

Van Klacht Naar Kracht



Wetenschappelijke toetsing van de effecten van het Buddy Programma

INHOUDSOPGAVE

Woord vooraf	2
1. Het Buddy Programma	3
2. Het onderzoek naar de effecten van het Buddy Programma	7
3. De steun vragende Bobby's	
1. De deelnemende Bobby's aan het onderzoek	11
2. Hoe gaat het met de Bobby's?	14
3. Wanneer hebben Bobby's last van de scheiding?	16
4. Hoe reageren Bobby's op de scheiding van hun ouders?	17
5. Wat zijn de ervaringen met het Buddy Programma?	20
6. Wat levert het Buddy Programma op voor Bobby's?	21
4. De ervaringsdeskundige Buddy's	
1. De deelnemende Buddy's aan het onderzoek	24
2. Hoe gaat het met de ervaringsdeskundigen?	24
3. Wat zijn de ervaringen met het Buddy Programma?	26
4. Wat levert het Buddy Programma op voor Buddy's?	27
5. Conclusies en discussie	
1. Samenvatting van de bevindingen	29
2. Implicaties voor onderzoek naar kinderen van gescheiden ouders	30
3. Beperkingen van het onderzoek	31
4. Aanbevelingen voor het Buddy Programma	31
5. Slotwoord	32
6. Literatuur	33

Woord vooraf

Stichting Villa Pinedo is dé plek in Nederland waar kinderen met gescheiden ouders hun ervaringen delen, elkaar adviseren en steunen. Daarnaast maken de jongeren van Villa Pinedo volwassenen bewust van wat er in hun hoofd en hart omgaat. Villa Pinedo werkt op deze manier samen met deze jongeren aan gedragsverandering van ouders, in het belang van het kind.

Via de landelijke campagne *Niet Jouw Taak*, gelanceerd in 2016, laat Villa Pinedo kinderen met gescheiden ouders weten dat het niet hun taak is om verantwoordelijkheid te nemen voor de (gevolgen van) de scheiding van hun ouders. Een scheiding kan een negatieve invloed hebben op het welzijn van kinderen. Kinderen voelen zich met regelmaat verantwoordelijk voor het geluk van hun ouders. Hierdoor ervaren zij ongelukkige gevoelens. Villa Pinedo ondersteunt met haar aanbod de kinderen tijdens de scheiding van hun ouders.

Het grootste initiatief behorend bij deze campagne is het online Buddy Programma. Villa Pinedo traint jongeren met gescheiden ouders vanaf 18 jaar als ervaringsdeskundige Buddy van kinderen die worstelen met kwesties rondom de scheiding van hun ouders. Deze kinderen zijn de Bobby's. Via een speciaal ontwikkelde app en op een forum geven Buddy's kinderen vanaf 10 jaar, de Bobby's, tips, adviezen of een luisterend oor.

Wat staat er in dit rapport?

In dit rapport staat het onderzoek naar de effecten van het online Buddy Programma voor Bobby's en Buddy's. Gedurende vier jaar zijn onderzoekers van de Universiteit Utrecht nagegaan hoe Bobby's en Buddy's de scheiding van hun ouders beleven, en of en hoe het Buddy Programma hier een positieve bijdrage aan kan leveren. Daarbij stonden de volgende vragen centraal:

- Wie zijn de Bobby's en Buddy's die deelnemen aan het Buddy Programma?
- Hoe reageren Bobby's op de scheiding van hun ouders?
- Wanneer werkt het Buddy Programma het beste, voor wie, en onder welke omstandigheden?

Deze vragen zijn beantwoord met behulp van data verkregen door vragenlijsten die Bobby's en Buddy's zelf hebben ingevuld. In dit rapport worden de belangrijkste aspecten uit deze vragenlijsten uitgelicht. Er zijn nog veel meer resultaten en data beschikbaar (Bijlage 1). Indien u hierin bent geïnteresseerd of gebruik wilt maken van de data, neem dan contact op met Reine van der Wal (via r.c.vanderwal@uu.nl).

Tot slot, het is Villa Pinedo te prijzen dat ze dit onderzoek zijn aangegaan. Het is namelijk niet eenvoudig: er komt veel veldwerk bij kijken en er moeten doorlopend keuzes gemaakt worden. Deze keuzes bepalen voor een groot deel de kwaliteit van het onderzoek. Toch is het heel waardevol om de meer theoretische kennis te integreren met ervaringskennis. Dit helpt om de Bobby's en de Buddy's beter te begrijpen, beter te weten wat ze denken en wat ze voelen en ook om te weten welke onderdelen van het Buddy Programma werken, en welke niet. Dit zal het Buddy Programma uiteindelijk alleen maar beter maken.

1. Het Buddy Programma

Het [Buddy Programma](#) is gestart als een onderdeel van de grote landelijke campagne [Niet Jouw Taak](#) (2016-2020). In het Buddy Programma worden kinderen met gescheiden ouders, de Bobby's, gekoppeld aan door Stichting Villa Pinedo getrainde jongeren die ook gescheiden ouders hebben en eenzelfde soort ervaring hebben doorgemaakt, de Buddy's. Buddy's bieden Bobby's een luisterend oor, advies en antwoord op vragen via de MyBuddy App. Buddy's en Bobby's kunnen met elkaar communiceren via de app en hebben verder geen contact; noch face to face noch via social media. Zo blijft ieders privacy gewaarborgd en is de drempel voor kinderen om over lastige onderwerpen te praten relatief laag.

Bobby's en Buddy's worden niet willekeurig aan elkaar gekoppeld. Het koppelen gebeurt veelal op basis van gelijkenissen rondom aspecten of ervaringen met de scheiding. Zo wordt een kind dat bijvoorbeeld moeite heeft om te wennen aan zijn of haar stiefvader gekoppeld aan een Buddy die dit al eens heeft doorgemaakt. Door de gelijkenissen kan een Buddy zich gemakkelijker in de situatie van een Bobby verplaatsen en steun geven. In sommige gevallen worden Bobby's juist gekoppeld aan een Buddy met een andere soort ervaring. Bijvoorbeeld een Bobby die geen of slecht contact heeft met een van de ouders, wordt gekoppeld aan een Buddy waarbij het contact met een ouder positief is hersteld. Op deze manier krijgt de Bobby ook een hoopvol perspectief, een ander voorbeeld.

Veel Bobby's voelen zich eenzaam in hun ervaringen en willen graag hun ervaringen delen en steun krijgen van iemand die iets vergelijkbaars doormaakt. De MyBuddy App biedt laagdrempelig lotgenotencontact: het contact is online en het kind behoudt de eigen regie. Het is voor de Bobby's mogelijk om zelf steun aan te vragen, zelf te beslissen wanneer en voor hoe lang, zonder dat daarbij toestemming van de ouders nodig is. Daarnaast houdt het kind bij Villa Pinedo zelf de regie over wat en wanneer hij deelt en leert daarmee te vertrouwen op eigen kracht. Nadat de Bobby voldoende steun heeft gehad, kan het zijn/haar contact met de Buddy van Villa Pinedo stopzetten op een manier die hij/zij wil (contact met Buddy zelf afsluiten of op de stop-knop drukken in de app).

Villa Pinedo heeft alle professionele kennis in huis om de veiligheid in gesprekken tussen Bobby's en Buddy's te kunnen waarborgen. Alle interactie tussen Bobby en Buddy wordt door een team van (toegepast) psychologen en pedagogen (deels in opleiding), in dienst van Villa Pinedo, gemonitord (meegelezen en vervolgens feedback aan de Buddy) om de veiligheid en kwaliteit van de gesprekken te waarborgen. De Bobby en Buddy zijn hiervan op de hoogte en geven voor de start van het gebruik van de MyBuddy App hiervoor toestemming. Het team van Villa Pinedo heeft een geheimhoudingsverklaring getekend.

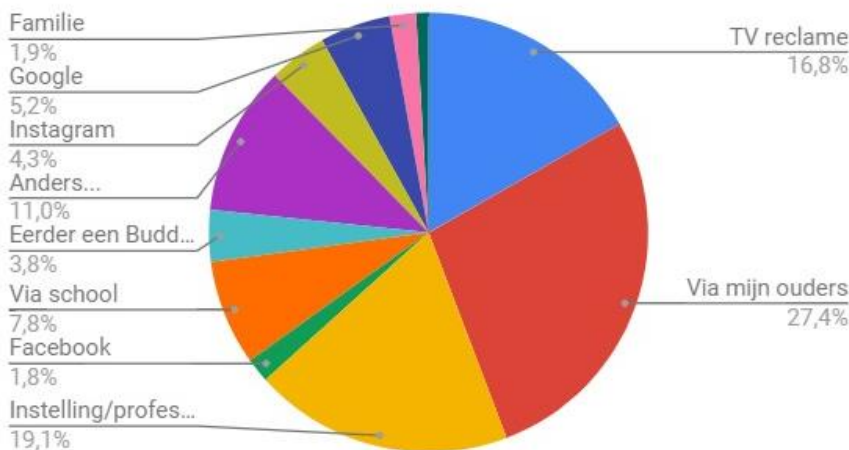
Het **Buddy Programma** is uniek omdat...

- Er op een *laagdrempelige, veilige en toegankelijke* manier online contact gemaakt wordt met ervaringsdeskundigen
- Het 24/7 een mogelijkheid biedt voor het uitspreken van zorgen
- Het geschikt is voor (*jonge*) kinderen, zonder betrokkenheid of toestemming van ouders
- Het focust op *persoonlijke aandacht* (1 op 1 gesprekken) met een ervaringsdeskundige jongere
- Het *weinig tijd* kost voor wat het opbrengt
- Het kind de *eigen regie* heeft: het recht om zelf, zonder toestemming van de ouders, steun aan te vragen en de duur hiervan te bepalen
- De Buddy komt 'brengen' (steun geven) en de Bobby en komt 'halen' bij Villa Pinedo. Juist deze combinatie versterkt de empowerment voor hun verdere leven wanneer zij uiteindelijk ook weer Villa Pinedo verlaten

Wie zijn de Bobby's, de kinderen die gebruikmaken van het Buddy Programma?

De kinderen (ook wel: Bobby's) zijn tussen de 10 en 23 jaar oud (gemiddelde leeftijd van de huidige, actieve Bobby's is 13,7) en hebben net als de Buddy's gescheiden ouders. Vanaf september 2016 tot aan oktober 2020 hebben ruim 4600 Bobby's zich aangemeld voor het Buddy Programma, waarvan 19% jongens, 80,6% meisjes en 0,4% anders. De Bobby's melden zich aan als ze het fijn vinden om online met een andere jongere met gescheiden ouders ervaringen over de scheiding uit te wisselen. Meestal weten ze Villa Pinedo te vinden via hun ouders, via professionals of een officiële instelling (zoals het CJG), of via de tv-reclame, zie Figuur 2.1. De promotie via social media (Facebook en Instagram) lijkt minder op te leveren.

Hoe kennen kinderen Villa Pinedo?



FIGUUR 2.1. | Eerste kennismaking met Villa Pinedo door Bobby's

Vanuit het monitoren van de chatgesprekken valt op dat jongere en oudere Bobby's verschillende problemen rapporteren.

- Jongere Bobby's tot twaalf jaar hebben het vaak over de omgangsregeling (dat ze het niet eens zijn met de omgangsregeling of het liever anders hadden gezien) en het missen van een ouder.
- Oudere Bobby's vanaf twaalf jaar hebben het vaker over psychische klachten naar aanleiding van de scheiding (somberheid, eenzaamheid, maar ook onzekerheid en negatief zelfbeeld) en ruzies die ze hebben met hun ouders.
- Alle Bobby's vertellen vaak over het veranderende contact met ouders, de ruzie tussen ouders en de uitdagingen en zorgen rondom de band met stiefouders.

Wie zijn de Buddy's, de jongeren die een luisterend oor bieden?

Van alle jongeren die zich hebben aangemeld als Buddy zijn er ondertussen bijna 700 getraind. De Buddy's zijn tussen de 18 en 26 jaar oud (gemiddelde leeftijd van de huidige Buddy's is 22,5) en zijn in het bezit van een Verklaring Omtrent Gedrag. Een belangrijk kenmerk van de Buddy's is dat ze een sterke behoefte hebben iets voor de kinderen te doen en te betekenen door een positieve bijdrage te kunnen leveren aan het leven van een ander. Ze herkennen hun eigen ervaringen en problemen en hebben in hun eigen jeugd vaak gemist om er met iemand over te kunnen praten. Nu ze verder in hun eigen verwerkingsproces zijn, willen ze dat graag voor een ander doen en ervoor zorgen dat Bobby's zich gehoord en (h)erkend voelen.

De jongeren worden geselecteerd middels een motivatiebrief en vervolgens een selectietraining. Hier wordt gekeken of de jongeren al geschikt zijn om steun te bieden aan een ander kind of dat zij zelf eerst nog steun nodig hebben. Na een half jaar actief te zijn geweest als Buddy krijgen de Buddy's een vervolstraining; een verdiepende training. Tijdens de basistraining maken de Buddy's kennis met de stichting, met elkaar en met hun rol als ervaringsdeskundige. Ze leren hierbij over gesprekstechnieken en worden voorbereid op de meest voorkomende (en mogelijk zorgelijke) scenario's. Ook worden zij begeleid in het krijgen van zicht op hun eigen verwerkingsproces rondom de scheiding van hun ouders. Door het inzetten van de eigen ervaringen en tegelijkertijd de mogelijkheid tot coaching, vindt er persoonlijke groei plaats. Patronen kunnen onderkend worden. Zij ervaren dat het uitgangspunt voor het contact met de Bobby is: het inzetten en ervaren van kwetsbaarheid en de kracht ervan. Daardoor kunnen zij herkenning, erkenning, en een hoopvol perspectief bieden aan de Bobby.

