

Scheiding & kinderen

Thuis in twee huishoudens

Met de zusjes waar ik pas over hoorde in gedachten, neem ik het regenboogfietspad naar het Langeveldgebouw. De jongste was jarig. De taart stond nog in de auto, de portieren open, de sleutels in het contact. De oudste van zes vroeg om te helpen. De jarige was al binnen. Ze probeerde haar moeder te troosten. Papa zou vandaag niet komen. Mama zat er even doorheen. Wat nu? Afgelopen november promoveerden Rianne van Dijk en Zoë Rejaän een week na elkaar in Utrecht op de gevolgen van scheiding voor kinderen. Misschien weten zij het.



Rianne van Dijk is nu universitair docent bij de onderzoeksgroep *Orthopedagogiek: Psychosociale Problemen* aan de Universiteit Utrecht.

Het is vrijdagmiddag, de receptie is nog bemand, maar het gebouw lijkt zich op te maken voor het weekend. Rianne en Zoë komen me halen. We gaan naar de tweede verdieping. Ze bieden me koffie aan, maar niet zonder disclaimer. Ik besluit het bij een glaasje water te houden. De onderzoekers lijken geen koffie nodig te hebben, die zijn zo ook wel scherp.

Gezinsfactoren en verbondenheid

Waar hun interesse voor dit onderwerp vandaan komt, is niet verrassend. Tegenwoordig groeit naar schatting een op de vijf kinderen op in een gescheiden gezin. En die kinderen worden groot, zo blijkt. "Mijn ouders zijn goed gescheiden toen ik nog erg jong was", vertelt Zoë. Zij heeft er eigenlijk geen vervelende gevolgen van ondervonden. Bij Rianne ging het anders, zij was al tien. Het heeft hen er beiden niet van weerhouden het tot een promotie te schoppen.

Toch hebben kinderen van gescheiden ouders een groter risico op psychosociale problemen en die problemen staan soms schoolsucces in de weg. Angst en depressie, agressief en disruptief gedrag, het aangaan van relaties en het tanken van zelfvertrouwen kent echter ook bij deze groep een grote variëteit. De individuele verschillen blijken niet zozeer met de scheiding zelf, maar vooral met stressvolle factoren rondom de scheiding samen te hangen. Rianne onderzocht de rol van gezinsfactoren bij problemen bij kinderen kort na de scheiding. Zoë keek naar de gevoelens van verbondenheid van adolescenten, voor hen gemiddeld een jaar of zeven later.

Heeft het jou getekend, de scheiding van je ouders?

Rianne: "Ik weet niet of het heel erg kleurt waar ik mee bezig ben, maar wel de onderwerpen die ik interessant vind om te onderzoeken. Ook heeft het wel consequenties gehad voor wie ik ben. Met heel veel kinderen van gescheiden ouders gaat het na verloop van tijd goed en met mij gelukkig ook. Er zijn wel altijd pijnpunten die erop terug te leiden zijn, verborgen stukjes onzekerheid."

En jij, Zoë?

Zoë: "Mijn interesse voor de orthopedagogiek komt uit een andere hoek. In mijn master heb ik me ingeschreven voor scheiding als thesisonderwerp, omdat je er vanuit de opleiding niet standaard veel over meekrijgt. In de media worden deze kinderen vaak als zielig afgeschilderd terwijl ik altijd dacht: nou, het gaat best wel goed met mij. Hoe kan dat nou? Waar komt dat door? Ik heb me verdiept in de dingen die een positieve ontwikkeling van kinderen na scheiding kunnen stimuleren, zoals het thuisgevoel."

Wat voor nieuwe inzichten heeft jullie onderzoek opgeleverd?

Rianne: "We weten al dat als kinderen meer betrokken worden bij conflicten tussen ouders of als ze als boodschapper worden gebruikt, er ook meer psychosociale problemen voorkomen."

