



Hun ouders zijn uit elkaar. Maar niemand vraagt hoe Eric (9) en Coco (12) zich voelen. Behalve de coaches van KIES, Kind in Echtscheiding Situatie. Praten helpt, weet Coco nu:

*‘Als ik erover praat,
gaat het uit mijn hoofd’*

Als ik kon toveren,' zegt Coco (12) terwijl zij de toverstaf pakt uit het mandje dat voor haar op tafel staat, 'dan toverde ik een groot huis waar we met z'n allen in gaan wonen.' 'Wat een mooie wens!' zegt therapeut Joke Wassenaar. 'En wie wonen daar dan allemaal?' 'Mijn papa en mama en broertjes en de honden en opa en oma,' zegt Coco stellig. 'Wie heeft dezelfde wens?' vraagt Wassenaar. Zeker de helft van de kinderen steekt een vinger op.

Met hun negenen zitten ze in een ruim, licht klaslokaal van openbare basisschool De Gerenhof in Zwolle: zeven scholieren en twee 'KIES-coaches'. Beeldend therapeut Joke Wassenaar en maatschappelijk werker Jantine Berentschot zijn coach van het spel- en praatprogramma KIES, wat staat voor Kind In Echtscheiding Situatie. En dat is de situatie waarin hun zeven pupillen zich bevinden, zoals jaarlijks zo'n 35.000 minderjarige kinderen in Nederland wier ouders uit elkaar gaan.

'Het gaat hier over hoe je je voelt,' zegt Coco als we na afloop napraten over KIES. 'Hoe je het vindt dat je ouders gescheiden zijn. Eigenlijk vragen andere mensen dat nooit.'

De coaches van KIES vragen daar wel naar. Soms splendorwijs, zoals op de bijeenkomst van vandaag,

waar de 'voorwerpenmand' de kinderen prikkelt om te gaan praten. Dat is belangrijk, zeggen de coaches, want 'er gebeurt heel veel in die koppies', maar tegelijkertijd zijn de kinderen vooral bezig met hun ouders. Hén willen ze ontzien, begrijpen, zelfs verzorgen. Hun eigen gevoelens komen bijna nooit aan bod. Die kunnen ze nog niet goed verwoorden, en meestal wordt hun daar ook niet om gevraagd.

Heel erg boos

Joke Wassenaar heeft allerlei spulletjes uit de mand op tafel gelegd en vraagt de kinderen of er iets bij ligt wat voor hen te maken heeft met de scheiding. Er liggen onder meer een sleutelbos, een mobiele telefoon, een babymutsje, een pakje zakdoekjes, een knuffel.

Noah (8), een tenger jochie uit groep 4, heeft het mobieltje gepakt. 'Want als ik bij mijn vader ben, bel ik mijn moeder vaak omdat ik haar zo mis.' Eric van 9, naast hem, moet eerst vragen of hij zijn moeder mag bellen. 'Dat mag niet altijd van papa; dan zegt hij dat ik mama morgen toch weer zie.' Eric vindt dat vervelend, zegt hij met ernstige bruine ogen vanonder een blonde krullenbos. 'Over welk gevoel gaat het dan?' Joke Wassenaar kijkt hem uitnodigend aan. 'Boos,' zegt Eric. 'Zég je dat dan ook tegen je vader?'

TEKST: EVELINE BRANDT
BEELD: SIETSKA RAAIJMAKERS



vraagt Wassenaar. Eric knikt. 'Dan zorg je goed voor jezelf,' reageert zij, 'want je vertelt hoe je je voelt.'

De 8-jarige Justin heeft een doorschijnend hartje gekozen met naalden erin – maar wat hij daarover moet vertellen, weet hij niet zo goed, mompelt hij. 'Geef mij dat hartje maar,' helpt Eric, 'dan zal ik het voor jou vertellen.' En Eric haalt diep adem en zegt: 'Als je ouders zijn gescheiden, is dat helemaal niet leuk. Dit hart laat zien dat je heel erg boos bent. En dat je wilt dat ze ophouden met ruziemaken.'