De Buddy's zijn geen hulpverleners; zij zijn ervaringsdeskundige jongeren die door het inzetten van hun eigen ervaring naast het kind kunnen staan en een kind in een soortgelijke situatie steun bieden. Dit betekent dat zij niet verantwoordelijk zijn voor het probleem van het kind, wel (in samenwerking met de professionals) voor de inhoud van het gesprek met het kind. Het kind kan met alles wat hij/zij ervaart, voelt en vindt bij de Buddy terecht. Doordat de Buddy's zijn getraind in het aannemen van een neutrale, liefdevolle houding waarbij de stem van het kind centraal staat, doet het kind een positieve ervaring op in het delen van zijn/haar innerlijke belevingswereld. De Buddy stimuleert het kind vervolgens vaak om ook een volwassene in de omgeving in vertrouwen te nemen. De Buddy's zelf staan in nauw contact met het team van professionals (psychologen en pedagogen, deels in opleiding) werkzaam bij Villa Pinedo. Zij kunnen direct contact opnemen met deze professionals via de Helpdesk in de MyBuddy App. Ze kunnen hier terecht wanneer zij vastlopen in het contact met hun Bobby, wanneer zij zich zorgen maken of een ingewikkelde situatie meemaken of wanneer zij feedback willen. Bij zorgen

is deze Helpdesk 24/7 bereikbaar voor de Buddy's. Villa Pinedo heeft protocollen ontwikkeld om Buddy's te ondersteunen in hoe en wanneer zij contact op kunnen nemen met Villa Pinedo en in welke situaties zij direct moeten overleggen met Villa Pinedo.

Tijdens de periode dat de Buddy actief is biedt Villa Pinedo coaching-on-the-job (telefonische of digitale feedback na het monitoren van de gesprekken met de Bobby's), digitale of live intervisie en supervisie met mede-Buddy's en een professional werkzaam bij Villa Pinedo, masterclasses rondom het thema scheiden, en toegang tot individuele coaching op hun eigen ervaringen en persoonlijke ontwikkeling als kind met gescheiden ouders. Ook heeft iedere Buddy met de mede-Buddy's uit de training of uit de regio waar zij wonen een Senior Buddy met wie zij kunnen sparren over het buddieschap of lotgenotencontact onderling.

Wanneer er ernstige zorgen zijn over het welzijn of de thuissituatie van een Bobby hebben de professionals, werkzaam in team Villa Pinedo, regelmatig (meestal dagelijks of wekelijks) contact met de Buddy. Zorgen worden gesignaleerd door middel van het monitoren door het team van Villa Pinedo of doordat een Buddy zelf de Helpdesk raadpleegt. De professionals in dienst bij Villa Pinedo ondersteunen de Buddy in het contact met de Bobby en verwijzen waar nodig door naar andere websites/instanties/professionals (zoals 113, de Kindertelefoon, vertrouwenspersoon op school). In dit laatste geval betekent het nooit dat het contact met de Buddy dan automatisch stopt. Meestal is het voldoende om een Bobby te stimuleren een volwassene uit de omgeving in vertrouwen te nemen waarna, naar aanleiding van het in vertrouwen nemen van iemand uit de omgeving, met regelmaat professionele hulp ingeroepen wordt. De Bobby blijft dan in contact met de Buddy voor steun (bijvoorbeeld helpen met een brief schrijven naar de vertrouwenspersoon op school). Villa Pinedo werkt met een zorgenbeleid waarin per zorg (zelfmoordgedachten, automutileren, huiselijk of seksueel geweld, etc.) beschreven staat wat de Buddy vanuit zijn of haar rol kan bieden aan de Bobby en waar de Buddy naar kan doorverwijzen als professionele hulp gewenst is.

2. Het Onderzoek

Het Buddy Programma is in september 2016 van start gegaan. Daarna is in samenwerking met strategisch thema Dynamics of Youth van de Universiteit Utrecht het onderzoek naar de effecten van het Buddy Programma opgezet en uitgevoerd. In dit hoofdstuk worden de theoretische onderbouwing, de opzet en uitvoering van het onderzoek toegelicht.

2.1 Theoretische onderbouwing van het onderzoek

Het voornaamste doel van het onderzoek was na te gaan hoe kinderen omgaan met de scheiding van hun ouders en of, en op welke wijze het Buddy Programma, georganiseerd door Villa Pinedo, een bijdrage levert aan de verwerking van deze gebeurtenis. Er vinden allerlei veranderingen plaats zodra ouders besluiten te gaan scheiden: kinderen moeten misschien verhuizen, naar een andere school of ouders hebben wellicht minder geld te besteden. Kinderen met gescheiden ouders kunnen hier verdrietig of boos over zijn. Voor hun eigen ontwikkeling is het nodig om de ervaring te verwerken en te leren omgaan met de nieuwe omstandigheden. Het streven van Villa Pinedo is om kinderen met gescheiden ouders aan het woord te laten en met behulp van haar activiteiten, waaronder het Buddy Programma, de negatieve impact van de ouderlijke scheiding op kinderen te verkleinen. Daarmee krijgen kinderen de ruimte die ze nodig hebben om zich te ontwikkelen, hun talenten te ontplooien en hun algehele welzijn te verbeteren. Villa Pinedo wil met haar activiteiten de autonomie en veerkracht van kinderen en jongeren versterken en zodoende hun (negatieve) ervaringen omzetten in kracht.

Op verschillende manieren sluiten de activiteiten die Villa Pinedo organiseert en haar visie aan bij recente wetenschappelijke ontwikkelingen omtrent het welzijn van kinderen met gescheiden ouders. Twee van deze willen we hier uitlichten:

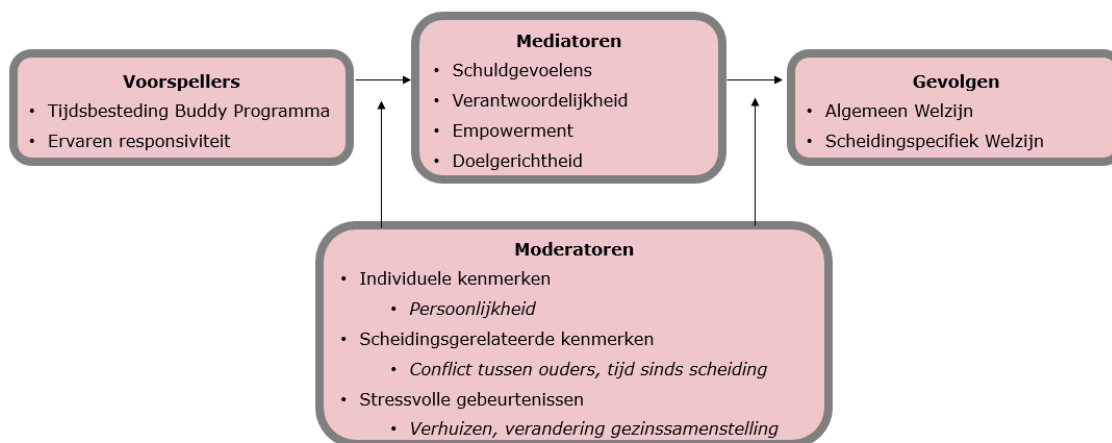
- Ten eerste heeft Villa Pinedo een duidelijke *Theory of Change* voor haar activiteiten en heeft Villa Pinedo aandacht voor het feit dat ieder kind anders is en verschillend op een scheiding reageert. Traditioneel onderzoek naar het welzijn van kinderen met gescheiden ouders richtte zich vooral op de gemiddelde mate van stress, welzijn en trauma door groepen van kinderen met en zonder gescheiden ouders met elkaar te vergelijken. Zo is er veel onderzoek gedaan naar de negatieve invloed van ouderlijke conflicten rondom en na de scheiding op het 'gemiddelde welzijn' van kinderen (e.g., Amato, 2010; Hetherington, 2014; Spruijt & Kormos, 2010). Recent onderzoek wijst uit dat meer aandacht nodig is voor *wanneer* en *waarom* een scheiding voor *welk* kind *welke* gevolgen heeft: *Waarom* lijkt de scheiding voor het ene kind gemakkelijk te verlopen terwijl het andere kind er jarenlang last van blijft houden? Aandacht voor dergelijke vragen en de factoren die deze verschillen kunnen verklaren wordt steeds belangrijker (e.g., Van der Wal, Finkenauer, & Visser, 2019). Recent onderzoek suggereert bijvoorbeeld dat kinderen door de scheiding van hun ouders het gevoel hebben minder controle over hun leven te hebben en zich schuldig te voelen, wat negatief samenhangt met hun welzijn (Laumann & Emery, 2000; Sentse et al., 2011; ter Weel & Prevoo, 2014). Het huidige onderzoek naar de effecten van het Buddy Programma bouwt hierop voort. Het onderzoekt de rol van schuldgevoelens, gevoelens van verantwoordelijkheid en empowerment bij het verwerken van de ouderlijke scheiding. Deze aspecten staan ook centraal in de missie van Villa Pinedo en haar activiteiten waardoor jongeren (negatieve) ervaringen kunnen omzetten in kracht, autonomie en controle over hun eigen leven en ervaringen.

- Ten tweede sluiten de activiteiten van Villa Pinedo aan bij de toenemende erkenning van de adolescentie en jongvolwassenheid als belangrijkste ontwikkelingsfasen voor identiteit, leefstijl en relaties. Wat in deze fase gebeurt, kleurt de rest van hun leven. Uit recent onderzoek blijkt dat het juist in de adolescentie en jongvolwassenheid ontzettend belangrijk is voor een gezonde ontwikkeling dat jongeren zich herkend voelen, het gevoel hebben dat ze serieus genomen worden, en dat ze relevant zijn voor hun omgeving en anderen (Fulgini, 2019; Yeager, Dalh, & Dweck, 2018). Dit komt sterk overeen met de onderliggende ideeën van het Buddy Programma: Bobby's en Buddy's kunnen hun stem laten horen en er wordt naar hen geluisterd.

De voornaamste vraag van het onderzoek is of **Bobby's** iets aan het Buddy Programma hebben. Om dit te toetsen is stapsgewijs onderzocht of deelname aan het Buddy Programma Bobby's doet realiseren dat zij geen schuld dragen aan de scheiding (i.e., Laumann-Billings & Emery, 2000) en zich niet verantwoordelijk hoeven te voelen voor het 'geluk' van hun ouders (i.e., groothouden voor de ouders, of "ouder-georiënteerde zelfregulatie", Stroebe et al., 2013). Tevens is onderzocht of deelname aan het Buddy Programma ervoor zorgt dat Bobby's zich gesterkt voelen. Dit betekent dat Bobby's een bepaalde mate van *empowerment* ervaren en zichzelf in staat zien om problemen zelfstandig aan te pakken en op te lossen (e.g., Damen & Veerman, 2009). Zo kunnen Bobby's mogelijk meer empowerment ervaren doordat ze tijdens het Buddy Programma zien dat ze niet de enigen zijn die tegen dingen rondom de scheiding aanlopen of problemen hebben. Zo leren ze mogelijk meer voor hun eigen behoeftes op te komen.

Een tweede vraag is wat het betekent voor **Buddy's** om mee te doen aan het Buddy Programma. Wellicht krijgen ze het gevoel iets goed te doen en gebruik te kunnen maken van hun competenties. Dit is in lijn met wetenschappelijk onderzoek naar de opbrengsten van het doen van vrijwilligerswerk (Detollenaere et al., 2017; Dubow & Tisak, 1989). Ze bieden Bobby's immers steun vanuit hun eigen ervaring met gescheiden ouders. Op deze manier kunnen Buddy's ook een verhoogd gevoel van empowerment ervaren. Daarnaast is het mogelijk dat Buddy's door het steunen van een Bobby meer controle en richting ervaren over hun leven en de doelen in hun leven: ze hebben door het steunen van de Bobby's impact en ze doen ertoe.

In Figuur 2.1 zijn deze verwachtingen samengevat in een theoretisch model. Er is getoetst of deelname aan het Buddy Programma (i.e., voorspellers) positieve gevolgen heeft voor kinderen met gescheiden ouders, omdat deze activiteiten bijdragen aan minder schuldgevoelens en gevoelens van verantwoordelijkheid en meer empowerment bij de Bobby's. Bij de Buddy's verwachten we een toename in empowerment en doelgerichtheid (i.e., mediators). Ook heeft het onderzoek gekeken naar mogelijke beschermende of risicofactoren voor deze processen (i.e., moderators). Met andere woorden, we kijken ook naar individuele verschillen omdat het kan zijn dat bepaalde effecten van de activiteiten sterker zijn voor sommige kinderen dan voor andere. Het zou bijvoorbeeld kunnen zijn dat vooral kinderen wiens ouders zijn verwickeld in een complexe echtscheiding profiteren van het Buddy Programma, omdat deze kinderen het meest baat hebben bij een luisterend oor. Echter is het ook mogelijk dat vooral kinderen wiens ouders nog niet zo lang geleden zijn gescheiden het meest profiteren, omdat zij de adviezen van Buddy's beter in hun dagelijks leven kunnen implementeren.