Zoë: "Dat sluit aan bij vragen in de praktijk over zaken als *triangulatie* en *parentificatie*."¹

Rianne: "Dat het vervagen van de grenzen tussen de subsystemen problematisch kan zijn voor kinderen is niet nieuw, maar het zijn vooral aannames die weinig empirisch getoetst zijn. Dus ik dacht: laten we het testen. Ook wordt er vaak naar ouderlijke conflicten en de ouder-kindrelatie als afzonderlijke voorspellers gekeken. Ik wilde weten in hoeverre de relatie tussen gescheiden ouders van invloed is op de ouder-kindrelatie. Of wat voor een rol de broer-zusrelatie speelt in het functioneren van kinderen na scheiding. En verder welke kindfactoren maken dat sommige kinderen bijvoorbeeld meer last hebben van triangulatie dan anderen."

En?

Rianne: "We vonden dat vooral empathische kinderen last hebben van triangulatie, dat we juist deze kinderen extra in de gaten moeten houden. Kinderen lijken bovendien gevoeliger voor negatieve gezinsfactoren dan voor positieve: '*bad is stronger than good*'. Verder vonden we dat meer conflicten tussen ouders gerelateerd was aan de ouder-kindrelatie. Ouders lijken dan - tijdelijk - minder gunstig op te voeden. Hoewel broers en zussen weliswaar veel steun aan elkaar kunnen hebben en ze belangrijk kunnen zijn voor elkaars welzijn, vonden we dat deze relatie niet kan compenseren voor een lage ouder-kindrelatiekwaliteit. Daar moet ik wel bij zeggen dat mijn steekproef er een was op vrijwillige basis, dus bij nog redelijk goed functionerende gezinnen. Daar zit dus een *bias*."



Zoë Rejaän is momenteel postdoctoraal onderzoeker bij de onderzoeksgroep *Jeugd en Gezin* aan de Universiteit Utrecht.

Zoë: "Mag ik daar iets aan toevoegen? Deze bevindingen zijn gebaseerd op gezinnen die rapporteren over het dagelijks leven buiten een hulpverleningscontext. Een bevinding als deze wil dus niet per se zeggen dat een interventie op dit gebied geen ondersteunend effect zou kunnen hebben."

Rianne: "Los van dat het niet compenseert voor een lage ouder-kindrelatiekwaliteit, blijkt warmte en steun van je broer of zus wel goed voor je zelfvertrouwen. En het hangt samen met minder externaliserende problemen, zoals agressief en opstandig gedrag. Al geldt dat niet voor iedereen, het zijn gemiddelden natuurlijk."

Zoë: "Het is eigenlijk raar dat vaak aan de broer-zusrelatie voorbij wordt gegaan. Als je kijkt naar uithuisplaatsingen bijvoorbeeld, dan staat in de nieuwe richtlijn dat broers en zussen liefst samen geplaatst worden. Op een of andere manier is daar bij scheiding minder aandacht voor."

Rianne: "Mijn hoofdconclusie is dat, ondanks dat je na een scheiding twee huishoudens wordt, het voor kinderen heel belangrijk is dat je toch als één gezin goed blijft functioneren. Dat ouders dus goed met elkaar blijven omgaan en dat er grenzen blijven bestaan tussen de verschillende subsystemen."

En jouw onderzoek, Zoë?

Zoë: "Tegenwoordig zie je dat kinderen vaker tijd bij beide ouders doorbrengen, wetgeving over 'gelijkwaardig ouderschap' draagt daar aan bij. Ik heb me afgevraagd in hoeverre adolescenten zich thuis voelen in het huishouden van vader en in dat van moeder. We zien dat

- > jongeren met gescheiden ouders zich over het algemeen minder thuis voelen binnen hun gezin dan jongeren in intacte gezinnen en dat dit samenhangt met hun welbevinden.

Daarnaast voelen kinderen van gescheiden ouders zich vaak minder thuis bij hun vader. Daarbij gaat het niet per se om minder frequent contact, maar om de kwaliteit van dat contact. Die is met de vader gemiddeld vaak lager, bijvoorbeeld met minder warmte, steun en betrokkenheid. Daar wil je dan ook vooral op inzetten en niet zozeer op een regeling die fiftyfifty is. Je kunt je wel thuis voelen op twee verschillende plekken, zelfs als de relatie tussen ouders minder goed is. Voor het thuisgevoel maakt dat niet veel uit. In plaats van het contact met je ex-partner te forceren is het beter om te investeren in qualitytime met je kind.”

