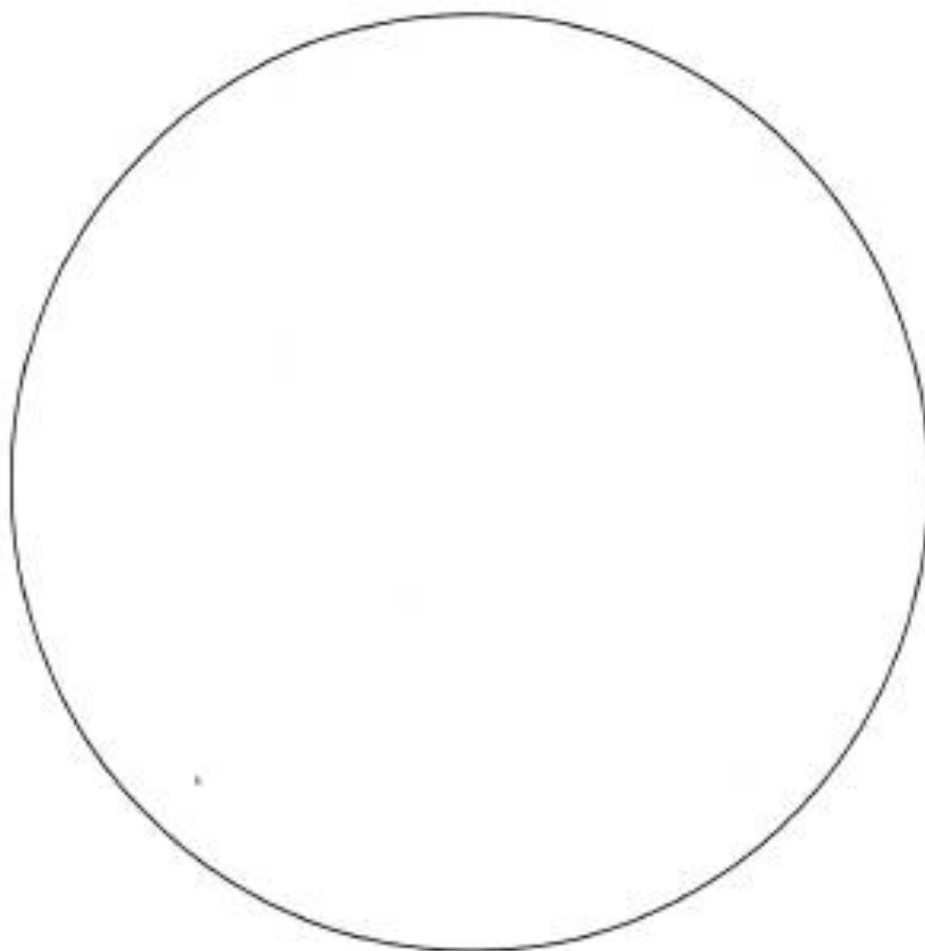
Begin met een kringgesprek over gevoel.
Wat kun je allemaal voelen, op welk moment kun je dat voelen? Schrijf eventueel alle gevoelens die genoemd worden op het bord.

Kleuren	Gevoelens
■	Eenzaam
■	Verdrietig
■	Geen gevoel
■	Roez
■	Stikzig - mis

Deel daarna de werkbladen met de mandala's aan de kinderen uit. Vraag de kinderen of ze de vijf gevoelens die zij het beste kennen, in de mandala willen tekenen. Welke kleur hoort bij welk gevoel? Welke vormpjes horen er bij een bepaald gevoel? Kinderen kunnen de gevoelens door elkaar heen tekenen/kleuren maar ze kunnen ook de cirkel in vijven verdelen en in elk deel een bepaald gevoel uitbeelden in kleur en/of vorm.

(Jonge Helden in de Klas, z.d.).

Mandala met gevoelens



Kleuren

Gevoelens

☐

☐

☐

☐

☐

(Jonge Helden in de Klas, z.d.)

Bijlage 6 Werkvorm ouderschapsplan

Tegenwoordig zijn volwassenen wanneer zij gaan scheiden verplicht om een ouderschapsplan te maken als zij minderjarige kinderen hebben. In dit plan leggen zij afspraken vast met betrekking tot de kinderen. Over enkele van deze afspraken kan een kind goed meedenken en zijn/haar wensen uitspreken. Over de volgende onderdelen kan een kind meedenken.

Omgang ouders met de kinderen

- Hoe zie je de rol van je ouders?
- Hoeveel tijd, energie en aandacht wil jij van je ouders?
- Wat vind je belangrijk in de houding van je ouder naar jou als kind toe?
- Op welke gebieden verwacht je ondersteuning van je ouders?
- Hoe wil je dat je ouders dit, los van elkaar, doen?