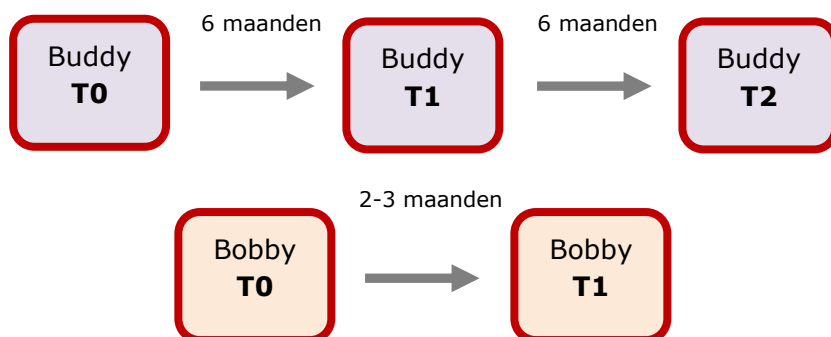


FIGUUR 2.1. | Theoretisch model van onderzoek naar het Buddy Programma

2.2. Opzet van het onderzoek

In januari 2017 is gestart met de eerste dataverzameling. Zo is allereerst gekeken naar de Bobby's en Buddy's *alvorens* ze in contact zijn geweest met elkaar. Dit is de meting waar we zicht wilden krijgen op het niveau en welzijn van de Bobby's en Buddy's op het moment vóórdát ze met het Buddy Programma starten. Een meting voorafgaand aan een daadwerkelijk onderzoek wordt ook wel een nulmeting genoemd: zie Figuur 2.2 "Bobby T0" en "Buddy T0". Na 10 weken (zo'n twee a drie maanden) is de volgende vragenlijst afgenomen bij de Bobby's ("Bobby T1"). Alle Bobby's die deelgenomen hebben aan de T1-meting hebben in deze 10 weken intensief contact gehad met hun Buddy.

Ongeveer zes maanden na T0, dat betekent dat een Buddy minimaal twee Bobby's begeleid heeft, vond de tweede meting voor de Buddy's plaats ("Buddy T1"). Wederom zes maanden later, dus na een jaar actief te zijn geweest en meerdere Bobby's te hebben ondersteund, vond de derde en laatste meting plaats voor de Buddy's ("Buddy T2").



FIGUUR 2.2. | Overzicht van de meetmomenten van het onderzoek

2.3 Procedure van het onderzoek

Zodra de Bobby's en Buddy's zich opgaven voor het Buddy Programma werden ze gevraagd om mee te werken aan een onderzoek naar de effecten van het Buddy Programma. Alle Bobby's en Buddy's van 16 jaar of ouder konden zelf toestemming geven om mee te doen aan het onderzoek. Voor Bobby's tussen de 10 jaar en 16 jaar oud was *actieve* toestemming nodig van (één van) beide ouders voor deelname aan het onderzoek (artikel 5 Wet Bescherming Persoonsgegevens; in tegenstelling tot *passieve* toestemming een aantal jaren geleden). Hiertoe kregen de Bobby's een mail toegestuurd welke ze vervolgens naar de gezaghebbende ouder(s) doorstuurden. Wanneer de toestemming van de gezaghebbende ouder(s) bij Villa Pinedo binnen was, startte de Bobby met het onderzoek.

Bobby's en Buddy's werden via een mail verteld dat de vragenlijst betrekking had op hun leven als *kind met gescheiden ouders*. Villa Pinedo stuurde in dezelfde mail een online link om deel te nemen aan de digitale vragenlijst. Aan het einde van de vragenlijsten is gevraagd of er in de toekomst weer contact met ze opgenomen mag worden voor vervolgonderzoek (meting T1 en T2). Indien hier toestemming voor gegeven werd, benaderde Villa Pinedo hen voor de vervolgmeting.

Ethische toetsing

Het onderzoeksvoorstel is voorafgaand aan de uitvoering voorgelegd aan de Facultaire Ethische Toetsingscommissie van de Universiteit Utrecht. De commissie heeft het voorstel goedgekeurd (FETC16-093).

3. De steun vragende Bobby's

In dit hoofdstuk wordt er specifiek aandacht besteed aan de Bobby's. Wie zijn de Bobby's die deelnemen aan het Buddy Programma? Hoe gaat het met ze, en hoe reageren ze op de scheiding van hun ouders? Ook wordt er ingegaan op hun ervaringen met het Buddy Programma. Wat vinden Bobby's ervan, en levert de steun van de Buddy's ze iets op?

3.1 Deelnemende Bobby's aan het onderzoek

Er namen 247 Bobby's deel aan de voormeting van het onderzoek (Tabel 3.1). Wetende dat er ruim 5000 Bobby's de weg naar Villa Pinedo hebben weten te vinden is dat een beperkt aantal. Het is belangrijk te vermelden dat voor het deelnemen aan het Buddy programma geen toestemming van een ouder nodig is, maar voor het meedoen aan het onderzoek wel. Zo was bijna 70% van de Bobby's die een uitnodiging heeft ontvangen om deel te nemen aan het onderzoek tussen 10 en 16 jaar; deze Bobby's hadden dus toestemming nodig van tenminste één ouder om mee te kunnen doen aan het onderzoek. Deze onderzoeksaanpak staat haaks op de aanpak van Villa Pinedo als platform zonder bemoeienis van ouders. Kinderen zouden mogelijk hun ouders niet willen laten weten dat ze zich aangemeld hebben als Bobby. De ethische verplichting van het onderzoek om toestemming van ouders te hebben verklaart voor een groot deel het lage aantal Bobby's.

Een kleine groep van 63 Bobby's heeft ook deelgenomen aan de vervolgmeting. De reden dat deze groep zo klein is komt onder andere doordat ongeveer één derde van de Bobby's die deelnamen aan de voormeting behoefte had aan kortdurende steun, de app niet gedownload heeft of binnen twee maanden gestopt is met het Buddy Programma (terwijl de uitnodiging voor de vervolgmeting na 10 weken werd verstuurd). Ook heeft een klein aantal Bobby's geen uitnodiging voor een vervolgmeting ontvangen, omdat deze zou plaatsvinden ná het stoppen van de dataverzameling (na oktober 2020).

TABEL 3.1. | Demografische gegevens van de deelnemende Buddy's op T0 en T1¹

	Bobby's T0 (247)	Bobby's T1 (63)
Leeftijd		
- bereik	10-24 jaar	12-24 jaar
- gemiddelde leeftijd	17 jaar	17 jaar
Geslacht		
- meisjes	220 meisjes	56 meisjes
- jongens	27 jongens	7 jongens
Afkomst		
- Nederlands	97%	95%
Woonsituatie		
- bij moeder	30%	27%
- bij vader	12%	8%
- zowel moeder als vader	28%	37%
- op zichzelf	8%	10%
School/werksituatie		
- studie/school	86%	89%
- werk	4%	5%

¹Om te zien of sprake was van selectieve uitval zijn de Bobby's die aan T0 en T1 hebben deelgenomen (complete groep) vergeleken met de Bobby's die alleen aan T0 hebben deelgenomen (drop-outs) op de demografische variabelen en hoofdvariabelen op T0. Dit liet een aantal significante verschillen zien (Bijlage 2). Vergeleken met de drop-outs, rapporteerde de complete groep een significant hogere levenstevredenheid en hogere levensgeluk.

Uit Tabel 3.1 blijkt dat de meeste Bobby's meisjes waren van Nederlandse afkomst. De gemiddelde leeftijd was relatief hoog (17 jaar). De tijd sinds de scheiding varieerde aanzienlijk tussen de 0 en 20 jaar, waarbij meer dan de helft van de Bobby's aangaf dat de scheiding in de afgelopen drie jaar plaatsvond.

De context van de scheiding

Verandering van woonplaats en of school

Opvallend is dat 61% van de Bobby's naar een andere wijk of woonplaats verhuisd is na de scheiding. Daarnaast is 30% van de Bobby's ook van school veranderd.

Deskundige hulp

Bobby's hebben aangegeven of ze hulp hebben gehad van een deskundige zorgverlener met wie ze ervaringen en gevoelens over de scheiding hebben kunnen delen (dus geen leraar of docent, maar een therapeute of (school)psycholoog. Meer dan de helft van de Bobby's (55%) heeft hulp gehad.

Reden voor de scheiding

De redenen die de Bobby's aangaven voor de scheiding varieerden van ontrouw, conflict, verslaving, botsende persoonlijkheden tot op elkaar uitgekeken zijn. In totaal gaf 24% van de Bobby's aan dat ze geen reden hadden gekregen voor de scheiding van hun ouders.

Beslissing om te scheiden

Bobby's gaven aan dat moeders vaker de beslissing namen om te scheiden (45%) dan vaders (20%) of samen (20%). In totaal wist 15% van de Bobby's niet wie de beslissing had genomen. Dit is in lijn met wetenschappelijk onderzoek dat laat zien dat vrouwen vaker het initiatief nemen om te scheiden dan mannen (e.g., Kalmijn & Poortman, 2006).

Conflict tussen ouders

Terwijl vaak het beeld ontstaat dat ouders 'als vrienden' uit elkaar gaan, gaf de overgrote meerderheid aan (84%) dat hun ouders serieuze conflicten en ruzies hebben (gehad). Omdat ouders vaak niet alleen openlijk en zicht- en voelbaar ruzie maken, maar conflict zich ook kan uiten in elkaar juist negeren, zijn de Bobby's gevraagd op een schaal van 1 (nooit) tot 5 (altijd), of *niet van toepassing* aan te geven of de ouders samen bij een feestje aanwezig kunnen zijn, of de ouders elkaar gewoon in de ogen kunnen kijken en of ze zich relaxed/ontspannen voelen wanneer de ouders bij elkaar zijn. Per vraag is het percentage berekend dat hier 'nooit' op heeft geantwoord (Figuur 3.1).



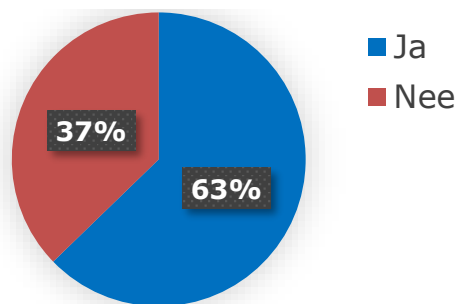
FIGUUR 3.1. | Waargenomen ruzie tussen ouders door de Bobby's in percentages
Percentage 'nooit'

Bijna 40% van de Bobby's gaf aan dat hun ouders niet samen bij een feestje aanwezig kunnen zijn. Daarnaast voelt de helft van de Bobby's zich nooit ontspannen als de ouders bij elkaar zijn.

Nieuwe relatie ouders

Nadat ouders uit elkaar gaan, krijgen velen een nieuwe relatie. Bij de Bobby's had 53% van de moeders en 34% van de vaders een nieuwe relatie. Ook gaven de Bobby's aan of deze nieuwe relatie bij hun moeder of vader in huis is komen wonen – zie Figuur 3.2.

Is de nieuwe partner van je vader of moeder bij jullie komen wonen?



FIGUUR 3.2. | Nieuwe relatie moeder en vader

Contact met de ouders

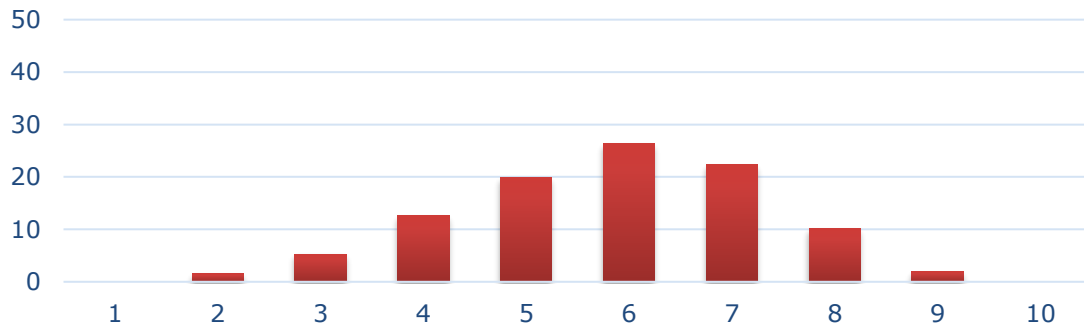
Tot slot zijn er een aantal vragen gesteld over het contact met de ouders. In totaal gaf 58% van de Bobby's aan dat ze altijd contact hebben gehad met beide ouders. Zij hebben nooit een periode gekend waarbij ze een maand of langer geen contact hebben gehad met één of beide ouders. Voor een grote groep (42%) is dit wel het geval. Daarbij moet gezegd worden dat de Bobby's het vaakst tijdelijk geen contact met de vader hadden. Het vereist echter nader onderzoek hoelang deze periode precies was; en of hier wellicht een praktische verklaring voor was. In Hoofdstuk 5 komen we hierop terug.