Hartverscheurende vragen

Echtscheiding is voor kinderen heel ingrijpend, dat blijkt uit talloze onderzoeken. Maar hóé ingrijpend, dat realiseren Joke Wassenaar en Jantine Berentschot zich pas echt sinds zij KIES-coach zijn. 'Kinderen voelen zich ten diepste verantwoordelijk voor het welzijn van hun ouders,' zegt Wassenaar. 'Als ouders gaan scheiden, hebben veel kinderen last van een schuldgevoel of van onzekerheid over hun rol daarin.'

Ze blijken zichzelf soms hartverscheurende dingen af te vragen, zoals: gaan mijn ouders scheiden omdat ik stout ben? 'Denken dat het hun schuld is, is voor kinderen vaak beter te verdragen dan het niet begrijpen,' zegt Berentschot. 'Ze hebben een verklaring nodig. Als die verklaring niet wordt aangedragen, zoeken ze die bij zichzelf. Een belangrijk advies aan ouders is dus om hun kinderen uit te leggen dat de scheiding niet hun schuld is. Die boodschap moeten ze bij herhaling horen.'

Maar ouders die gaan scheiden, worden vaak te veel in beslag genomen door hun eigen problemen.

Ze weten niet goed wat er in hun kind omgaat of ze vinden het moeilijk om hierover met hun kind te praten. KIES is daarom nadrukkelijk ontwikkeld als hulpaanbod voor kinderen. Voor en na de acht KIES-bijeenkomsten – die in principe in acht achtereenvolgende weken worden gehouden – is er wel een ontmoeting met de ouders waarin zij worden geïnformeerd. Maar zij krijgen niet letterlijk te horen wat hun kind heeft gedaan en verteld.

Het programma, dat in 2003 werd ontwikkeld, telt al 155 speciaal opgeleide, gecertificeerde coaches – de meesten in Nederland en enkelen in België – die kinderen in een echtscheidingssituatie tijdelijk begeleiden. 'Kinderen van gescheiden ouders menen dat zij hun ouders niet kunnen belasten met hun verhaal,' zegt Berentschot. 'Omdat zij denken dat zij voor hun ouders moeten zorgen. En omdat zij net als alle kinderen enorm loyaal aan hun ouders zijn. Daarom willen ze graag met een onafhankelijke derde praten.' De school is daarvoor een vertrouwde en veilige omgeving, zegt ze. 'Een heleboel dingen veranderen: papa gaat weg, of ze moeten zelf verhuizen. Maar school blijft vaak hún plek, met dezelfde klas, dezelfde juf.'

Briefje op mama's kussen

Het was ook op school dat de oprichtsters van KIES, Nelly Snels en Maaike de Kort, hoorden van kinderen dat zij graag wilden praten over de scheiding van hun ouders. Snels en De Kort, voorheen onder meer werkzaam in het humanistisch vormingsonderwijs, kregen zoveel van die signalen dat zij driehonderd kinderen hierover zijn gaan interviewen, plus ouders, docenten en hulpverleners. Op basis van hun suggesties ontwikkelden ze KIES. Daarin komt in spel- en gespreksvorm aan de orde hoe kinderen kunnen omgaan met deze enorme verandering in hun leven, hoe ze om hulp kunnen vragen en aan wie.