Zoë: “In het contact met vader valt er vooral veel te winnen. Als moeder kun je daarin impliciet en expliciet een rol spelen. Meer impliciet is dat je emotionele toestemming geeft dat je kind een relatie mag hebben met zijn vader. Expliciet is dat je flexibel bent in het maken van afspraken en welwillend om de regeling eens een keertje om te gooien. Of dat je je kind stimuleert bij de vader langs te gaan, hem te appen of te bellen.”

Wat gaat de kinderen uit mijn inleiding nu helpen in de toekomst?

Rianne: “Ik zou inzetten op het gezinssysteem, dat de ouders het samen regelen in hun veranderde rol van partners naar co-opvoeders. En dat er ook aan de kinderen wordt gevraagd hoe het met ze gaat. Dat er ruimte is voor hun eigen inbreng. Dat kan ook bij jonge kinderen. Daar houden Zoë en ik ons nu mee bezig, het onderzoeken van kindparticipatie rondom en na scheiding.”

Zoë: “Er gaat voor hen veel veranderen. Ze hebben daar niet zelf voor gekozen. Dat betekent niet dat je kinderen niet kunt helpen grip te krijgen op de situatie. Praat over wat er gaat veranderen en over de dingen waar ze wel grip op hebben, hoe de nieuwe kamer eruit gaat zien bijvoorbeeld. Zorg dat ouders hun zaken zelf goed regelen en dat ze de kinderen daar niet mee belasten. Zorg als ouder ook goed voor jezelf, dat je iemand hebt om over de situatie te praten, zodat je dat niet met je kind hoeft te doen. Klop bijvoorbeeld op tijd aan bij het CJG voor hulp.”

Rianne: “Gun ouders ook ruimte voor hun eigen rouwproces.”

Wie kunnen er nog meer iets doen? Grootouders?

Zoë: “Hebben we niet naar gekeken, maar dat zou ik wel heel graag willen doen. Je kunt je voorstellen hoe die een steunende rol kunnen hebben, maar mogelijk ook een polariserende. Grootouders kunnen zowel voor de ouders als voor de kinderen emotionele en instrumentele steun bieden. Maar dat kan ook een familied of een leerkracht doen, of allemaal!”

Rianne: “Van opa’s en oma’s kan ik me ook nog voorstellen dat dat systeem in elk geval nog hetzelfde blijft. Als je een goede band hebt met je opa en oma, dan kunnen zij ook voor een thuisgevoel zorgen. Maar daar is niet heel veel onderzoek naar gedaan.”

Zoë: “Je hoopt dat ouders wel hun best doen om dat contact voort te blijven zetten.”

Rianne: “En huisdieren! Die noemen kinderen zelf geregeld als belangrijke steun.”

En pedagogen! Wat zouden jullie die vooral nog willen meegeven?

Zoë: “Raadpleeg de richtlijnen jeugdhulp. Daar vind je veel kennis op basis van wetenschap en praktijk, ook over dit onderwerp.”

Rianne: “Mocht je meer over onze specifieke studies willen lezen, dan kan dat online (www.uu.nl/onderzoek/waar-hoor-ik-thuis en www.gezinsrelaties-na-scheiding.nl). Informatie over ons nieuwe onderzoeksproject *Luister!* is te vinden op www.uu.nl/onderzoek/luister.”

tekst: *Andries Kamminga*

¹ Triangulatie: ouderlijk gedrag waarbij kinderen tussen de beide ouders in geplaatst worden, als tussenpersoon, boodschapper of als bondgenoot tegen de andere ouder.

Parentificatie: kinderen en jeugdigen die de rol van een ouder overnemen.

- Rejaan, Z. (2022), *Two Places to Call Home: (Co)Parenting and Adolescents' Sense of Belonging After Divorce*, Universiteit Utrecht. doi.org/10.33540/1509
- Van Dijk, R. (2022), *Family Break-up, System Break-down: Family Dynamics and Child Adjustment after Divorce*, Universiteit Utrecht. ISBN: 978-94-6421-912-8. doi.org/10.33540/1520

'In het contact met vader valt er veel te winnen'