3.2. Hoe gaat het met de Bobby's?

Bobby's hebben een aantal vragen beantwoord die het overkoepelende begrip *algemeen welzijn* meten. Zo is gevraagd naar levenstevredenheid, levensgeluk en eenzaamheid.

Levenstevredenheid

Aan de hand van de Cantril-ladder (Cantril, 1965) vroegen we Bobby's hoe zij zich voelen over hun leven. Deze ladder loopt van 1 'slechtste leven dat ik me kan voorstellen' tot 10 'beste leven dat ik me kan voorstellen'. Het is een betrouwbare en valide meting van welzijn bij jongeren (Levin & Currie, 2014).



FIGUUR 3.3. | Cijfer voor het leven van de Bobby's

Het gemiddelde cijfer voor het leven van de Bobby's is met een 5.81 schrikbarend laag – alhoewel er veel variatie is (met een spreiding (*SD: standaarddeviatie*) van 1.49; zie Figuur 3.3). In totaal gaf 40% van de Bobby's een onvoldoende voor het leven. Allereerst zijn deze cijfers veel lager dan de in recent onderzoek gerapporteerde levenstevredenheid van kinderen rond de 13-14 jaar met gescheiden ouders die niet meer normaal met elkaar kunnen omgaan: zij gaven gemiddeld een 7.2 voor het leven, en zo'n 8% beoordeelde hun leven met een 5 of lager (De Kinderombudsman, 2020). Ten tweede zijn de cijfers voor het leven van de Bobby's ook een stuk lager dan een groep representatieve jongeren in Nederland met en zonder gescheiden ouders (van het Health Behavior in School-aged Children onderzoek; HBSC, 2017). In 2017 gaven de 11-jarigen in dit onderzoek gemiddeld een 8,3 voor hun leven, 13-jarigen een 7,7 en 15-jarigen een 7,3.

Over het algemeen worden er door Nederlandse jongeren vrijwel nooit onvoldoendes gegeven en hetzelfde geldt voor tieners. Nederlandse jongeren rapporteren verder met name veel vaker een 8 voor hun leven dan hun internationale leeftijdgenoten (HBSC, 2017). De cijfers van de Bobby's zijn dus zeer zorgwekkend. Het is tegelijkertijd geruststellend te weten dat zoveel Bobby's de weg naar het Buddy Programma en Villa Pinedo weten te vinden op een moment waar het klaarblijkelijk niet goed met hen gaat.

Levensgeluk

Bobby's hebben aangegeven of ze over het algemeen een gelukkig mens zijn en of ze kunnen genieten van het leven ongeacht wat er gebeurt: 42% van de Bobby's was het enigszins tot sterk eens met deze stelling. Met de stelling of ze minder gelukkig zijn in vergelijking met hun leeftijdsgenoten, was ruim de helft van de Bobby's het enigszins tot sterk eens. Deze stellingen vormen samen een schaal voor levensgeluk, waarbij een hogere score betekent dat Bobby's gelukkiger zijn (Lyubomirsky & Lepper, 1999). Op een schaal van 1 (sterk mee oneens) tot 7 (sterk mee eens) rapporteerden Bobby's een gemiddelde mate van levensgeluk: $M = 3.81$, $SD = 1.37$.

Eenzaamheid

Bobby's werden ook gevraagd naar hun gevoelens van eenzaamheid. In totaal gaf 39% aan vaak het gevoel gezelschap te missen (voor corona-tijd); 24% voelt zich vaak buitengesloten; en 25% voelt zich vaak van anderen geïsoleerd (Figuur 3.4). Deze percentages zijn een stuk hoger dan landelijke percentages waar 3 tot 14% van de Nederlandse jongeren tussen de 12 en 25 jaar chronische gevoelens van eenzaamheid heeft (zie Stichting Join Us).



FIGUUR 3.4. | Mate van eenzaamheid voor Bobby's in percentages

Bij de start van het Buddy Programma laten Bobby's schrikbarend lage niveaus van levenstevredenheid, levensgeluk en eenzaamheid zien, ook vergeleken met andere jongeren met en zonder gescheiden ouders in Nederland

3.3. Wanneer hebben Bobby's last van de scheiding?

Om specifieker in te gaan op de vraag wanneer Bobby's precies last hebben van de scheiding is er gekeken naar situaties die te maken hebben met de scheiding en die problemen voor Bobby's opleveren.

Ervaren problemen

Bobby's zijn gevraagd naar hoe vaak ze problemen ervaren door de scheiding in verschillende contexten en bij verschillende activiteiten, bijvoorbeeld tijdens het zorgen voor het huishouden, voor broertjes of zusjes of het troosten van de ouders (Tabel 3.2). Meer dan een derde van de Bobby's voelt zich vaak, en 16% altijd, rot als de ouders alleen zijn. Daarnaast stopt 45% van de Bobby's vaak en 33% altijd hun eigen gevoelens weg. De resultaten laten zien dat de doelen van het Buddy Programma naadloos aansluiten bij de problemen en zorgen die Bobby's door de scheiding van hun ouders ervaren; ze stoppen hun gevoelens weg, voelen zich rot als de ouder alleen is en voelen zich verantwoordelijk voor het geluk van de ouder.

TABEL 3.2. | Ervaren problemen van de scheiding op verschillende momenten

	Nooit %	Soms %	Vaak ¹ %	Altijd %
Zorgen voor het huishouden	24	28	35	6
Zorgen voor broertjes/zusjes	30	22	25	5
Ouders troosten	22	34	21	9
Doorgeefluik/postbode zijn tussen ouders	22	21	27	15
Eigen gevoelens wegstoppen	8	13	45	33
Schuldig voelen voor ruzie tussen ouders	37	21	23	9
Ervoor zorgen dat ik beide ouders zie	20	19	29	13
Rot voelen als mijn ouders alleen zijn	22	17	36	16
Verantwoordelijk voelen voor geluk ouders	19	25	35	13
Zelf regelen wanneer je bij wie bent	23	16	21	15
Het indelen van feestdagen en verjaardagen	21	17	27	14

¹vaak = 'regelmatig' en 'vaak' samengevoegd

Aangezien Bobby's ook n.v.t. konden aanvinken tellen niet alle waarden op tot 100%

Loyaliteitsconflict en betrokkenheid bij besluiten

Deze vragen richtten zich op het kiezen van een kant tussen moeder en vader. De vragen werden beantwoord op een vijfpuntschaal van 1 (nooit) tot 5 (altijd), of *niet van toepassing*. Een grote groep Bobby's voelt zich vaak (31%) of altijd (25%) tussen zijn of haar ouders instaan. Tegelijkertijd gaven Bobby's aan vaak (31%) of altijd (29%) de ruimte te krijgen evenveel van hun moeder als vader te houden.

TABEL 3.3. | Loyaliteitsconflict en betrokkenheid bij het scheidingsproces

	Nooit %	Soms %	Vaak ¹ %	Altijd %
Mag je meedenken over belangrijke afspraken? <i>Bijvoorbeeld waar je bent in de vakantie of bij wie je liever wilt slapen</i>	8	13	27	34
Worden belangrijke beslissingen samen door je ouders genomen?	23	24	32	9
Heb je het gevoel dat je een kant moet kiezen tussen je moeder en vader?	23	24	27	17
Krijg je de ruimte om evenveel van je moeder als van je vader te houden?	9	19	31	29
Voel je je tussen je ouders instaan?	18	15	31	25
Wanneer je ouders ruzie maken, voel je je dan gedwongen om partij te kiezen?	24	14	26	14

¹vaak = 'regelmatig' en 'vaak' samengevoegd

Aangezien bobby's ook n.v.t. konden aanvinken tellen niet alle waarden op tot 100%

De problemen die Bobby's vooral ervaren zijn:

- *eigen gevoelens wegstoppen*
- *doorgeefluik zijn tussen ouders*
- *rot voelen als ouders alleen zijn*
- *verantwoordelijk voelen voor het geluk van de ouders*

3.4. Hoe reageren Bobby's op de scheiding van hun ouders?

Wat zorgt ervoor dat Bobby's meer of minder last van de scheiding hebben? Om deze vraag te beantwoorden is het nodig om nog eens te onderstrepen dat ieder kind anders is. Waar de een van gelukkig wordt, wordt de ander juist ongelukkig van. Een belangrijke rol hierbij spelen de emoties en gevoelens die kinderen rondom de scheiding ervaren. Sommige kinderen hebben bijvoorbeeld veel meer de neiging om zich schuldig te voelen over van alles, terwijl andere kinderen er helemaal geen last van hebben. Sommige kinderen ervaren veel boosheid, terwijl andere kinderen zich juist heel verdrietig voelen. Deze verschillen in emoties en gevoelens gebruiken we hier om na te gaan waarom sommige kinderen meer last hebben van de scheiding dan anderen. De factoren die hierbij een rol spelen en hieronder toegelicht worden zijn: schuldgevoelens, piekergedachten, groothouden, boosheid, verdriet en vergeving. Dit zijn niet allemaal factoren waar het Buddy Programma direct op probeert in te spelen, maar die wel indirect kunnen veranderen. Het is daarom belangrijk hier met behulp van de gegevens van de voormeting alvast aandacht aan te besteden.

Schuldgevoelens

Onterechte gevoelens van schuld naar aanleiding van de scheiding zijn in kaart gebracht door Bobby's enkele stellingen voor te leggen en te vragen in hoeverre ze het daarmee eens zijn op een schaal van 1 (sterk mee oneens) tot 7 (sterk mee eens). De Bobby's ervaren gemiddeld weinig schuldgevoelens met een score van 2.47 ($SD = 1.45$). De grote spreiding (SD : standaarddeviatie) wijst echter op grote verschillen in schuldgevoelens ervaren door de Bobby's: sommige ervaren vrijwel geen schuldgevoelens, anderen veel meer. De gemiddelde mate van schuldgevoelens ervaren door Bobby's is lager dan die

gemeten is in onderzoek bij studenten met gescheiden ouders, al was de spreiding hier ook groot (Van der Wal et al., 2021). Toch vraagt bijna 40% van de Bobby's zich soms af of ze de scheiding hadden kunnen voorkomen. Ook geeft 1 op de 5 Bobby's aan dat ze graag beter hun best hadden gedaan om hun ouders bij elkaar te houden. Verder meent 9% van de Bobby's dat de problemen die de ouders hadden door hun kwamen. Tot slot geeft 11% van de Bobby's aan dat ze denken dat hun ouders misschien niet uit elkaar waren gegaan als ze een makkelijker kind waren geweest.

Piekergedachten

Piekeren is niet alleen een van de belangrijkste symptomen van depressie, angstige gevoelens en posttraumatische stress, maar ook een belangrijke voorspeller van de langdurigheid ervan (Moulds et al., 2007; Nolen-Hoeksema, 2000). Op een schaal van 1 (helemaal niet) tot 5 (heel erg), rapporteerden Bobby's gemiddeld een hoge mate van piekergedachten: $M = 3.87$, $SD = 1.09$. Twee derde van de Bobby's gaf aan nog vaak aan de periode van de scheiding terug te denken. Meer dan driekwart van de Bobby's piekert wel eens over de scheiding van hun ouders en 68% gaf aan dat de scheiding hen niet losliet en dat ze regelmatig spontane gedachten hebben over de periode van de scheiding.

Groothouden voor de ouders

Een andere manier hoe Bobby's reageren op de scheiding van hun ouders, is door zich groot te houden voor hun ouders (afgeleid van Stroebe et al., 2013). Dat betekent dat ze hun gevoelens zoveel mogelijk voor hun ouders verborgen proberen te houden om hun ouders niet te belasten, meer verdriet te geven of ongerust te maken. Om na te gaan in hoeverre het groothouden een rol speelt bij de Bobby's hebben ze aangegeven in hoeverre dit op hen van toepassing was: "Ik hou me groot voor mijn ouders", "Ik probeer mijn ouders te ontzien" en "Ik verberg mijn gevoelens voor mijn ouders". Antwoorden werden gegeven op een schaal van 1 (sterk mee oneens) tot 7 (sterk mee eens) (Figuur 3.5).

Ruim 68% van de Bobby's gaf aan zich groot te houden. Daarbij komt dat 34% van de Bobby's hun ouders probeert te ontzien en 66% zijn of haar gevoelens verborgen houdt. Bobby's rapporteerden tot slot een gemiddelde van 4.53 ($SD = 1.40$). Ter vergelijking, een groep van 185 studenten in de leeftijd van 17 tot 26 jaar zonder gescheiden ouders rapporteerden een gemiddelde van 3.95 ($SD = 1.29$); Van der Wal et al. (2021). Deze resultaten laten zien dat Bobby's in de relatie met hun ouders hun gevoelens niet altijd laten zien en soms zelfs de neiging hebben om zich weg te cijferen. Dit onderstreept opnieuw dat de activiteiten van Villa Pinedo aansluiten bij de behoefte van jongeren om zichzelf te kunnen zijn en ruimte te hebben om gevoelens en gedachten te uiten.



