

Bijlagen

Bijlage 1 Psychologische taken voor kinderen en jongeren bij scheiding – 152

Bijlage 2 Psychologische taken voor ouders na scheiding – 153

Bijlage 3 Metaforen – 154

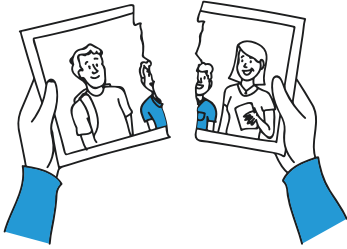
Bijlage 4 Kenmerken van het conflict – 156

Literatuur – 160

Bijlage 1 Psychologische taken voor kinderen en jongeren bij scheiding

1.

Het huwelijk van je ouders is afgelopen



2.

Losmaken van het conflict van je ouders



3.

Omgaan met verlies en rouw



4.

Oplossen van boosheid en zelfverwijt



5.

De scheiding van je ouders is voor altijd



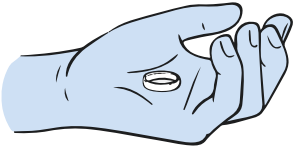
6.

Een band met je ouders zoals zij zijn



Bijlage 2 Psychologische taken voor ouders na scheiding

1.
Het huwelijk beëindigen



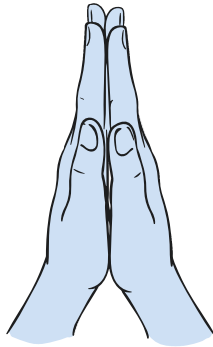
2.
Rouwen om verlies



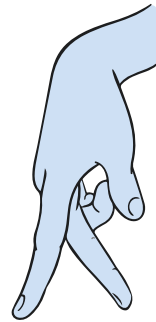
3.
Jezelf herwinnen



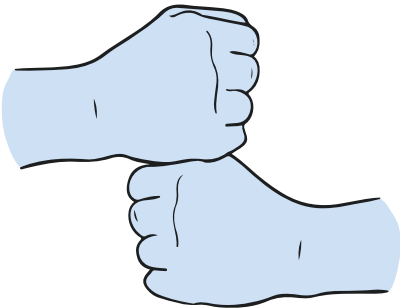
4.
Boosheid bedwingen of
oplossen



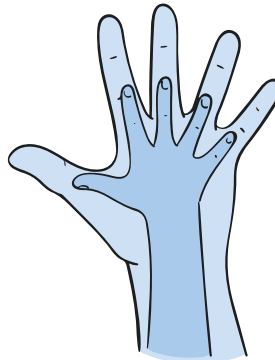
5.
Het er opnieuw op wagen



6.
Wederopbouw



7.
De kinderen helpen



Bijlage 3 Metaforen

Een metafoor (uit het Grieks: overdracht) berust op een vergelijking. Die vergelijking hoeft in eerste instantie niets met het onderwerp te maken hebben. Een metafoor wordt ook gebruikt om iets wat moeilijk uit te leggen is, te vereenvoudigen en daarmee te verduidelijken. Hierdoor is het mogelijk om een andere kijk op een (leef)situatie te krijgen, die motiveert om een probleem aan te pakken of om verandering in gang te zetten.

Voor kinderen en jongeren

De brug (bij ► par. 1.3 Het proces van de ouders)

De metafoor van de brug staat voor de verbinding ten behoeve van de kinderen tussen de huizen van hun ouders. Zij hebben een stevige brug te bouwen tussen de huizen van de ouders, zodat zij goed bij allebei kunnen zijn. De brug verwijst ook naar het feit dat zij zelf iets kunnen doen tijdens en na de scheiding, namelijk de brug bouwen en daarna onderhouden. Soms hebben zij bouwers (ouders of andere volwassenen) nodig en soms moeten zij zelf als bouwer aan de slag. Deze metafoor wordt uitgewerkt in de training voor kinderen en ouders 'JES het brugproject'.

De metafoor wordt ook gebruikt bij het bruggesprek. Dit is het gesprek dat ouders met hun kinderen voeren om hen te betrekken bij het opstellen van het ouderschapsplan. Tijdens dat gesprek komen onderwerpen aan de orde die de kinderen aangaan, zoals de omgangsregeling, vakanties, sport en vrije tijd, omgang met familie en de keuze voor een school voor voortgezet onderwijs.

De draak in de ogen kijken (bij ► par. 4.2 Uitzoeken wat akelig is)

Dit is een metafoor die ook gebruikt wordt bij kinderen die angstig zijn. Als iets moeilijk is voor een kind, liggen daaronder vaak gevoelens van angst. De draak is een dier dat angst oproept. Het liefst willen we hard bij zo'n dier vandaan rennen. Het nadeel daarvan is dat de draak steeds meer gaat bepalen wat je wel en niet kunt doen. Want dat doen draken, die duwen je uiteindelijk in een hoekje, waar je alleen nog maar klein kunt blijven. Er is moed voor nodig om de draak in de ogen te kijken. Als dat lukt, dan weet je precies hoe gevaarlijk hij is en kun je de juiste hulp inschakelen om de draak zelf in een hoek te krijgen, zodat jij weer je gang kunt gaan.

