

Gesprekken voeren met kinderen

Hoe betrek je kinderen bij de opstelling van het ouderschapsplan?

Hoe praat je met je kind over de aanstaande scheiding? En misschien nog moeilijker: hoe betrek je het kind bij het maken van afspraken in het ouderschapsplan? Mariëtte Tijs besteedt in haar mediationgesprekken met ouders veel aandacht aan de voorbereiding van zulke gesprekken. Ze bespreekt in dit artikel de communicatieve kwaliteiten van kinderen in verschillende leeftijden en deelt enkele tips voor begeleiding van gesprekken met kinderen.¹

Door Mariëtte Tijs

Sinds de Wet bevordering voortgezet ouderschap en zorgvuldige scheiding in maart 2009 is ingevoerd, is het opstellen van een ouderschapsplan verplicht. In dit plan en in het verzoekschrift dient tevens aangegeven te worden op welke wijze de kinderen zijn betrokken bij de afspraken die de ouders maken met hun kinderen. Dat brengt veel ouders in verlegenheid, want hoe praat je nu met je kind over onderwerpen die je zelf als ouder emotioneel raken en je kind wel haast zeker verdrietig stemmen? Hoe voer je een gesprek met je kind over het onderwerp scheiding en daaraan gelieerde ‘afspraken’, een gesprek waar het kind geen zin in zal hebben? Ouders vertellen mij dat ze dit moeilijk en pijnlijk vinden en daarom niet goed weten hoe ze dit kunnen aanpakken. Soms worden ouders zo in beslag genomen door hun eigen emotionele ontredde, dat ze geen aandacht kunnen opbrengen voor de verliesverwerking van het kind en soms ook niet in de gaten hebben dat hun kinderen ook rouwen of soms veel later. Hoe kun je je kind dan bijstaan in zijn verlieservaring? Vrijwel elk kind ervaart separatieangst: als één ouder verdwijnt, kan immers ook de andere verdwijnen. Hoe communiceer je met je kind over deze angst?

Behoeftte aan ondersteuning

Zo ontmoet ik vragen, twijfels en onzekerheden van ouders. Voor mij als mediator komt dan de vraag: hoe begeleid ik de ouders bij dit onderwerp? Ik heb gemerkt dat dit niet alleen voor mij, maar ook voor veel andere mediators geen gemakkelijk onderwerp is, zo blijkt uit de reacties van mediators (en

ook rechters) bij rechtbankbijeenkomsten voor mediators betreffende dit onderdeel van het ouderschapsplan en zo blijkt ook uit de vraagstelling van cursisten bij mijn specialisatietrainingen ‘Ouderschapsplan en zorgverdeling’. Er is behoefte aan ondersteuning voor mediators hoe ze ouders hierin kunnen begeleiden en hoe mediators die ‘betrokkenheid’ kunnen weergeven bij de opstelling van het ouderschapsplan. Toch is er nog weinig aandacht voor de begeleiding van ouders bij dit onderwerp.

De wereld van het kind

Het onderzoek naar wat kinderen beweegt staat nog in de kinderschoenen ondanks anderhalve eeuw ontwikkelingspsychologie (Delfos 2001). Echter, de voorwaarden waaronder gespreksvoering met kinderen plaatsvindt, staan wel volop in de belangstelling. Juist over deze voorwaarden en over de stijl van communicatie met kinderen, passend bij hun leeftijd, kunnen mediators met ouders van gedachten wisselen en kunnen mediators zo behulpzaam zijn bij het realiseren van het ouder-kindcontact met het doel het kind te betrekken bij de scheiding. Ik bespreek in dit artikel enkele algemene reacties van kinderen op de scheiding van hun ouders en de stijl van communiceren passend bij de leeftijdsfasen van het kind. Ook komt een aantal voorwaarden voor goede gespreksvoering met kinderen aan bod, waarbij de mediator de ouders helpt om hun kinderen te betrekken bij hun afspraken over voortgezet ouderschap.



HH/Sabine Joosten

Jonge kinderen

Kinderen tussen vier en zes jaar communiceren vaak moeilijk, omdat hun verbale capaciteit nog niet ten volle is ontwikkeld. Ze begrijpen de essentie van een belangrijke gebeurtenis nog niet, maar voelen wel dat er iets aan de hand is (innerlijke wijsheid). Jonge kinderen kunnen diep filosoferen in hun beleving van werkelijkheid en schakelen moeiteloos tussen hun eigen 'fantasiewereld' en de wereld van de ouder die iets probeert duidelijk te maken. Ze maken geen onderscheid tussen beide werelden. Het is daarom niet vanzelfsprekend dat het kind de ouder goed heeft gehoord.