FIGUUR 3.5. | Groothouden voor de ouders in percentages
Percentage Ja = 'sterk mee eens', 'mee eens' en 'enigszins mee eens' samengevoegd

Boosheid, verdriet en vergeving

Veel kinderen ervaren intense negatieve emoties wanneer ouders scheiden, voor hen is het een uitdagende en vaak overweldigende situatie. Veel kinderen worden—en blijven—boos, anderen worden—en blijven—juist verdrietig (Van Dijk et al., 2020). Sommige kinderen reageren op een heel andere manier, ze vergeven hun ouders. Door de ouders te vergeven kunnen jongeren negatieve gevoelens of gedachten jegens de ouder verleden tijd laten zijn en deze omzetten in neutrale (of soms zelfs positieve) gevoelens en gedachten. Hierdoor kan de relatie van kinderen met hun ouder(s) weer worden gerepareerd (McCullough et al., 1998). De Bobby's zijn gevraagd in hoeverre ze op dit moment de scheiding van hun ouders kunnen vergeven en in hoeverre ze boos of verdrietig zijn vanwege de scheiding.

In totaal gaf 36% van de Bobby's aan gevoelens van boosheid te ervaren. Over het algemeen rapporteren Bobby's een hogere mate van boosheid vanwege de scheiding ten aanzien van hun vader dan ten aanzien van hun moeder, $p = .002$. Ruim 60% van de Bobby's rapporteerde gevoelens van verdriet. Tegelijkertijd lijkt bijna de helft van de Bobby's hun ouders een beetje tot heel erg te kunnen vergeven voor de scheiding (Figuur 3.6). Deze cijfers ondersteunen de emotionele achtbaan van scheidingen voor kinderen. Vaak ervaren de kinderen waarschijnlijk niet een emotie, maar een heleboel emoties. Bij sommige kinderen worden de emoties over tijd minder, bij andere blijven ze lang intens, en weer bij andere fluctueren de emoties afhankelijk van de situatie en context. Zo kan het zijn dat kinderen tegelijkertijd zowel verdrietig zijn, als dat ze hun ouders vergeven voor wat er is gebeurd.



FIGUUR 3.6. | Boosheid, verdriet en vergeving door Bobby's in percentages
Percentage Ja = 'een beetje' en 'heel erg' samengevoegd

Persoonlijke en scheidingsgerelateerde kenmerken en stressvolle gebeurtenissen

Er is onderzocht of het algemeen welzijn en de reacties op de scheiding van de Bobby's afhangen van persoonlijke kenmerken van de Bobby's (i.e., leeftijd, persoonlijkheid), kenmerken van de scheiding (i.e., conflict, deskundige hulp) en stressvolle gebeurtenissen (i.e., verhuizing, nieuwe gezinssamenstelling).

1. Persoonlijke kenmerken van de Bobby's

We keken allereerst naar leeftijd. We vonden daarbij dat de jongere Bobby's meer levensgeluk, minder eenzaamheid, meer piekergedachten en ook meer boosheid rapporteerden. We vonden op geen van de factoren een samenhang met persoonlijkheid of de woonsituatie van de Bobby's (Bijlage 5).

2. Kenmerken van de scheiding

Bobby's die serieuze conflicten van de ouders hebben meegemaakt (85%) scoorden (iets) lager op levensgeluk. Dit effect van conflict tussen ouders vonden we niet op andere factoren. Dit komt waarschijnlijk omdat er maar weinig Bobby's waren die geen serieuze conflicten hadden meegemaakt tussen de ouders (15%). Ook is gekeken naar het wel of niet krijgen van deskundige hulp. Zo vonden we dat Bobby's die deskundige hulp hadden gehad in de periode rondom de scheiding minder levenstevredenheid en minder levensgeluk rapporteerden (Bijlage 5).

3. Stressvolle gebeurtenissen

Daarnaast is gekeken of de uitkomsten verschillen tussen Bobby's die bepaalde stressvolle gebeurtenissen hebben meegemaakt in hun leven. Deze stressvolle gebeurtenissen zijn: je bent verhuisd naar een andere wijk of woonplaats (61%), een goede vriend(in) is verhuisd (26%), je bent van school veranderd (30%), een nieuwe partner van een van de ouders is in huis komen wonen (37%), een ouder is werkloos geworden (28%), of een ouder is weer gaan werken na de scheiding (45%).

We vonden dat Bobby's waarbij de partner van een ouder langer dan twee jaar geleden in huis is komen wonen minder piekergedachten, minder boosheid, minder verdriet en meer levenstevredenheid en meer vergeving rapporteerden, dan Bobby's waarbij dit niet is gebeurd of waarbij dit korter dan twee jaar geleden is gebeurd. Voor de andere stressvolle gebeurtenissen vonden we geen duidelijke verschillen op algemeen welzijn en reacties op de scheiding (Bijlage 5).

Bobby's gaan door een zorgelijke emotionele achtbaan na een scheiding: ze voelen zich boos, verdrietig, ze piekeren en houden zich groot voor hun ouders, maar kunnen tegelijkertijd ook de ouders in zekere mate al vergeven voor wat er gebeurd is.

3.5. Wat zijn de ervaringen met het Buddy Programma?

Aan de Bobby's zijn een aantal vragen gesteld gericht op de ervaringen met het Buddy Programma; hoeveel tijd besteden ze aan het Buddy Programma? Wat zijn hun ervaringen met hun Buddy? En, gaan ze door het Buddy Programma anders met de scheiding om?

Tijdsinvestering

Bobby's hebben doorgaans één keer per week (32%) of een paar keer per week (30%) contact met hun Buddy. Slechts 7% van de Bobby's had bijna elke dag contact met hun Buddy en 20% had minder dan één keer per week contact met hun Buddy.

Responsiviteit

De Bobby's is gevraagd in hoeverre ze ervaren dat de Buddy's responsief zijn en op hun behoeftes ingaan. Zo is ze gevraagd in hoeverre de Buddy's hun waarderen en geïnteresseerd zijn in wat ze voelen op een schaal van 1 (helemaal niet) tot 5 (heel erg). Ongeacht de leeftijd van de Bobby's, was het gemiddelde zeer hoog en varieerde weinig, 4.75 ($SD = .37$). In totaal gaf 83% van de Bobby's aan dat de Buddy's met hen op dezelfde golflengte zitten en vrijwel alle Bobby's (93%) gaven aan dat er echt naar hen geluisterd

wordt. Geen enkele Bobby gaf aan zich niet begrepen te voelen. Deze resultaten laten overtuigend zien dat de Bobby's het Buddy Programma precies zo ervaren als Villa Pinedo het bedoelt: Een luisterend oor dat jongeren het gevoel geeft gehoord te worden, versterkt en negatieve ervaringen omzet in kracht.

Omgang met de scheiding

Bobby's zijn gevraagd of ze door deelname aan het Buddy Programma anders naar de scheiding van hun ouders zijn gaan kijken. Wederom ongeacht de leeftijd van de Bobby's, vonden we dat ruim de helft aangaf zich door het Buddy Programma meer bewust te worden van de eigen gevoelens en gedachten rondom de scheiding; 20% gaf aan dat het Buddy Programma hen in staat stelde om negatieve ervaringen omtrent de scheiding om te zetten in iets positiefs. Dankzij het Buddy Programma geeft ruim 37% van de Bobby's aan dat ze beter kunnen omgaan met de scheiding. Daarnaast gaf één op de drie Bobby's aan dat het Buddy programma zekerheid geeft in het leven en 25% van de Bobby's voelt zich zekerder van zichzelf. Tot slot gaf ruim 68% van de Bobby's aan het contact met hun Buddy te willen voortzetten.

3.6. Wat levert het Buddy Programma op voor Bobby's?

Misschien wel de belangrijkste vraag van dit onderzoek is of het Buddy Programma bijdraagt aan de verwerking van de scheiding en het welzijn van de Bobby's. Voelen Bobby's zich minder schuldig en verantwoordelijk voor de scheiding van hun ouders nadat ze mee hebben gedaan aan het Buddy Programma? En voelen ze zich gesterkt na gesprekken te hebben gevoerd met een Buddy? Om antwoord te geven op deze vragen is allereerst getoetst of er een verschil is in welzijn en in de reacties op de scheiding bij de voormeting en de vervolgmeting.

Veranderingen in welzijn en reacties op de scheiding van de Bobby's

Als Bobby's twee tot drie maanden in contact zijn geweest met een Buddy is wederom gevraagd in hoeverre ze tevreden zijn met het leven, hoe gelukkig ze zijn in het leven vergeleken met anderen in hun omgeving en hoe eenzaam ze zich voelen. Ook zijn ze gevraagd naar hun reacties op de scheiding aan de hand van precies dezelfde vragen als op de voormeting (Tabel 3.4).

TABEL 3.4 | Beschrijvende statistieken van welzijn op T0 en T1²

	Bereik	T0		T1		F
		M	SD	M	SD	
<i>Algemeen welzijn</i>						
Levenstevredenheid	1-10	6.30	1.44	6.32	1.43	0.01
Levensgeluk	1-7	4.37	1.29	4.50	1.33	1.20
Eenzaamheid	3-9	5.48	1.63	5.37	1.93	0.33
<i>Reactie op scheiding</i>						
Ervaren problemen	1-5	2.78	0.83	2.62	0.89	1.52
Betrokkenheid besluiten	1-5	3.17	0.96	3.48	0.87	2.45
Schuldgevoelens	1-7	2.23	1.30	1.93	1.23	4.40*
Piekergedachten	1-5	3.83	0.99	3.43	1.06	12.45*
Groothouden	1-7	4.27	1.31	3.88	1.53	4.59*
Boosheid	1-5	2.77	1.38	2.18	1.28	2.25
Verdriet	1-5	3.47	1.36	3.10	1.39	5.67*
Vergeving	1-5	3.65	1.07	3.83	1.01	1.18

*significante verandering, $p < .05$, M = gemiddelde, SD = standaarddeviatie (spreiding)

²Voor de analyses zijn de Bobby's geselecteerd die meegedaan hebben aan beide metingen ($N = 60$).

Op T1, dus na minimaal 10 weken intensief in contact te zijn geweest met een Buddy, rapporteerden Bobby's significant minder schuldgevoelens, minder piekergedachten, minder groothouden en minder gevoelens van verdriet. Daarnaast is er een trend zichtbaar voor meer levensgeluk, minder eenzaamheid, minder ervaren problemen, meer betrokkenheid bij besluiten, minder gevoelens van boosheid en meer vergeving ten aanzien van de scheiding. Het is hierbij belangrijk te vermelden dat de effecten over tijd *niet* beïnvloed worden door persoonlijke kenmerken (leeftijd, woonsituatie), kenmerken van de scheiding (tijd sinds de scheiding, deskundige hulp, conflict) of stressvolle gebeurtenissen (verhuizen, nieuwe gezinssituatie). Dus zelfs als we rekening houden met al deze verschillen tussen Bobby's, en de unieke ervaringen en zorgen die zij meebrengen met de scheiding van hun ouders, vinden we dat Bobby's na in contact te zijn geweest met een Buddy beter met de scheiding van hun ouders kunnen omgaan.

Ook is gekeken of tijdsinvestering en ervaren responsiviteit samenhangen met het welzijn van Bobby's (Tabel 3.5). Daarbij is meegenomen of tijdsinvestering en ervaren responsiviteit samenhangen met empowerment als mogelijke verklaring voor waarom het Buddy Programma het welzijn van de Bobby's zo positief beïnvloed.

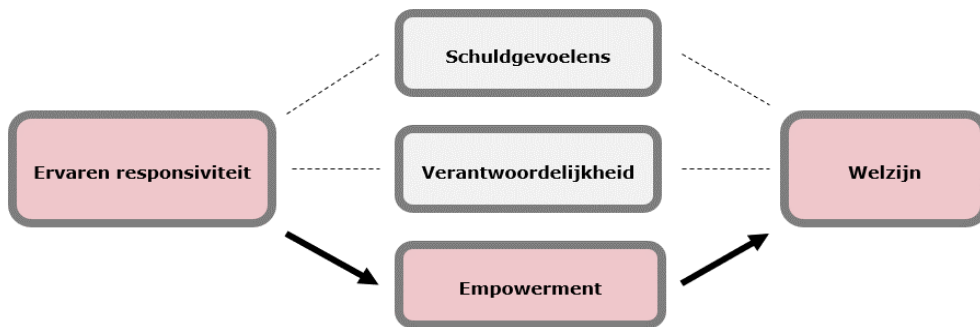
TABEL 3.5 | Samenhang tijdsinvestering, responsiviteit en welzijn op T1

	Tijdsinvestering	Responsiviteit
<i>Algemeen welzijn</i>		
Levenstevredenheid	-.03	.31*
Levensgeluk	.12	.42**
Eenzaamheid	-.22	-.15
<i>Reacties op de scheiding</i>		
Schuldgevoelens	.00	.02
Piekergedachten	.21	-.06
Groothouden	.13	.04
Boosheid	.19	.18
Verdriet	.24	.12
Vergeving	-.30*	-.20
Empowerment	.05	.45**

** $p < .001$, * $p < .05$

De resultaten in Tabel 3.5 laten een samenhang zien tussen tijdsinvestering en vergeving. Alhoewel het gissen blijft naar de richting van deze samenhang zou een mogelijke uitleg kunnen zijn dat Bobby's die meer moeite hebben met het vergeven van de scheiding meer tijd doorbrengen met hun Buddy. Daarnaast is te zien dat hoe meer responsiviteit Bobby's ervaren bij Villa Pinedo, hoe hoger hun levenstevredenheid en levensgeluk is. Deze samenhangen zijn erg sterk. Ook hangt meer responsiviteit samen met meer empowerment van de Bobby's.