Het nestje uitwippen (bij ► par. 1.5.5 Beschermen)

Als vogels net geboren zijn, doen de vader- en moeder-vogel er alles aan om ervoor te zorgen dat ze kunnen groeien. Ze slepen af en aan met eten, zodat de jonkies sterke vleugels krijgen om later zelf mee te vliegen en zelf eten te zoeken. Sommige vogels vinden het heerlijk in het nestje. Ook als hun vleugels al sterk genoeg zijn, willen ze nog steeds het liefst dat vader- en moeder-vogel voor hen eten gaan zoeken. Maar de ouders van het vogeltje weten dat dit niet zo handig is. Hun jong moet genoeg tijd hebben om zó goed te leren vliegen dat het in de herfst meekan op de lange trek naar het zuiden, met alle andere vogels. Daarom geeft de vader- of de moedervogel het kleine vogeltje wel eens een duwtje, zodat het uit het nestje kukelt en wel móet vliegen. Als kinderen een scheiding meemaken, hebben ze soms ook zo'n duwtje nodig om de dingen te gaan doen die ze moeten doen. Ook als het spannende dingen zijn. Als een ouder een kind blijft beschermen, leert het niet te doen wat nodig is.

Voor ouders

De wond (bij ► par. 5.2 Taak 2 en 3 voor ouders)

De metafoor van de wond staat voor de pijn die ouders elkaar hebben gedaan in hun relatie of huwelijk. Die pijn is meestal ook de oorzaak van de scheiding en is al lange tijd voor de scheiding geleden ontstaan. Ouders hopen door middel van de scheiding van die wond af te zijn. Dat is meestal niet het geval. Juist na de scheiding blijkt vaak dat die wond open ligt en dat iemand er maar naar hoeft te wijzen of het doet al heel erg zeer. Meestal is het de andere partner die naar de wond wijst, maar het kunnen ook anderen zijn. Als er niets aan de wond gedaan wordt, gaat deze etteren. Het gaat dan nog meer pijn doen en het wordt steeds erger. Dan is het zaak om de wond open te leggen. Het moet duidelijk worden welke pijn deze mensen elkaar aangedaan hebben. Daarna kan de wond verzorgd en schoongemaakt worden. Dit kan als betrokkenen verantwoordelijkheid nemen voor hun aandeel in de wond en misschien wel excuus aanbieden voor het verslechteren van de wond. Als dat gedaan is, kan de wond genezen. “Hij jeukt dan nog wel, maar doet geen pijn.” Ouders blijven hun gevoeligheden nog wel houden en kunnen daarmee omgaan.

Partnershit (bij ► par. 5.2 Taak 4 voor ouders)

Deze oneerbiedige metafoor heb ik te danken aan mijn collega Rob Kuijpers, mediator. Hij riep aanvankelijk weerstand op, maar blijkt in de praktijk verhelderend. Er is overlap tussen deze metafoor en die van de wond. De partnershit verwijst naar alle moeilijke zaken of zieke patronen uit de relatie of het huwelijk dat is beëindigd. Het is de ouders niet gelukt de moeilijke zaken op te lossen en er zijn zieke patronen ontstaan. Door de scheiding hoopt men ervan af te komen of er in ieder geval minder mee te maken te hebben. In de praktijk blijkt dat meestal niet het geval. De shit die niet is opgeruimd, besmeurt elk onderling contact en alle pogingen om voor de kinderen zaken goed te regelen. Ofwel, de problemen blijven niet beperkt tot het ex-partnerschap, maar de shit druipt door, het ouderschap in. Pas als de troep is opgeruimd, kunnen ouders vormgeven aan hun ouderschap op een manier die helpend is voor de kinderen. Het opruimen van de partnershit draagt bij aan het schoonmaken van de wonden.

Bijlage 4 Kenmerken van het conflict

In deze bijlage wordt het begrip conflict nader belicht. Naast metaforen worden ook kenmerken van een conflict genoemd en wat een conflict doet met mensen. Het is een verzameling van kenmerken en de meeste zijn in het algemeen te herleiden tot het werk van Cottyn en Glasl.

Conflict als doolhof

In een doolhof raak je verstrikt. Zonder kompas ben je een speelbal in het doolhof. Intuïtie en kennis schieten tekort om uit het doolhof te komen.

Het conflict als een kompas dat van slag is

Een kompas dat van slag is, is geen goede raadgever. Het wijst de verkeerde kant op. De meeste mensen kunnen bij het oplossen van problemen hun gevoel als kompas gebruiken, maar bij een conflict werkt dat niet. Het is dus zaak dat er een goed werkzaam kompas is op het moment dat het kompas nodig is, bijvoorbeeld in het doolhof.

Conflict als monster

Hoe groter een monster, hoe meer kwaad het kan doen. Het is dus zaak dat het monster niet groter wordt. Hoe kleiner het monster, hoe minder schade het aanricht.