Ouders die met hun jonge kind willen communiceren over hun scheiding dienen extra goed te luisteren naar en communiceren met hun jonge kind: het is nog niet in staat op dezelfde wijze als volwassenen zijn gevoelens te verwoorden.

Contact en omgangswisselingen kunnen daarom gepaard gaan met veel stress. Kinderen kunnen heel heftig reageren op bezoeken van de andere ouder zonder dat daar een aanwijsbare reden voor is. Ook vertonen jonge kinderen vaak somatische symptomen als buikpijn of allergie en zestig procent van de kinderen vertoont regressie (terugvallen op gedrag uit een eerder ontwikkelingsstadium). Voor ouders is dit moeilijk. Als ouders elkaar niet vertrouwen, is de kans groot dat het gedrag van het kind verkeerd wordt gekoppeld aan opvoedingskwaliteiten van een ouder: de andere ouder doet iets wezenlijks fout of zorgt niet goed voor het kind, waardoor het deze klachten

heeft, zo interpreteert de wantrouwende ouder het kindgedrag. Deze kennis is van groot belang voor de mediator, opdat hij ouders behulpzaam kan zijn bij hun twijfel over de juiste omgangsregeling en over de juiste duiding van signalen van weerstand of onbehagen van het kind. Ouders die gaan scheiden zijn niet vertrouwd met deze reacties en zo ontstaat er gemakkelijk een verkeerd debat binnen de mediation over wat goed of slecht zou zijn voor het kind en of het nu juist wel dan geen frequente omgang moet hebben met die andere ouder, gebaseerd op gebrek aan kennis over deze gedragingen.

Basisschoolkinderen

Na het zevende jaar vindt er in het denken van kinderen een omslag plaats. Een tweezijdig gesprek over zowel hoofd- als bijzaken wordt mogelijk, ook omdat het basisschoolkind wil kunnen begrijpen. Op deze leeftijd zijn kinderen gevoelig voor wat er van hen verwacht wordt. Dit kind krijgt al een duidelijker besef wat anderen van hen vinden en zij zijn gevoelig voor waardering en afkeuring, beloning en straf. Zij passen zich daarom in grote lijnen aan de volwassenen aan, omdat ze afhankelijk van hen zijn. Het is soms moeilijk te doorgronden wat het kind van binnen echt denkt en voelt. De ouder dient extra alert te zijn op suggestieve vragen, vanwege deze aanpassing. Aan het eind van de basisschooltijd onderzoekt het kind wat de maatschappij van iets vindt of verwacht van hem of haar en zo leert het wat wel en wat niet gewaardeerd wordt.

Pubers

Vanaf de puberteit moet de volwassene de verantwoordelijkheid delen met de puber. De puber neemt 'de macht' over door het gesprek te initiëren, te tolereren of te saboteren door middel van actief of passief verzet. Een ouder voelt zich vaak gekwetst door een ongeduldige en bot overkomende puber. Daarentegen is de mening van ouders enorm belangrijk voor de jongere en hij kan er daarom ook diep door gekwetst worden. Hoewel ouders aan belang inboeten, blijft de rode draad tussen ouder en kind contact.

Doordat de macht niet meer als vanzelfsprekend bij de volwassenen ligt is het des te belangrijker dat het gesprek op

over een *innerlijke wijsheid*. Dit geldt voor het heel jonge kind, maar ook voor de puber. Kinderen 'weten' meer dan zij talig kunnen uitdrukken, omdat ze de kennis en ervaring missen, maar wel kunnen waarnemen op hun eigen bij de leeftijd passende wijze. Deze wetenschap noodzaakt de ouder tot een houding van bescheidenheid en respect. Zo zal hij zich soms extra moeten inspannen om open en geïnteresseerd met het kind te kunnen communiceren in plaats vanuit een 'boven-onder' overheersende houding. Er is veel dat we nog niet weten over het kind, maar door een basishouding van bescheidenheid en respect zal de ouder meer in staat zijn contact te maken met hun kind.