De vraag is nu of deze verbeteringen in het welzijn van de Bobby's en de positievere reacties op de scheiding toe te schrijven zijn aan het Buddy Programma. Het kan immers zo zijn dat er (ook) iets anders in het leven van de Bobby's veranderd is op het moment dat ze deelnamen aan het Buddy Programma. Misschien hebben ze wel verkering gekregen, hebben ze hun schooldiploma gehaald, hebben ze een goed gesprek gehad met hun moeder, of is hun stiefvader uit huis gegaan. Om de unieke bijdrage van het Buddy Programma te toetsen zijn er zogeheten mediatio-analyses uitgevoerd. In Figuur 3.8 zijn de bevindingen schematisch weergegeven.



FIGUUR 3.8. | Indirecte effecten tussen responsiviteit op welzijn via schuldgevoelens, verantwoordelijkheid en empowerment – zie ook Bijlage 7.

De resultaten van de mediatie-analyses laten zien dat de samenhang tussen ervaren responsiviteit en welzijn (zoals besproken a.d.h.v. Tabel 3.5) volledig verklaard kan worden door toegenomen niveaus van empowerment (en niet door een afname van schuldgevoelens of gevoelens van verantwoordelijkheid). Dat betekent in andere woorden dat Bobby's zich beter voelen na in contact te zijn geweest met een Buddy *omdat* dit zorgt voor meer empowerment. Deze resultaten zijn overtuigend en sterk. Het laat nogmaals zien hoe belangrijk het is om Bobby's een luisterend oor te bieden. Hierdoor voelen ze zich gesterkt en het geeft ze kracht. Dit zorgt er vervolgens voor dat het beter gaat met de Bobby's. Deze uitkomsten zijn dus precies in lijn met de achterliggende visie van het Buddy Programma van Villa Pinedo.

- *Bobby's ervaren veel responsiviteit bij Villa Pinedo: ze worden gehoord, begrepen en gewaardeerd*
- *Het Buddy Programma wordt als zeer positief en nuttig beleefd door Bobby's*
- *Na in contact te zijn geweest met een Buddy voelen Bobby's zich minder schuldig en verdrietig, piekeren ze minder over de scheiding en houden ze zich minder groot ten aanzien van hun ouders*
- *De ervaren responsiviteit bij Villa Pinedo gaat hand in hand met een hoger algemeen welzijn van de Bobby's omdat ze zich door het Buddy Programma 'empowered' voelen*

4. De ervaringsdeskundige Buddy's

In dit hoofdstuk wordt er specifiek aandacht besteed aan de Buddy's. Wie zijn de Buddy's die deelnemen aan het Buddy Programma? Hoe gaat het met ze? Ook wordt er ingegaan op de ervaringen van de Buddy's met het Buddy Programma. Wat vinden ze ervan, en levert het helpen van de Bobby's ze iets op?

4.1. Deelnemende Buddy's aan het onderzoek

Er namen ruim 600 Buddy's deel aan de voormeting van het onderzoek (Tabel 4.1). Dit zijn er veel meer dan de deelnemende Bobby's, zie Hoofdstuk 3. Een belangrijke reden hiervoor is dat Buddy's 18 jaar of ouder zijn en daarom zonder toestemming van ouders mee kunnen doen aan wetenschappelijk onderzoek. De meeste Buddy's, op alle metingen, waren meisjes van Nederlandse afkomst. De scheiding van hun ouders vond tussen de 0 en 25 jaar geleden plaats, waarbij voor de helft dit langer dan 10 jaar geleden was.

TABEL 4.1. | Demografische gegevens van de deelnemende Buddy's op T0, T1 en T2³

	T0 (605)	T1 (165)	T2 (100)
Leeftijd			
- bereik	18-27 jaar	18-27 jaar	18-27 jaar
- gemiddelde leeftijd	22 jaar	22 jaar	22 jaar
Geslacht			
- meisjes	544	152	90
- jongens	61	13	10
Afkomst			
- Nederlands	97%	95%	96%
Woonsituatie			
- bij moeder	25%	21%	20%
- bij vader	3%	3%	5%
- zowel moeder als vader	8%	10%	13%
- op zichzelf	59%	60%	55%
School/werksituatie			
- studie/school	77%	78%	80%
- werk	16%	16%	16%

4.2. Hoe gaat het met de ervaringsdeskundigen?

Om een beeld te krijgen van hoe het met de Buddy's gaat hebben ze vragen beantwoord gericht op hun algemeen welzijn en op hun scheidingspecifieke welzijn.

Algemeen welzijn

Het overkoepelende begrip *algemeen welzijn* is gemeten door Buddy's bijvoorbeeld te vragen naar de mate van levenstevredenheid, levensgeluk en eenzaamheid.

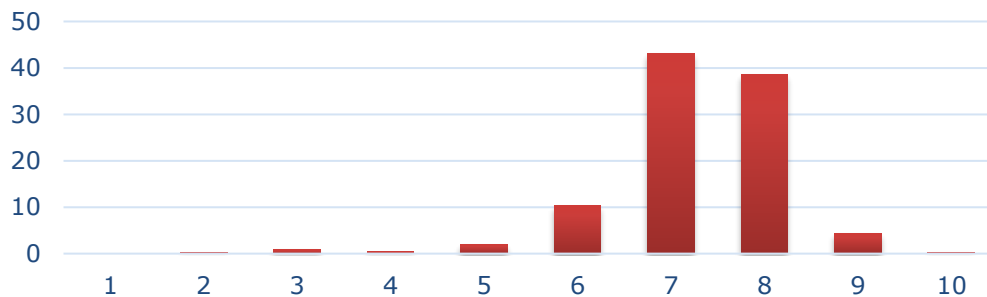
Levenstevredenheid

Aan de hand van de Cantril-ladder (Cantril, 1965) vroegen we Buddy's hoe zij zich voelen over hun leven. Deze ladder loopt van 1 'slechtste leven dat ik me kan voorstellen' tot 10

³Om te zien of sprake was van selectieve uitval zijn de Buddy's die zowel aan T0, T1 en T2 hebben deelgenomen (complete groep) vergeleken met de Buddy's die alleen aan T0 hebben deelgenomen (drop-outs) op de demografische variabelen en hoofdvariabelen op T0. Dit liet een aantal significante verschillen zien (zie Bijlage 3). Vergeleken met de drop-outs, rapporteerde de complete groep een significant hogere mate van levensgeluk en minder conflict tussen ouders. In beide gevallen ging het om kleine verschillen (Cohen's $d < .29$).

'beste leven dat ik me kan voorstellen'. Het is een betrouwbare en valide meting van welzijn bij jongeren (Levin & Currie, 2014).

Het gemiddelde cijfer voor het leven van de Buddy's op de voormeting was 7.28 ($SD = 0.95$). Daarnaast gaf slechts 3,5% een onvoldoende voor het leven. Dit komt overeen met een normgroep Nederlandse jongeren in de leeftijd van 18-25 jaar (waar een 7 of hoger geclassificeerd wordt als 'tevreden'; CBS, 2019).



FIGUUR 4.1. | Cijfer voor het leven van de Buddy's

Levensgeluk

Buddy's hebben aangegeven of ze over het algemeen een gelukkig mens zijn, of ze zich in vergelijking met hun leeftijdsgenoten gelukkiger voelen en of ze kunnen genieten van het leven ongeacht wat er gebeurt (Lyubomirsky & Lepper, 1999). Een hogere score op deze schaal betekent dat ze gelukkiger zijn. Op een schaal van 1 (sterk mee oneens) tot 7 (sterk mee eens) rapporteerden Buddy's gemiddeld genomen een hoge mate van levensgeluk: $M = 5.38$, $SD = 1.12$. Op de vraag of ze over het algemeen een gelukkig mens zijn gaf 88% van de Buddy's een score van 5 of hoger (dat wil zeggen enigszins tot sterk eens met de stelling). Wederom komt dit overeen met een normgroep Nederlandse jongeren in de leeftijd van 18-25 jaar (CBS, 2019).

Eenzaamheid

Buddy's werden gevraagd naar hun gevoelens van eenzaamheid. In totaal gaf 8% aan vaak het gevoel gezelschap te missen; 4% voelt zich vaak buitengesloten; en 6% voelt zich vaak van anderen geïsoleerd (voor corona-tijd). Ter vergelijking, in 2019 ervoer van de jongvolwassenen in Nederland 10% zich vaak eenzaam (CBS, 2019).

Scheidings specifiek welzijn

Naast algemeen welzijn is ook gekeken naar scheidings specifiek welzijn van de Buddy's. In het kort worden hier de volgende factoren toegelicht: schuldgevoelens ten aanzien van de scheiding, piekergedachten rondom de scheiding en vergeving van de scheiding.

Schuldgevoelens

Onterechte gevoelens van schuld naar aanleiding van de scheiding zijn in kaart gebracht door Buddy's te vragen of ze de scheiding van de ouders hadden kunnen voorkomen; of ze graag beter hun best hadden gedaan om hun ouders bij elkaar te houden; en in hoeverre ze het idee hebben dat veel van de problemen die hun ouders hadden door hun kwamen. De Buddy's ervoeren weinig schuldgevoelens: gemiddeld scoorden Buddy's 1.33 ($SD = 0.75$) op een schaal voor schuldgevoelens van 1 (sterk mee oneens) tot 7 (sterk mee eens).

Piekergedachten

De Buddy's beantwoordden enkele vragen over piekergedachten. Eén op de vier Buddy's gaf aan op dit moment nog een beetje tot vaak aan de scheiding terug te denken en 23% van de Buddy's gaf aan een beetje tot vaak over de scheiding te piekeren. In totaal gaf 12% van de Buddy's aan dat de scheiding hun niet loslaat.

Vergeving

Door ouders te vergeven kunnen jongeren negatieve gevoelens of gedachten jegens de ouder verleden tijd laten zijn en deze omzetten in neutrale (of soms zelfs positieve) gevoelens en gedachten. Hierdoor kan de relatie van kinderen met hun ouder(s) weer worden gerepareerd (McCullough et al., 1998). De Buddy's is gevraagd in hoeverre ze op dit moment hun ouders vergeven voor de scheiding. In totaal gaf 82% van de Buddy's aan dat een beetje tot heel erg te doen en 8% niet echt tot helemaal niet.

Persoonlijke en scheidingsgerelateerde kenmerken en stressvolle gebeurtenissen

Het is belangrijk om rekening te houden met verschillen tussen Buddy's. Zo is onderzocht of de persoonlijkheid van een Buddy, de kenmerken van de scheiding en stressvolle gebeurtenissen samenhangen met het algemeen en scheidingspecifiek welzijn van de Buddy's tijdens de voormeting. Deze analyses lieten zien dat zodra de scheiding langer geleden was Buddy's minder schuldgevoelens en minder piekergedachten rapporteerden. Buddy's die deskundige hulp hadden gehad (59%) waren minder tevreden met het leven, minder gelukkig, voelden zich eenzamer en schuldiger en piekerden meer. Buddy's waarvan de ouders serieuze conflicten hadden gehad rapporteerden een mindere levenstevredenheid en meer piekergedachten. Zodra een goede vriend(in) recent verhuisd was rapporteerden Buddy's minder levensgeluk en meer eenzaamheid (voor de overige correlaties, zie Bijlage 6).

- *Bij de start van het Buddy Programma laten Buddy's gemiddeld genomen vergelijkbare niveaus van levenstevredenheid, levensgeluk en eenzaamheid zien als andere jongeren in Nederland*
- *Bij de start van het Buddy Programma ervaren Buddy's gemiddeld genomen weinig schuldgevoelens ten aanzien van de scheiding, piekeren ze nog af en toe en kan de meerderheid hun ouders de scheiding vergeven*
- *Buddy's hebben de scheiding grotendeels een plekje gegeven en zijn emotioneel in staat de Bobby's te steunen*

4.3. Wat zijn de ervaringen met het Buddy Programma?

Aan de Buddy's zijn een aantal vragen gesteld gericht op de ervaringen met het Buddy Programma; hoeveel tijd besteden ze aan het Buddy Programma? Wat zijn hun ervaringen met mede-Buddy's? En, gaan ze door het Buddy Programma anders met de scheiding om?

Tijdsinvestering

De meerderheid van de Buddy's had één keer per week (33%) of een paar keer per week (42%) contact met hun Bobby. In totaal had 16% van de Buddy's bijna elke dag contact met hun Bobby. Slechts 4% had minder dan één keer per week contact met hun Bobby.

Responsiviteit

De Buddy's zijn gevraagd in hoeverre ze responsiviteit ervaren van anderen bij Villa Pinedo. Zo werden ze gevraagd in hoeverre andere jongeren bij Villa Pinedo hun begrijpen en waarderen en geïnteresseerd zijn in wat ze denken en voelen - allen beantwoord op een schaal van 1 (helemaal niet) tot 5 (heel erg). Het gemiddelde op deze schaal was erg hoog, 4.52 ($SD = .63$). Allereerst gaf geen enkele Buddy aan zich niet begrepen of niet gewaardeerd te voelen. Ruim 70% van de Buddy's gaf aan dat andere jongeren geïnteresseerd zijn in wat ze denken en voelen, en dat er écht naar hen geluisterd wordt.