Praktische afspraken

- Wat zijn je ideeën over je vakanties?
- Hoe zou je de omgangsregeling voor de feestdagen willen regelen?
- Hoe vaak wil je bij je vader en je moeder zijn?
- Waar wil je graag wonen? (Bijvoorbeeld bij één van je ouders of bij allebei?)
- Welke dagverdeling zou je fijn vinden? (Bijvoorbeeld, halve week bij je vader, halve week bij je moeder, weekend afwisselen of hele week inclusief weekend afwisselen tussen je vader en je moeder).
- Hoe zie je het vervoer tussen je vader en je moeder voor je?
- Hoe wil je het regelen met spullen als kleding, schoolspullen, evt. Medicatie?

Bijlage 7 KIES Bijeenkomsten pubers

(Scheidings-mediator, z.d.).

Door een viertal bijeenkomsten gebaseerd op KIES leren jongeren beter omgaan met de scheiding van hun ouders. In onderstaande bijeenkomsten wordt uitgelegd wat mogelijkheden zijn voor de invulling hiervan.

Bijeenkomst 1

Er wordt gestart met een kennismaking. Daarna bespreekt de groep hoe het was toen ze hoorde of er achter kwamen dat hun ouders gingen scheiden. Hoe was dat? Hoe voelde ze zich toen? Wat gebeurde er met de jongeren? En hoe voelen ze zich nu? Beter? Slechter? Waardoor komt dat? Wat hebben ze nodig om zich beter te voelen? Wie kunnen hen daarbij helpen?

Opdracht: Een moodboard maken. Op een groot vel laten beschrijven hoe het was toen ouders de jongeren vertelden dat ze uit elkaar gingen. Dit kan daarna gepresenteerd worden aan elkaar.

Bijeenkomst 2

De tweede KIES bijeenkomst gaat over de gezinssituatie. Hoe was het voor de jongeren thuis voor de scheiding en hoe is dat nu? Wat zouden ze graag willen? Wat is er allemaal veranderd? Wat geeft ze troost?

Iedereen mag iets meenemen wat hen troost biedt. Dit in de meest ruime zin van het woord. Knuffels, foto's van familie en vrienden, Nintendo DS'en, huisdieren... enz. Door het hebben van iets wat hen troost voelen de jongeren zich iets beter. Een ander onderwerp deze bijeenkomst is vertrouwen. Op wie kunnen ze vertrouwen en wanneer kunnen ze iemand vertrouwen? Vaak zijn er veel mensen in de buurt waar je mee kunt praten of gewoon lol mee kunt maken.

Opdracht: Spel om te oefenen met vragen als: hoe vraag ik aan mijn vader/moeder of ik vaker bij hem/haar mag zijn. Dit om te ontdekken wat de jongeren nog moeilijk vinden en wat hun talenten zijn. Omdat alle kinderen een ster zijn maken ze werkbladen 'ster' en 'dit heb ik nodig'. Wat de jongeren nodig hebben weten hun ouders natuurlijk wel...een beetje. In deze bijeenkomst wordt dit nog maar eens een keer goed op een rijtje zodat het voor de jongeren én hun ouders duidelijk is.

Bijeenkomst 3

De derde bijeenkomst gaat over wanneer je bij je vader en je moeder bent. Hoe zou jij het willen? Maak je je ergens zorgen over? Wat vind je fijn bij je vader en moeder? Je woont straks in 2 huizen. Dat is spannend en nieuw. Sommige dingen moeten nog wennen en andere dingen zijn nog steeds hetzelfde.

Opdracht: Moodboard '2 huizen'. De jongeren moeten misschien met hun schooltas van het ene naar het andere huis. En niet te vergeten hun kleren en misschien een instrument. Hoe gaan ze dat aanpakken, wie moet wat voor hen regelen zodat het allemaal soepel verloopt? Hoe zien hun huizen eruit en wat hebben ze nodig om het fijn te hebben. In een groot moodboard mogen ze dat laten zien.

Bijeenkomst 4

De vierde bijeenkomst gaat het over de toekomst en nieuwe partners. Hebben vaders of moeders een nieuwe vriend of vriendin? Hoe vinden ze dat? Wat willen ze graag in de toekomst? Hoe kunnen ze dat voor elkaar krijgen? Als ouders een nieuwe partner krijgen heeft dat voor jongeren vaak veel gevolgen. Gaan ze samenwonen, komen er nog nieuwe kinderen of stiefbroers of zussen? Dit is een hele verandering.

Opdracht: Bespreken van het levenstouw door het maken van een moodboard 'nieuwe partners' en door het schrijven van een brief aan...jezelf. Deze sturen wordt je een jaar later toegestuurd. Een jaar later een brief van jezelf krijgen! Met wensen, aardige woorden, een verhaal over hoe je je een jaar eerder voelde. Alleen voor jou en helemaal prive. In een dichte envelop bewaren we hem en sturen hem later toe.

Alle werkbladen en moodboards worden in een mapje gedaan en aan de jongeren meegegeven. Voor henzelf of voor wie ze dan ook zouden willen. Niets moet en alles mag.