



Wat kun je doen als je kind van je wordt vervreemd ?

- Ga niet in de verdediging of in discussie met je kind. Dit creëert negatieve gevoelens en zal waarschijnlijk zijn of haar gedachten niet veranderen.
- Laat je kind weten dat je een andere kijk op de situatie hebt en dat, als en wanneer je kind daarin geïnteresseerd is, je het daar graag over wilt hebben.
- Blijf je kind op elke mogelijke manier steeds duidelijk maken dat je van hem/haar houdt.
- Beheers je eigen woede en blijf kalm richting je kind(eren), zelfs indien je beschadigd en/of gefrustreerd geraakt bent.
- Zet je frustraties zoveel mogelijk om in pragmatische acties om de band met je kind(eren) te herstellen.
- Blijf zo beschaafd mogelijk in je gedrag (geef de programmerende / vervreemdende / verstotende ouder geen (extra) stof om je mee aan te vallen).
- Bel je kind of haal je kind op, op de afgesproken tijden, zorg dat je er bent, ook al weet je dat je kind er mogelijk niet is.
- Doe aangifte bij moedwillige herhaaldelijke sabotage van de omgang.
- Creëer zoveel mogelijk positieve ervaringen en herinneringen samen met je kind.
- Zoek enkele vertrouwenspersonen. Creëer ter ondersteuning van jezelf een ondersteuningsnetwerk van vrienden, familieleden, ervaringsdeskundigen, eventueel psycholoog.
- Verzamel kennis en help anderen die betrokken zijn bij je kind meer begrip te hebben, door ze meer te leren over het proces van ouderverstoting en vervreemding.
- Probeer constructief met de andere ouder samen te werken, direct of via bemiddeling.
- Onderzoek de mogelijkheid van een Eigen-Kracht Conferentie binnen het eigen sociaal netwerk (www.eigen-kracht.nl)(NL).

Wat niet te doen ?

- Negeer het probleem niet - het gaat niet zomaar weg.
- Geef de hoop nooit op en geef je kind nooit op.

Hoe kun je een kind en zijn of haar verstoten ouder helpen ?

Als u een leerkracht, mentor, vertrouwenspersoon, coach, geestelijk verzorger, ouder van vrienden of vriendinnen van het kind, vriend, vriendin of familielid bent:

- Luister naar het kind, formuleer positief wat het kind zegt, zonder te ontkennen wat het kind zegt, ondanks hoe vreemd of onwaarschijnlijk het lijkt (het is de realiteit van het kind) en moedig het kind aan om ook naar de visie van de verstoten ouder te luisteren.
- Doe een beroep op de behoefte van het kind serieus genomen te willen worden.
- Doe een beroep op het intellect van het (oudere) kind door hem/haar te stimuleren om goed na te denken over uitspraken en verklaringen die overduidelijk onjuist of vreemd zijn.
- Leg het kind uit hoe overtuigende reclame de gedachten van een mens kunnen beïnvloeden en probeer het kind hiermee aan te geven hoe zijn/haar gedachten over de verstoten ouder kunnen zijn gevormd.
- Kijk of je boeken en/of films kunt vinden die de discussie, over het belang van het hebben van twee ouders en het verdriet om maar één ouder in je leven te hebben, kunnen stimuleren.
- Nodig zowel het kind als de afgewezen/verstoten ouder uit op voorkomende passende gelegenheden (verjaardagen/feestelijkheden), zodat het kind beseft dat de andere ouder er ook toe doet en wordt gewaardeerd.
- Zoek naar mogelijkheden om de verstoten ouder positief in beeld te brengen bij het kind.
- Kijk of er op school bijvoorbeeld een KIES programma (Kind In Echtscheiding Situaties) (kiesinfo.com) voorhanden is (NL).

"Tijdens de relaties met beide ouders, door de jeugdjaren en die van het volwassendom heen, bouwt een kind voor zichzelf hanteerbare praktische modellen op over de manier waarop de voor hem/haar dierbare en gehechte personen zich waarschijnlijk tegenover hem/haar gedragen in zeer veel verschillende situaties; op deze modellen worden alle verwachtingen gebaseerd en daarom ook voor de plannen voor de rest van zijn/haar leven".
(John Bowlby, 'Separation, Anxiety and Anger')

De informatie in deze brochure is deels gebaseerd op publicaties die u kunt vinden op:

brochures.ouderverstoting.nl

Enkele relevante Nederlandse publicaties en informatie:

- Verpasseerd Ouderschap (2009), Joep Zander, Relapublishing.nl
- Kiesinfo.com, Expertise Centrum Kind & Scheiding, Vught.

OUDERVERSTOTING

&

OUDERVERVREEMDING



Ondermijnen en bemoeilijken van een normale kind-ouder band.

Bron: Brochure
Parental Alienation Awareness Organization
www.PAAwareness.org

Tweede druk jan 2010 (eerste druk maart 2009)
Vertaling, met enkele aanpassingen en toevoegingen:
E.C. van der Waal - www.ouderverstoting.nl

[Opmerkingen: Oudervervreemding is een wederzijdse vervreemding: Kindvervreemding en Familievervreemding (van verstoten ouder) treden tegelijk op. Ondermijning van familierelaties van en met het kind. Verstoting en langdurige wederzijdse vervreemding kan een belangrijke mede-oorzaak zijn voor de ontwikkeling van een Ouderverstotingsyndroom (Parental Alienation Syndrome) bij het kind, in verschillende gradaties]



Wat is ouder- vervreemding?