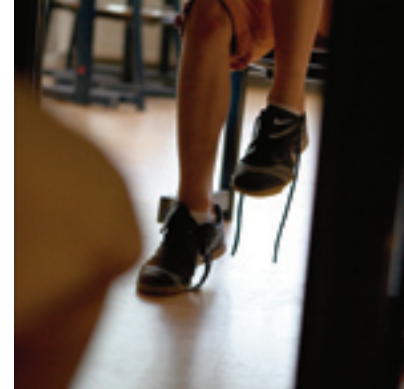
Het programma is er voor zowel het basis- als voortgezet onderwijs. Ook voor het speciaal onderwijs is het geschikt gemaakt. Op de basisschool brengt KIES maximaal tien kinderen uit groep 4 tot en met 8 samen, gedurende acht keer een uur. Dat mag gewoon onder schooltijd, want de leerkrachten zien de leerlingen vaak opknappen en hun concentratie verbeteren. Het levert onverwachte contacten op tussen kinderen uit verschillende klassen en van verschillende leeftijden, die met elkaar praten over een gedeelde ervaring. Zo wordt ook bijgedragen aan een van de doelen: anderen leren vertrouwen en in vertrouwen nemen.

Een ander belangrijk doel is dat de kinderen voor zichzelf gaan zorgen. 'We reiken ze daarvoor hulp-

Zo doet uw kind mee aan KIES

Op de school van uw kind kunt u navragen of het KIES-programma er al wordt aangeboden. Scholen die met KIES beginnen, laten dit per brief weten aan alle gescheiden ouders van leerlingen. Zowel de vader als de moeder moet de aanmelding van een kind ondertekenen. In principe is het voor ouders afwachten of een school meedoet aan KIES. Ze kunnen daar wel op aandringen, bijvoorbeeld bij de directie, interne begeleider of zorgcoördinator. Doet een school niet mee, dan kan een KIES-programma ook door speciaal opgeleide coaches worden aangeboden in het Centrum voor Jeugd en Gezin of een particuliere praktijk. In het voorbeeld van Zwolle in dit artikel werkt KIES samen met maatschappelijk werk De Kern. Deze organisatie krijgt geld van de gemeente en bekijkt hoeveel scholen hiervan kunnen worden bediend.

‘Ik weet nu dat ik tegen mijn ouders kan zeggen dat ze geen ruzie moeten maken waar ik bij ben’ (Joris, 11)



middelen aan,’ zegt Wassenaar. ‘Als ze het bijvoorbeeld moeilijk vinden thuis te vertellen waar ze mee zitten, suggereren wij dat ze dat op een briefje schrijven. Dat kunnen ze bijvoorbeeld op het hoofdkussen van mama of papa leggen.’

Iedere bijeenkomst begint met een nieuw stukje van het verhaal van Sam: een jongetje dat ook op de basisschool zit, ook ouders heeft die aan het scheiden zijn en daar ook mee worstelt. Vandaag leest Berentschot voor. ‘Voor Sam is het nog steeds allemaal moeilijk,’ vertelt zij. ‘Als hij bij papa is, mist hij mama, en als hij bij mama is, mist hij papa. En papa en mama maken steeds ruzie als ze elkaar zien. Maar Sam heeft nu geleerd te zeggen: “Stop met ruziemaken als ik erbij ben! Ik ben daar niet blij mee.”’

Sam wil ook zo graag eens met papa alléén zijn, aldus het verhaal, maar altijd is diens nieuwe vriendin erbij. Eric met de ernstige ogen herkent dat, zegt hij. ‘Maar papa heeft nu beloofd dat hij binnenkort met mij ergens heengaat, op de motor – omdat ik dat heb gevraagd.’ ‘Daar heb je zeker veel zin in?’ vraagt Berentschot, waarop Eric verwoed knikt.

Twee keer gescheiden

Joris (11) vindt het jammer dat hij zo weinig tijd met zijn moeder doorbrengt sinds zij een nieuwe vriend heeft. ‘Meestal wil mijn zusje ook mee. Dan gaat ze huilen en ben ik weer niet met mijn moeder alleen.’ ‘Hoe ga je dat nou aanpakken?’ vragen de coaches. Joris lacht: ‘Mijn zusje opsluiten op haar kamer.’ Wassenaar suggereert: ‘Misschien moet je het nog eens vragen, en vertellen dat je het belangrijk vindt. Want klopt het dat ik je dat eigenlijk hoor zeggen?’ Ja, beaamt de jongen: ‘Als ik meer tijd heb met mijn moeder leer ik haar beter kennen.’