Omgang met de scheiding

Buddy's zijn gevraagd of ze door deelname aan het Buddy Programma anders naar de scheiding van hun ouders zijn gaan kijken. In totaal gaf bijna 70% van de Buddy's aan zich door het Buddy Programma bewuster te zijn geworden van eigen gevoelens en gedachten rondom de scheiding. Daarnaast gaf 30% van de Buddy's aan dat het Buddy Programma ze meer zekerheid geeft in het leven en voelt 40% zich zekerder over zichzelf. Ruim 30% gaf zelfs aan dat ze door het Buddy Programma beter met de scheiding van hun ouders kunnen omgaan. Tot slot gaf 92% van de Buddy's aan door te willen gaan met het Buddy Programma.

4.4. Wat levert het Buddy Programma op voor Buddy's?

Om na te gaan wat het Buddy Programma oplevert voor Buddy's is allereerst getoetst wat de veranderingen zijn in het algemeen en scheidingspecifiek welzijn van de Buddy's op de voormeting ten opzichte van de vervolgmetingen.

TABEL 4.2. | Beschrijvende statistieken van algemeen welzijn op T0, T1 en T2⁴

		T0		T1		T2		F
	Bereik	M	SD	M	SD	M	SD	
<i>Algemeen welzijn</i>								
Levenstevredenheid	1-10	7.39	0.83	7.34	0.81	7.52	0.81	2.65
Levensgeluk	1-7	5.59	1.00	5.53	1.05	5.60	1.00	.270
Eenzaamheid	1-7	4.44	1.39	4.67	1.50	4.52	1.59	1.29
<i>Scheidingspecifiek welzijn</i>								
Schuldgevoelens	1-7	1.26	.59	1.23	.55	1.21	.44	.33
Piekergedachten	1-5	2.17	1.03	2.17	1.08	1.95	.99	5.09*
Vergeving	1-5	4.23	1.10	4.23	1.03	4.47	.84	3.69*

*significante verandering, $p < .05$, M = gemiddelde, SD = standaarddeviatie (spreiding)

Op T1 (na ongeveer zes maanden, wanneer de Buddy minimaal één keer een Bobby heeft begeleid) en T2 (wederom zes maanden later, dus na een jaar actief te zijn geweest met één of meerdere Bobby's), is opnieuw gevraagd naar het welzijn van de Buddy's (Tabel 4.2). Over tijd rapporteerden Buddy's vergelijkbare niveaus van levenstevredenheid, levensgeluk, eenzaamheid en schuldgevoelens. Echter rapporteerden Buddy's significant minder piekergedachten en meer vergeving. Deze effecten vonden we onafhankelijk van individuele, scheidingsgerelateerde of situationele verschillen tussen Buddy's.

Ook is gekeken of tijdsinvestering en ervaren responsiviteit samenhangen met het welzijn van Buddy's (Tabel 4.3). Daarbij is meegenomen of tijdsinvestering en ervaren responsiviteit samenhangen met empowerment en doelgerichtheid.

⁴Voor de analyses over tijd zijn alleen de Buddy's geselecteerd die zowel meegedaan hebben aan de voormeting als beide vervolgmetingen ($N = 95$).

TABEL 4.3. | Samenhang tijdsinvestering, responsiviteit en welzijn op T1⁵

	Tijdsinvestering	Responsiviteit
<i>Algemeen welzijn</i>		
Levenstevredenheid	.17*	.19*
Levensgeluk	.20*	.18*
Eenzaamheid	-.16*	-.20*
<i>Scheidingspecifiek welzijn</i>		
Schuldgevoelens	-.11	.05
Piekergedachten	.09	.09
Vergeving	-.02	-.09
<i>Onderliggende processen</i>		
Empowerment	.15	.19*
Doelgerichtheid	.18*	.16*

* $p < .05$

De resultaten in Tabel 4.3 laten zien dat tijdsinvestering samenhangt met een hoger algemeen welzijn van de Buddy's; meer levenstevredenheid, meer levensgeluk en minder eenzaamheid. Daarnaast hangt tijdsinvestering samen met meer doelgerichtheid. Dat wil zeggen dat meer tijd doorbrengen met de Bobby gepaard kan gaan met meer doelgerichtheid of dat meer doelgerichtheid ervoor zorgt dat er meer tijd wordt doorgebracht met de Bobby. Met meer doelgerichtheid wordt in dit geval specifiek bedoeld dat Buddy's meer grip ervaren op de situatie waarin ze leven.

Hoe meer responsiviteit Buddy's ervaren bij Villa Pinedo, hoe hoger hun levenstevredenheid en levensgeluk zijn en hoe minder eenzaamheid zij ervaren. Ook hangt meer responsiviteit samen met meer empowerment en meer doelgerichtheid in het leven van de Buddy's. Met meer doelgerichtheid wordt in dit geval bedoeld dat Buddy's meer autonomie ervaren (vertrouwen hebben in hun opvattingen) en meer zelfacceptatie (tevreden zijn over hoe dingen zijn gelopen).⁶

- *Buddy's ervaren veel responsiviteit bij Villa Pinedo: iedereen wordt begrepen en gewaardeerd*
- *Het Buddy Programma wordt als zeer positief en nuttig beleefd door Buddy's*
- *Na het begeleiden van een Bobby zijn Buddy's nog even tevreden met het leven, even gelukkig, net zo weinig eenzaam en voelen ze zich amper schuldig*
- *Na het begeleiden van een Bobby piekeren Buddy's minder over de scheiding en vergeven ze hun ouders de scheiding meer*
- *De tijdsinvestering in het Buddy Programma en de ervaren responsiviteit bij Villa Pinedo gaan hand in hand met een hoger algemeen welzijn, meer empowerment en meer doelgerichtheid van de Buddy's*

⁵Voor de analyses zijn de Buddy's geselecteerd die meegedaan hebben aan de voormeting en de eerste vervolgmeting ($N = 165$).

⁶In Bijlage 8 staan de resultaten van de mediatie-analyses zoals opgesteld in het theoretisch kader in Hoofdstuk 2. De verwachte indirecte effecten van empowerment en doelgerichtheid op de associaties tussen tijdsinvestering of responsiviteit en algemeen welzijn van de Buddy's waren inconsistent, zwak of afwezig. Een mogelijke reden hiervoor is dat de scores van de Buddy's op de indicatoren van algemeen welzijn al zo hoog waren dat er weinig ruimte overbleef voor verbetering. Een controlegroep van jongeren niet betrokken bij het Buddy Programma zou uitkomst bieden (zie Hoofdstuk 5).

5. Conclusie en aanbevelingen

In dit afsluitende hoofdstuk blikken we terug op de belangrijkste bevindingen. Daarnaast gaan we in op de implicaties van deze bevindingen voor onderzoek naar kinderen met gescheiden ouders en de praktijk, de kanttekeningen van het onderzoek, aanbevelingen voor het Buddy Programma en sluiten we af met een slotwoord.

5.1 Samenvatting van de bevindingen

Met de *Bobby's* gaat het op het moment dat ze voor het eerst contact zoeken met Villa Pinedo niet goed. Gemiddeld genomen geven ze lage cijfers voor hun leven en ervaren Bobby's weinig levenstevredenheid en weinig gevoelens van geluk. Daar komt bij dat ze veel ruzie waarnemen tussen hun ouders, regelmatig piekeren over de scheiding en dikwijls gevangen zitten in loyaliteitsconflicten. Ook voelen veel Bobby's zich verantwoordelijk voor het geluk van hun ouders. Hoewel Bobby's zich hier niet druk om zouden moeten maken, zien sommigen van hen dit wel als hun taak. Deze bevindingen zijn in lijn met studies in de literatuur die laten zien dat de scheiding een psychosociale prijs kent, zeker in het begin, kort na de scheiding (e.g., Sun, 2001). Ook laten deze bevindingen zien dat Bobby's contact zoeken op een moment waarop ze duidelijk ondersteuning en hulp nodig hebben.

Bobby's rapporteren zeer positieve ervaringen met het Buddy Programma. Ze voelen zich gehoord, erkend en gewaardeerd. Dit is ook terug te zien in hun reacties op de scheiding nadat ze in contact zijn geweest met een Buddy: ze voelen zich minder schuldig, piekeren minder en houden zich minder groot voor hun ouders. Alhoewel we hier rekening moeten houden met een selectieve en iets gelukkigere groep Bobby's laten de patronen in de data duidelijk zien dat Bobby's van het Buddy Programma profiteren.

Met de *Buddy's* gaat het op het moment dat ze voor het eerst contact hebben met Villa Pinedo goed. Gemiddeld genomen geven ze vergelijkbare cijfers voor het leven als andere jongeren in Nederland met en zonder gescheiden ouders. Dat hun evaluaties over het leven niet ver van de groep zonder gescheiden ouders afliggen onderstreept de veerkracht van de Buddy's. Ook wetenschappelijk onderzoek laat zien dat veel jongeren de scheiding van hun ouders op een goede manier kunnen verwerken zodat ze er in het dagelijks leven weinig last van hebben (e.g., Kelly & Emery, 2003; Lamb, 2012). Ook laten deze bevindingen zien dat Buddy's emotioneel in staat zijn om Bobby's te steunen.

Door het steunen van de Bobby's voelen Buddy's zich (nog) beter. Zo voelen ze zich zekerder over zichzelf en voelen ze zich gesterkt (*empowered*) in hun denken en doen. Ook geeft het merendeel van de Buddy's aan dat ze door het Buddy Programma beter met de scheiding van hun ouders kunnen omgaan. Alhoewel dit sociaalwenselijke antwoorden zouden kunnen zijn vinden we ook dat Buddy's minder piekeren over de scheiding en de ouders meer kunnen vergeven voor wat er is gebeurd na afloop van het Buddy Programma. Voor Buddy's lijkt het steunen van een Bobby dus veel op te leveren.

Al met al kan geconcludeerd worden dat de doelen van het Buddy Programma behaald worden: het luisterende oor dat Villa Pinedo de Bobby's probeert te bieden vinden ze en hangt samen met een hoger algemeen welzijn en een betere omgang met de scheiding. Ook voor de Buddy's is het begrip dat ze ervaren bij Villa Pinedo een boost voor hun welzijn en hun omgang met de scheiding van hun ouders.

5.2 Implicaties voor onderzoek naar kinderen van gescheiden ouders

Hieronder bespreken we enkele belangrijke implicaties voor onderzoek naar kinderen met gescheiden ouders op basis van de huidige bevindingen.

Het belang van responsiviteit en begrip

Hoe kunnen de positieve uitkomsten van het Buddy Programma precies verklaard worden? De bevindingen van dit onderzoek suggereren dat Bobby's profiteren van zich gehoord, begrepen en gewaardeerd te voelen door Buddy's, en Buddy's profiteren van zich gehoord, begrepen en gewaardeerd te voelen door andere Buddy's bij Villa Pinedo. Deze ervaren responsiviteit hing, zoals ook de wetenschappelijke literatuur keer op keer laat zien (e.g., Canevello & Crocker, 2010), zeer sterk samen met een beter welzijn van Bobby's en Buddy's. Een verklaring hiervoor is dat responsiviteit essentieel is voor het ontstaan van een veilige relatie tussen twee mensen: het aanvoelen van de stemming van een Bobby door een Buddy bijvoorbeeld, en hierop passend reageren is nodig voor het ontwikkelen van een vertrouwensband tussen Buddy en Bobby. Een veilige relatie is de basis voor een positieve ontwikkeling. En de bevindingen suggereren, dat het met die basis wel goed zit.

Individuele verschillen tussen Bobby's en Buddy's doen ertoe, en ook weer niet

Zoals gezegd, gaat het 'gemiddeld genomen' met de Bobby's slecht bij aanvang van het Buddy Programma en gaat het 'gemiddeld genomen' met de Buddy's goed. Gezien de grote variatie in antwoorden gaat het echter niet met alle Bobby's slecht en met alle Buddy's goed. Een belangrijke stap die dit onderzoek gezet heeft is dat er verder gekeken is dan deze gemiddelden; elke Bobby en elke Buddy is uniek en heeft zijn of haar eigen problemen, ervaringen en kansen. Ze moeten dus niet over één kam gescheurd worden.

Zo is er gekeken naar emoties en gevoelens die Bobby's en Buddy's ervaren als ze aan de scheiding terugdenken. Zo vonden we dat sommige Bobby's veel meer de neiging hebben om zich schuldig te voelen over van alles, terwijl andere kinderen er helemaal geen last van hebben. Sommigen Bobby's voelden zich heel boos op alles en iedereen, terwijl andere Bobby's zich juist heel verdrietig voelden. Juist die schuldgevoelens, en gevoelens van boosheid en verdriet hingen samen met een minder welzijn. Ook hing het verhuizen van de Bobby zelf of van een goede vriend(in) samen met verminderd welzijn. Overigens, en dit is cruciaal voor het Buddy Programma, bepaalden deze ervaringen van de Bobby's en Buddy's niet in hoeverre ze profiteerden van het Buddy Programma.