Houd er rekening mee dat een kind bovenal met zijn lichaam communiceert

een 'open' wijze plaatsvindt; de onderwerpen kunnen door beide gesprekspartners aangesneden of afgeserveerd worden. De puber eist gelijkwaardigheid en een respectvolle, eerlijke benadering. De communicatie van pubers is vaak duidelijk en zonder franje. Het volgende e-mailbericht van een puber aan haar vader is daar een goed voorbeeld van.

'Hoi pap,

Ik heb besloten dat ik niet meer naar je toe wil. Dus ik wil graag mijn spullen binnenkort ophalen, mijn televisie in ieder geval en ik wil graag mijn minibar. Als je daar moeilijk over wil doen, wil ik hem ook wel verkopen, dat boeit mij verder niet. Voor de rest mijn kleren en zo. Het zijn nog wel allemaal MIJN spullen in die kamer, dus dat betekent niet dat jij ze mag verplaatsen/hebben. Het kan zijn dat ik mijn besluit nog omgooi, maar dan moet je je wel behoorlijk aanpassen, want je doet NOGAL kut tegen me. En je weet vast nog wel dat incident dat je mij uit de Smart gooide, omdat je de camper niet kon halen, omdat dat te veel geld kostte vanwege de benzine. Raad eens wie ik zaterdag met z'n vriendin in de camper zag rijden? Echt belachelijk. Ik hoor wel van je. Je zegt maar hoe je het wil.

Lotte'

Communicatievoorwaarden voor gespreksvoering met kinderen

Om een (moeilijk) gesprek met kinderen te voeren, is het handig op de hoogte te zijn van de volgende kenmerken van de communicatieve vaardigheden van kinderen, in verschillende leeftijdsfasen. De mediator kan helpen zo'n gesprek voor te bereiden of begeleiden.

Bescheidenheid en tweerichtingsverkeer

Kinderen weten dingen zonder dat ze altijd in staat zijn om dat in woorden uit te drukken; ze beschikken net als volwassenen

Een gesprek voeren betekent tweerichtingsverkeer. Om dit te bereiken zal er een 'open' houding nodig zijn, waarbij het kind aangemoedigd wordt om ook te vertellen of te vragen en ook echt in twee richtingen een gesprek te mogen voeren. De mediator kan met de ouders bespreken welke houding respect en bescheidenheid uitdraagt.

Fantasie of werkelijkheid

Het is belangrijk het jonge kind te helpen bij het onderscheid maken tussen fantasie en werkelijkheid. Het kind moet horen dat de echte mening van de ouder aan de orde is en niet de eigen (fantasie)wereld. ('Ik mag van mamma niet blijven slapen', 'ik mag van pappa geen kip eten', uitspraken van het kind waarbij de fantasie met de realiteit aan de haal gaat.)

Speelsheid

Houd er rekening mee dat een kind bovenal met zijn lichaam communiceert. Jonge kinderen zijn minder geneigd vragen te beantwoorden, maar communiceren via spel en verhaal. Communiceren met jonge kinderen vraagt om los te komen van vaste patronen. Het beste kan daarom spelen of samen iets anders doen en praten gecombineerd worden, want de intensiteit van een gesprek over een belangrijk onderwerp is voor een kind vaak onaangenaam. Als de volwassene of het jonge kind bezig is met iets anders, bijvoorbeeld autorijden, afwassen of tekenen is dat voor een kind een prettige situatie: de volwassene is dan niet zo intens op hem gericht.

Sociaal wenselijk

Kinderen van een jaar of tien zijn er moreel op gericht om een goed kind te zijn. Het is daarom van belang om suggestieve vragen te vermijden en alert te zijn op sociaal wenselijke antwoorden. De kans op sociaal wenselijke antwoorden neemt af als ieder antwoord welkom is en de vragen niet gesloten zijn.

Socratische gespreksvoering

De socratische wijze van communiceren is bevorderlijk voor gespreksvoering op alle leeftijden, maar in het bijzonder bij pubers. Deze methode gaat ervan uit dat de ander deskundig is over zichzelf. De kunst van een goed gesprek is om die deskundigheid (ook al is deze niet altijd in bewuste vorm aanwezig) van de ander naar buiten te halen. De jongere wil erkenning voor het feit dat zijn kennis is toegenomen en wil laten voelen dat hij niet zonder meer akkoord gaat met het kennisoverzicht van de volwassene. De puber zal bij deze wijze van gespreksvoering vaak in de loop van het gesprek zelf de argumenten noemen die de volwassene had willen vertellen. De argumenten komen nu echter uit hem zelf en zijn daarom