Een conflictueuze familiesituatie waarbij een kind naar de kant van één ouder wordt getrokken, waarbij een voorheen goede relatie van de ene ouder (met de nu verstoten ouder) wordt veranderd in een vijandige houding.

Het kind kan hierdoor vooringenomen raken met kritiek over de verstoten ouder, dat normaalgesproken niet consequent of overdreven is en/of feitelijk niet overeenkomt met de realiteit. Een ouder kan het theoretische belang van het hebben van de andere ouder in het leven van het kind wel begrijpen, maar gelooft dat zijn of haar situatie hierop een uitzondering is.

Vervreemdingsgedrag kan zijn:

Het zwartmaken van de andere ouder, zoals:

- Negatief spreken over of tegen de andere ouder in het bijzijn van het kind.
- Het kind onwaarheden of insinuaties of leugenachtig vertellen over de andere ouder
- De kinderen wijsmaken dat ze onveilig zijn of dat het gevaarlijk is bij de andere ouder.
- Overdrijven van kleine tekortkomingen van de andere ouder.
- Ongepast volwassen informatie met het kind delen.

Zich bemoeien met het contact van een kind met de verstoten ouder, zoals:

- Weghouden/weggooiden van cadeaus en brieven van de andere ouder.
- Overmatig bellen tijdens het verblijf bij de andere ouder.
- Te laat brengen of te vroeg ophalen in de tijd dat het kind bij de andere ouder is.
- Het in eigen huis verbieden van elke referentie naar of foto van de andere ouder.
- Activiteiten voor het kind plannen in de tijd dat het kind (volgens afspraak) bij de andere ouder zou zijn.
- het ongewenst in de gaten houden, verbieden of saboteren van communicatie met de andere ouder.

Het manipuleren van het kind om de andere ouder te verstoten, zoals:

- het afhouden van de liefde van de andere ouder.
- het kind een schuldgevoel te geven als het van de andere ouder houdt, of er plezier mee beleeft.
- loyaliteit aan de andere ouder niet te waarderen.

Het ondermijnen van de relatie van het kind met de andere ouder, zoals:

- het kind vragen om te spioneren of geheimen te bewaren voor de andere ouder.
- het kind dwingen te kiezen tussen de ouders.
- conflicten te creëren tussen het kind en de andere ouder.
- ondervragen van het kind als het bij de andere ouder is geweest.
- het kind ongepaste informatie geven over kindzaken, financiën, huwelijk en scheidingszaken.
- het beschuldigen van de andere ouder van het veroorzaken van verdriet bij de verstotende ouder, welk verdriet het kind moet helpen stoppen.
- het jonge kind volwassen beslissingsbevoegdheid geven, zoals het wel of niet naar de andere ouder gaan.

Het ondermijnen van de ouderrol van de verstoten ouder in het leven van het kind, zoals:

- weigeren om informatie over het kind (thuis, medisch, school, enz.) aan de andere ouder te geven.
- de andere ouder niet uitnodigen voor of informeren over belangrijke gebeurtenissen (afzwemmen, ouderavonden, rapporten, diploma's, enz.).
- weigeren om bij inschrijvingen op bijv. scholen ook de contactinformatie op te geven van de andere ouder.
- herschrijven van de geschiedenis, om de rol van de andere ouder in het leven van het kind kleiner en minder belangrijk voor te stellen.

Een vervreemd kind van in conflict zijnde ouders kan:

- ongeremde haat richting de andere (verstoten) ouder en familie aan die zijde uiten.
- de programmerende (primair verstotende) ouder napraten, zonder te kijken naar de eigen vroegere ervaringen.
- weigeren om tijd door te brengen met, of te communiceren met de andere/verstoten ouder.
- negatieve gedachten behouden over de verstoten ouder, die inconsequent zijn, overdreven of niet met de realiteit overeenstemmen.
- het vermogen missen om zich schuldig te voelen over onattent of brutaal gedrag richting de verstoten ouder, of om eerdere conflicten te vergeven.

Verveemding en Verstoting? Waarom zou het kind de vervreemdende/verstotende ouder geloven?

- het kind voelt de behoefte om een bedroefde, angstige of behoeftige ouder te beschermen.
- het kind wil boosheid of afwijzing door de vervreemdende ouder vermijden.
- het kind heeft gevoelens over de andere/verstoten ouder en de scheiding (nog) niet verwerkt.

Vervreemde kinderen kunnen tot volwassenen opgroeien die:

- problemen hebben anderen te vertrouwen.
- een laag gevoel van eigenwaarde en weinig zelfvertrouwen hebben.
- moeite hebben om intieme relaties te laten voortduren.
- zich schamen voor het hebben beschadigd van de andere/verstoten ouder.
- aan depressies leiden.
- tot misbruik van bijvoorbeeld drank en/of verdovende middelen overgaan om de pijn van de ouderverstoting te verminderen (verlies, gebrek aan waardering, aandacht, liefde).
- zelf meer kans hebben om een scheiding mee te maken.
- extra kans hebben om problemen met autoriteit en wetgeving te hebben.
- eigen kinderen verliezen door oudervervreemding.



Bron: Brochure
Parental Alienation Awareness Organization
www.PAAwareness.org

Tweede druk jan 2010
Vertaling, met enkele aanpassingen en toevoegingen:
E.C. van der Waal - www.ouderverstoting.nl