De moeder van Joris is twee keer gescheiden: toen hij zes was en toen hij negen was. Joris vindt dat ‘niet zo leuk’, zegt hij, vooral omdat hij steeds van het ene naar het andere huis moet. Zijn vader ziet hij slechts twee keer per maand sinds die in België woont.

Dat is nog een stuk vaker dan Coco, want die ziet haar ‘echte vader’ maar een paar keer per jaar. ‘Mijn moeder vroeg of ik naar KIES wilde en dat wilde ik wel,’ vertelt Coco. ‘Ik zou dan over de echtscheiding kunnen praten. Dat had ik nog nooit gedaan, op school erover praten. Ik vond het ook wel eng.’ Maar praten helpt wel, weet ze inmiddels: ‘Soms zit ik met iets in mijn hoofd, en als ik er dan over praat, gaat het uit mijn hoofd.’

Joris wilde ook graag naar KIES toen zijn moeder hem dat voorstelde. ‘Hier kan ik veel dingen kwijt waar ik mee zit. Bijvoorbeeld dat ik steeds heen en weer moet.’

Veel spullen

De kinderen krijgen hun werkmappen uitgedeeld van de coaches en gaan aan de slag met een invul-oefening. ‘Hoe voel jij je meestal?’ is de vraag die ze vandaag moeten beantwoorden. Dat mag niemand lezen, vindt Joris. Hij stopt zijn antwoord in een envelop en schrijft daar ‘Geheim’ op.

‘Normaal’, vult Noah in. Hij licht toe: ‘De ruzies zijn er niet meer en ik krijg veel meer spullen dan kinderen zonder gescheiden ouders.’

Zowel ouders als kinderen waarderen KIES met een dikke 8, blijkt uit een evaluatieonderzoek door de Universiteit Utrecht. ‘KIES-kinderen’ begrijpen de scheiding van hun ouders beter. Ook blijkt dat na afloop van het programma de communicatie met zowel hun vader als hun moeder is verbeterd, en dat ze gemiddeld iets vaker contact hebben met hun vader.

‘KIES is een lotgenotengroep,’ zegt Wassenaar. ‘De kinderen vinden herkenning en troost bij elkaar en kunnen elkaar helpen.’ Berentschot vult aan: ‘Het is geen therapie; wij zijn slechts coaches. We proberen vooral de interactie tussen de kinderen zoveel mogelijk ruimte te geven. Juist het contact met andere kinderen is immers een belangrijk stuk van hun leven. Wij gaan na acht keer weer weg.’

Coco heeft veel aan KIES gehad, weet ze al na deze vijfde bijeenkomst. Ze schudt ongelovig met haar blonde paardenstaart als ze zegt: ‘Ik wist niet dat er zoveel kinderen waren met gescheiden ouders! Nu kennen we elkaar en weten we het van elkaar op school. Volgens mij is dat beter.’ Joris heeft geleerd dat hij meer tegen zijn ouders kan zeggen. Bijvoorbeeld dat hij niet wil dat ze ruziemaken waar hij bij is. ‘En ik heb ook al tegen mijn vader gezegd dat ik meer met hem samen wil doen.’ Zijn gezicht klaart op als hij zegt: ‘Toen is hij met me gaan vissen.’ ■

MEER WETEN www.kiesinfo.com

PSYCHOLOGIEMAGAZINE.NL

Op de nieuwste themapagina: alles over goed uit elkaar gaan. Plusabonnees kunnen bovendien advies vragen aan een KIES-coach. Ook plusabonnee worden? Al voor € 0,75 per maand zet u uw abonnement om! Kijk op psychologiemagazine.nl/plusabonnement.