Begeleiding van ouders bij hun gespreksvoering met kinderen

De mediator kan samen met de ouders inventariseren op welke wijze zij een open gesprek kunnen voeren, waarbij het kind zijn eigen gevoelens kan vertellen zonder 'geleid' of 'misleid' te worden door de ouder. Zo kan de mediator met de ouders een goed interview voorbereiden, waarbij het kind zelf informatie geeft en waarbij de informatie niet aan hem wordt onttrokken. Zo kan de mediator de ouder attent maken op de valkuil *uithoren*, want dat bevordert niet-loyale gevoelens ten opzichte van de ondervrager. De mediator kan ouders leren erop te vertrouwen dat een gesprek als goed kan worden ervaren als er respect en warmte is, terwijl er toch onprettige dingen worden

Volwassenen hebben vaak de neiging om in de communicatie met jongeren te vertellen en niet uitnodigend te zijn of te vragen

beduidend effectiever. De kwaliteit van uitwisseling neemt toe. Juist een mediator kan beroepshalve vanuit zijn eigen vaardigheid op dit terrein de ouders helpen hoe zij kunnen doorvragen naar kennis, gevoelens en de mening van het kind, zodat de jongere niet alleen 'gesloten' antwoorden zal geven, maar ook zijn denkproces kan doorontwikkelen met behulp van deze socratische methode.

Gelijkwaardige gespreksvoering

Pubers zijn gericht op gelijkwaardige gespreksvoering en op het eerlijk uitwisselen van gebeurtenissen, kennis en inzichten. Spreek hierover met de ouders en laat de ouders zelf ontdekken en bedenken hoe ze werkelijke belangstelling kunnen tonen voor hun puberzoon of -dochter met zijn of haar eigen verworven kennis in plaats van zichzelf of de boodschap centraal te stellen. Formuleer met de ouders vragen in plaats van een boodschap. Hoe kun je als ouder zorgen dat de puber niet afhaakt, maar erbij kan blijven? Hoe kunnen de ouders de puber op zijn gemak stellen en uitnodigen tot uitwisseling? Om je op je gemak te voelen, is het nodig dat de ander weet wat de bedoeling is van het gesprek, wat ermee gaat gebeuren en vooral dat de puber als mens gewaardeerd blijft. Als ouders in staat zijn deze aspecten mee te nemen in hun houding en communicatie, is er sprake van echt contact en het delen van kennis, twijfel en gevoelens. Juist een mediator is getraind in deze wijze van vragen stellen en gespreksvoering en kan de ouders hierbij ondersteunen. Tijd nemen voor dit belangrijke onderdeel van het ouderschapsplan, 'hoe betrek ik mijn kinderen bij ons ouderschapsplan', vormt een wezenlijk onderdeel van mijn mediationgesprekken en ik krijg vaak de terugkoppeling van ouders hoe blij ze zijn met deze begeleiding.

besproken. Een openvraaggesprek in de vorm van een interview is een goede gespreksvorm, van waaruit de ouder zich kan richten op het belang van het kind en waarbij het eigen belang minder in de weg zit. Doorvragen is de meest geëigende manier om dieper op een onderwerp in te gaan en te laten voelen dat je het kind serieus neemt. Vertel de ouders ook over metacommunicatie-elementen: laat het kind weten wat je intenties en bedoelingen zijn, dat je feedback nodig hebt, maar ook dat het jou mag laten weten dat het nu bezig is met iets anders en geen zin heeft in luisteren en praten. Wezenlijk voor alle communicatie is de non-verbale communicatie. Vooral het jonge kind ervaart pas veiligheid en betrouwbaarheid als de verbale en non-verbale communicatie synchroon zijn: met een juiste bij het onderwerp passende lichaamshouding onderstreep je wat je zegt.

Volwassenen hebben vaak de neiging om in de communicatie met jongeren te vertellen en niet uitnodigend te zijn of te vragen (Delfos). Oprechte belangstelling tonen betekent meer vragen dan vertellen. Volwassenen hebben de neiging vooral hun eigen belangstelling en doelen voorrang te geven en in het praten met pubers betekent dit dat het gesprek vaak gaat over regels, conflicten en geschillen. De puber verliest daardoor zijn belangstelling voor contact. Omdat jongeren meestal minder behoefte hebben om met volwassenen te praten, kiezen ze eerder voor het debat dan voor de uitwisseling. Het gelijk krijgen is vaak belangrijker dan de inhoud.