Contact met de ouders

Een laatste belangrijke implicatie richt zich op het (gebrek aan) contact met de moeder en de vader rondom de scheiding. Literatuur laat zien dat gezamenlijk gezag (meestal in de vorm van co-ouderschap), onder de juiste omstandigheden, positief bijdraagt aan de sociale en emotionele ontwikkeling van jongeren (Poortman & Van Gaalen, 2017; Westphal, 2015). Zoals uit dit onderzoek blijkt heeft echter ongeveer de helft van de Bobby's geen contact met één van de ouders gehad in de periode rondom de scheiding. Vaker hadden ze geen contact met de vader. Omdat het onduidelijk is hoe lang deze periode precies was en of er mogelijk ook praktische verklaringen voor zijn, kan er in dit onderzoek geen antwoord worden gegeven op de vraag of het gemis van één van de ouders het lage welzijn van de Bobby's verklaart. Deze nuance is belangrijk om aan te stippen en vervolgonderzoek is nodig om uit te zoeken wat de rol van geen contact te hebben met één ouder versus gezamenlijk gezag en co-ouderschap precies is op het welzijn van de Bobby's.

5.3 Kanttekeningen van het onderzoek

De conclusies van dit onderzoek moeten worden gezien in het licht van een aantal methodologische beperkingen. Ten eerste hebben er weinig Bobby's meegedaan aan de vervolgmeting. Ondanks dat we geen sterke effecten vonden voor selectieve uitval (d.w.z. dat bijvoorbeeld alleen ontevreden en ongelukkige Bobby's uitvielen) is het toch belangrijk dat de resultaten van de Bobby's met voorzichtigheid worden geïnterpreteerd. Tegelijkertijd is er een duidelijke verklaring hiervoor aan te wijzen, namelijk dat Bobby's jonger dan 16 jaar toestemming nodig hadden van één van hun gescheiden ouders om mee te doen aan het onderzoek. Dit is een enorme drempel voor Bobby's om mee te doen. Daarnaast werden Bobby's pas uitgenodigd voor een vervolgmeting als ze intensief, voor een periode van 10 weken, contact hadden gehad met een Buddy.

Een tweede kanttekening moet geplaatst worden bij het gebruik van zelfrapportage als manier om data te verzamelen. Alhoewel het gemakkelijk is en bovendien jongeren het een prettige manier vinden van deelnemen aan onderzoek, is het lastig om aan de hand van vragenlijstonderzoek te achterhalen hoe iemand zich écht voelt of wat hij of zij graag wil of niet wil. Zo werd er in Hoofdstuk 3 laten zien dat meer dan de helft van de Bobby's mee mag denken over belangrijke afspraken thuis. De vraag is echter of dit positief of negatief is? En bovendien, willen Bobby's dat wel? Waarschijnlijk is dat per kind of per situatie verschillend, maar door het gebruik van vragenlijsten blijft informatie over de bijbehorende emoties en motivaties onderbelicht. Een belangrijke aanvulling op het huidige onderzoek zijn dan ook de gesprekken tussen de Bobby's en Buddy's die door medewerkers bij Villa Pinedo gemonitord worden.

Tot slot kunnen we op basis van de correlatieve onderzoeksopzet geen conclusies trekken over oorzakelijke verbanden. Dat wil zeggen, er is geen sprake van een gerandomiseerde opzet met een controlegroep van jongeren die een scheiding hebben meegemaakt maar niet betrokken zijn bij het Buddy Programma én met een controlegroep van jongeren die geen scheiding hebben meegemaakt. We kunnen bijvoorbeeld niet concluderen dat het Buddy Programma de *oorzaak* is van verbeterd omgang met de scheiding van de Bobby's en evenmin dat het Buddy Programma de *oorzaak* is van verbeterd algemeen welzijn. Daar staat tegenover dat er wel een zeer consistent *verband* gevonden werd tussen tijdsinvestering aan het Buddy Programma en ervaren responsiviteit bij Villa Pinedo enerzijds en algemeen en scheidings specifiek welzijn van de Bobby's en Buddy's anderzijds.

5.4 Aanbevelingen voor het Buddy Programma

Zowel de Bobby's als de Buddy's zijn grotendeels meisjes van Nederlandse komaf. Het is mogelijk dat het Buddy Programma beter aansluit bij de behoefte van meisjes om te praten over gevoelige en lastige zaken. Hierdoor hebben meisjes wellicht sterker de neiging om bij Villa Pinedo voor steun aan te kloppen (Bobby's) en voelen meisjes zich meer aangesproken om voor anderen te zorgen en ze te helpen (Buddy's). De vraag is wat de behoefte is van jongens met gescheiden ouders. Een idee zou kunnen zijn om jongens te vragen wat hen weerhoudt van deelname aan het Buddy Programma: kennen ze het programma niet, hebben ze geen hulp nodig, of staat hen iets anders in de weg? Ook zou het Buddy Programma meer onder de aandacht gebracht kunnen worden bij kinderen met een andere etnische achtergrond, want ook zij zijn op dit moment ondervertegenwoordigd.

Een tweede aanbeveling richt zich op het lage welzijn van de Bobby's. Gezien de schrikbarende lage mate van levenstevredenheid, levensgeluk en de hoge mate van eenzaamheid is belangrijk om te blijven monitoren hoe het met de Bobby's gaat. Ook zou het een idee zijn om alle Bobby's bij aanmelding aan het Buddy Programma een paar vragen te stellen. Op basis van dit onderzoek zou het dan vooral interessant zijn om te vragen naar levenstevredenheid, eenzaamheid, piekergedachten en empowerment, en deze na enkele maanden te herhalen. Zo kan zowel op een kwalitatieve als meer kwantitatieve manier bijgehouden worden hoe het met de Bobby's gaat, en of na verloop van tijd hun klachten omgezet worden in kracht.

De belangrijkste aanbeveling tot slot is om zo door te gaan. Om te blijven benadrukken dat Villa Pinedo er is voor kinderen die gehoord willen worden, die gevoelens willen delen of gedachten willen uitwisselen. Met volle overtuiging kan namelijk op basis van dit onderzoek geconcludeerd worden dat kinderen en jongeren zich bij Villa Pinedo gewaardeerd, gezien en gehoord worden. Specifiek zou er dan genoemd kunnen worden dat deze *ervaren responsiviteit* ervoor zorgt dat Bobby's 'empowered' worden; ze krijgen grip op de situatie waarin ze (noodgedwongen) beland zijn.

5.5 Slotwoord

Het huidige onderzoek heeft de effecten van het Buddy Programma wetenschappelijk getoetst. Door dit onderzoeksrapport hebben we een beter beeld gekregen van wie de Bobby's en Buddy's precies zijn, wat hun ervaringen met de scheiding van hun ouders zijn en hoe het nu met ze gaat. Tevens hebben we inzicht gekregen in verschillende processen die de verwerking van de scheiding bemoeilijken of juist vergemakkelijken.

Net als veel sociaalwetenschappelijke onderwerpen hebben de resultaten veel gemeen met de metafoer 'het glas is halfvol of halfleeg'. Aan de ene kant is het positief dat het met de meeste Buddy's goed gaat en ze een manier hebben gevonden om met de scheiding om te gaan. Zo kunnen ze de Bobby's goed helpen. Aan de andere kant zijn er de Bobby's, die zich grotendeels ongelukkig en eenzaam voelen en gebukt lijken te gaan onder (loyaliteit)conflicten en verantwoordelijkheden die ze niet hoeven te nemen. Zo blijkt dat de aandacht voor de positie van kinderen bij scheidingen nog steeds hard nodig is; aandacht en ruimte die Villa Pinedo met het Buddy Programma, zoals blijkt uit dit onderzoek, effectief kan bieden.

Literatuur

- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of marriage and family, 72*(3), 650-666.
- Cantril, H. (1965). Pattern of human concerns.
- Canevello, A., & Crocker, J. (2010). Creating good relationships: responsiveness, relationship quality, and interpersonal goals. *Journal of personality and social psychology, 99*(1), 78-106.
- Centraal Bureau voor de Statistiek (2019). Trends in geluk en tevredenheid.
- Damen, H. & Veerman, J. W. (2009). Effectiviteitsonderzoek Families First: De relatie tussen uitvoering en uitkomsten tot een jaar na afsluiting van de behandeling. Praktikon: Nijmegen, Nederland.
- Detollenaere, J., Willems, S., & Baert, S. (2017). Volunteering, income and health. *PloS one, 12*(3), e0173139.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment, 49*(1), 71-75.
- Dubow, E. F., & Tisak, J. (1989). The relation between stressful life events and adjustment in elementary school children: The role of social support and social problem-solving skills. *Child development, 14*12-1423.
- Fulgini, A. J. (2019). The need to contribute during adolescence. *Perspectives on Psychological Science, 14*(3), 331-343.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann Jr, W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in personality, 37*(6), 504-528.
- Hetherington, E. M. (Ed.). (2014). *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective*. Psychology Press.
- Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2004). A short scale for measuring loneliness in large surveys results from two population-based studies. *Research on Aging, 26*(6), 655-672.
- Kalmijn, M., & Poortman, A. R. (2006). His or her divorce? The gendered nature of divorce and its determinants. *European sociological review, 22*(2), 201-214.
- Kelly, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family relations, 52*(4), 352-362.
- Lamb, M. E. (2012). Mothers, fathers, families, and circumstances: Factors affecting children's adjustment. *Applied Developmental Science, 16*, 98-111.
- Laumann-Billings, L., & Emery, R. E. (2000). Distress among young adults from divorced families. *Journal of family psychology, 14*(4), 671-687.
- Laumann-Billings, L., & Emery, R. E. (2000). Distress among young adults from divorced families. *Journal of family psychology, 14*(4), 671-687.
- Levin, K. A., & Currie, C. (2014). Reliability and validity of an adapted version of the Cantril Ladder for use with adolescent samples. *Social Indicators Research, 119*(2), 1047-1063.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social indicators research, 46*(2), 137-155.
- McCullough et al., 1998
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington Jr, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of personality and social psychology, 75*(6), 1586.
- Moulds, M. L., Bisby, M. A., Wild, J., & Bryant, R. A. (2020). Rumination in posttraumatic stress disorder: A systematic review. *Clinical Psychology Review, 10*1910.

- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology, 109*(3), 504-511.
- Pinedo, M., & Vollinga, P. (2014). *Aan alle gescheiden ouders: leer kijken door de ogen van je kind*. Amsterdam: A.W. Bruna LeV.
- Poortman, A., & Van Gaalen, R. (2017). Shared residence after separation: A review and new findings from the Netherlands. *Family Court Review, 55*, 531-544.
- Pronk, T. M., Karremans, J. C., Overbeek, G., Vermulst, A. A., & Wigboldus, D. H. (2010). What it takes to forgive: When and why executive functioning facilitates forgiveness. *Journal of personality and social psychology, 98*(1), 119.
- Ravens-Sieberer, U., Erhart, M., Rajmil, L., Herdman, M., Auquier, P., Bruil, J., ... & Kilroe, J. (2010). Reliability, construct and criterion validity of the KIDSCREEN-10 score: a short measure for children and adolescents' well-being and health-related quality of life. *Quality of life research, 19*(10), 1487-1500.
- Sentse, M., Ormel, J., Veenstra, R., Verhulst, F. C., & Oldehinkel, A. J. (2011). Child temperament moderates the impact of parental separation on adolescent mental health: The trails study. *Journal of Family Psychology, 25*(1), 97.
- Spruijt, E., & Kormos, H. (2010). *Handboek scheiden en de kinderen* (pp. 22-28). Bohn Stafleu van Loghum, Houten.
- Stevens, G. W. J. M., van Dorsselaer, S., Boer, M., de Roos, S., Duinhof, E. L., ter Bogt, T. F. M., ... & de Looze, M. (2018). *HBSC 2017. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. Utrecht University.
- Stroebe, M., Finkenauer, C., Wijngaards-de Meij, L., Schut, H., van den Bout, J., & Stroebe, W. (2013). Partner-oriented self-regulation among bereaved parents: The costs of holding in grief for the partner's sake. *Psychological science, 24*(4), 395-402.
- Sun, Y. (2001). Family environment and adolescents' well-being before and after parents' marital disruption: A longitudinal analysis. *Journal of Marriage and Family, 63*(3), 697-713.
- Ter Weel, B., & Prevo, T. (2014). *The effect of family disruption on children's personality development: Evidence from British longitudinal data* (No. 295. rdf). CPB Netherlands Bureau for Economic Policy Analysis.
- Van der Wal, R. C., Finkenauer, C., & Visser, M. M. (2019). Reconciling mixed findings on children's adjustment following high-conflict divorce. *Journal of Child and Family Studies, 28*(2), 468-478.
- Van der Wal*, R. C., Grosfeld*, E., Nap-van der Vlist, M., Nijhof, S., & Finkenauer, C. The power of protecting: Protective buffering among parents and children following parental divorce. *In preparation*.
- Van Dierendonck, D. (2005). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and individual differences, 36*(3), 629-643.
- Van Dijk, R., van der Valk, I. E., Deković, M., & Branje, S. J. (2020). A meta-analysis on interparental conflict, parenting, and child adjustment in divorced families: Examining mediation using meta-analytic structural equation models. *Clinical Psychology Review, 101861*.
- Westphal, S. (2015). *Are the kids alright? Essays on postdivorce residence arrangements and children's well-being*. Proefschrift: Utrecht University.
- Yeager, D. S., Dahl, R. E., & Dweck, C. S. (2018). Why interventions to influence adolescent behavior often fail but could succeed. *Perspectives on Psychological Science, 13*(1), 101-122.