Het paraplugesprek

Aparte aandacht verdient het paraplugesprek. Dit woord wordt veel gebruikt als aanduiding voor een beschermend gesprek. Voor kinderen van alle leeftijden geldt dat een gezamenlijk uitgedragen boodschap én gezamenlijke getoonde werkelijke

belangstelling voor de betekenis hiervan voor het kind de meeste geruststelling en openheid biedt over de veranderingen na een scheiding. Daarbij komt dat kinderen zo ook fysiek ervaren dat zij kunnen blijven rekenen op beide ouders. Bij zo'n paraplugesprek is het van groot belang dat er geen spanningen tussen de ouders zijn. In een echtscheidingstraject zijn die er natuurlijk wel tussen man en vrouw. De mediator kan met de ouders zo'n gesprek voorbereiden waarbij de ouders zich al doende 'inleven' in hun nieuwe rol als collega-ouders en waarbij de mediator een denken en handelen vanuit kindperspectief kan activeren.

Een ouderschapsplan, gebaseerd op waarden

Ouders praten over het algemeen graag en gemotiveerd over hun kinderen; ze willen dat het hen goed gaat en willen dat hun kinderen heelhuids worden grootgebracht en gelukkig zijn. Dat is een mooi uitgangspunt om het met de ouders te hebben over wat ze hun kind graag mee willen geven om dat te bereiken. Met welke levens- en opvoedingswaarden moet het vooruit kunnen in het leven, wat heeft hun kind specifiek nodig (kindkenmerken) en welke eigen kwaliteiten als ouders kunnen ze daarbij inzetten (ouderkenmerken)? Door met de ouders deze waarden te verkennen en naar elkaar uit te laten spreken, ontstaat er voor de ouders erkenning en herkenning als gemeenschappelijk basis voor alle verdere afspraken die zij willen opnemen in het ouderschapsplan (Schuijt, 2008). Verschillen in opvatting over wat goed zou zijn voor het kind kunnen opgelost worden aan de hand van deze beginselwaarden.

Mijn vormgeving en opstelling van het ouderschapsplan is gebaseerd op deze waarden en mijn ervaring is dat ouders blij zijn met deze aanpak, omdat zij hun visie op opvoeding en levenswaarden hierin herkennen en een 'koehandel' over compromissen wordt vermeden waarbij het eigen belang op de achtergrond raakt.

Tot slot

De vraag is niet of kinderen een mening hebben of over informatie beschikken, maar hoe we met hen kunnen communiceren om die mening te horen of die informatie te krijgen. Juist in een mediationgesprek en onder begeleiding van een daarin goed getrainde mediator kunnen ouders in de veilige omgeving van het mediationproces 'oefenen' om het (zelf-)vertrouwen te winnen en dat zij dit kunnen zonder zich belemmerd te voelen door gevoelens van afwijzing, weerstand, boosheid of falen.

Noot

- 1 Dit artikel is een bewerkte versie van een artikel dat eerder verscheen in Tijdschrift voor Coaching.

Bronnen

- Breeuwsmas, G. (2008). Partij voor de kinderen. *De Psycholoog*, 43, p. 398-404.
- Delfos, M. F. (2000-2005). *Luister je wel naar mij? Gespreksvoering met kinderen tussen vier en twaalf jaar*. Amsterdam: SWP.
- Delfos, M.F. (2005). *Ik heb ook wat te vertellen! Communiceren met pubers en adolescenten*. Amsterdam: SWP.
- Keirse, M. (2008). *Helpen bij verlies en verdriet: Een gids voor het gezin en de hulpverlener*. Tiel: Lannoo.
- Schuijt, L. (2008). *De kracht van bezieling: Drijfveren van individuen en organisaties*. Rotterdam: Asoka.
- *Specialisatietrainingen rondom echtscheiding*, Mediation Trainingsinstituut (MTi).



Over de auteur

Mariëtte Tijs is NMI (rechtbank)mediator en senior practitioner Coach NOBCO-EMCC. Zij is echtscheiding- en familiemediator en geeft trainingen in de vormgeving van het ouderschapsplan. Zij coacht onder meer ouders bij hun voortgezet ouderschap na scheiding. Daarnaast coacht ze organisaties en individuen op het terrein van generatiemanagement met het accent op het binden en boeien van de oudere werknemer (www.approachmt.nl).