Het conflict als spiralen

Spiralen kunnen ingewikkelde patronen in zich herbergen, die draaien en draaien. Een conflict heeft het risico dat het zich in een neerwaartse spiraal beweegt, waardoor het steeds moeilijker is om 'eruit' te komen. Soms is het niet meer duidelijk welke kant de spiraal op draait. Het is nodig om eerst goed naar de spiraal te kijken, voordat gekozen wordt welke kant die spiraal op moet bewegen.

Het conflict als een tanker

Een grote zeetanker vaart langzaam en heel gestaag. Het vraagt een hele inspanning om zo'n groot schip van koers te laten veranderen en het duurt ook nog een poosje voordat het effect van die inspanning te zien is. Als er direct een 'beloning' verwacht wordt op basis van de inspanning, komt men bedrogen uit. De nieuwe koers moet eerst ingezet worden en daarna volgehouden, voordat het effect ervan zichtbaar is.

Het conflict als een patroon

Deze metafoor lijkt op het conflict als spiraal, maar gaat nog verder. De vraag die aan ouders gesteld kan worden als zij steeds ruzie maken tijdens het zoeken naar een oplossing voor bijvoorbeeld een wijziging in de bezoeksregeling van de kinderen, is: “Ligt het probleem op tafel of zit het probleem aan tafel?” Het laatste is vaak het geval. De ander is namelijk het probleem en als die ander verandert, is het probleem opgelost. De andere partner denkt dat vaak ook. De echte vraag, namelijk de wijziging van de bezoeksregeling, is daardoor uit beeld geraakt. Door te onderzoeken langs welke lijnen het conflict van deze ouders zich beweegt, is het mogelijk om iets anders te proberen, zodat het vaste patroon doorbroken wordt.

Het conflict als zoekmachine naar bewijs

De zoeker heeft de zoekmachine ingesteld op bewijzen voor schadelijke effecten, omdat iemand denkt daarmee een meningsverschil op te lossen. Hoe meer schadelijke effecten er zijn, hoe meer de zoeker denkt in zijn recht te staan om de zelfgekozen oplossing erdoorheen te duwen. Zo kan de zoekinstelling gericht zijn op problemen bij de kinderen, maar ook op financiële of materiële vraagstukken. De zoeker heeft niet in de gaten dat er met een beperkt vizier informatie wordt verzameld. De minder schadelijke effecten en de goede effecten blijven buiten beeld.

Het conflict als strijdpatroon

Het strijdpatroon is een verzameling van aspecten die wisselend ingezet worden om een meningsverschil op te lossen.

Actie versus reflectie

Eén onderdeel van het patroon is het gegeven dat het dwingt tot actie. Uitstel wordt niet geduld, er moet nú gehandeld worden. Afwijken van het dwingende patroon behoort niet tot de mogelijkheden; zo'n houding wordt al snel gevoeld als ‘tegen’ degene zijn die erom vraagt. Er is geen tijd voor reflectie.

Achterbaks versus transparant

Een ander onderdeel van het strijdpatroon is het achterbakse ervan. Men probeert de ander voor zich te winnen door telefoontjes te plegen, door belastende informatie door te spelen, door zaken te verdraaien en situaties in te kleuren. Transparantie is niet aan de orde.

Preken versus spreken

Nog een onderdeel van het strijdpatroon is het vele preken. Dit uit zich in hele lange mailwisselingen of uitgebreide tirades. Vooral ten nadele van de andere betrokkene(n) in het meningsverschil. Er is geen ruimte meer om elkaar te spreken. Zodra een ander niet mee kan gaan in de zienswijze van de prediker, haakt deze af en worden anderen gezocht om tegen te preken.

Liegen versus de waarheid

Ouders in strijdpatronen verwijten de ander vaak dat zij liegen. Liegen is iets dat niet mag en daarmee is het verhaal van de ander terzijde te schuiven. Men is niet in staat de complexiteit van de situatie te overzien en daaruit te begrijpen dat een ander een totaal andere ervaring kan hebben, die eerder de complexiteit benadrukt, dan dat er sprake is van liegen in de zin van met opzet onware dingen zeggen over iets of iemand.

Probleemgericht versus oplossingsgericht

In het strijdpatroon is de aandacht dwingend en bij voortduring op de problemen gericht, waardoor de strijd in stand blijft. Er is geen of weinig aandacht voor oplossingsgericht denken. De oplossing die in beeld is, is echter de oplossing vanuit een beperkt gezichtspunt en geen gezamenlijk gedragen oplossing.

Monoloog versus dialoog

Bij strijdpatronen hoort de monoloog. De strijder heeft één doel en alle tekst past daar in. Hoe vaker de eenzijdige tekst is uitgesproken, hoe meer deze lijkt te winnen aan overtuigingskracht. En dat is precies de bedoeling. Het jaagt de motivatie om te strijden als vanzelfsprekend op. Het liefst tot grote hoogte, want dat verstevigt het eigen gelijk. Er is geen ruimte voor pluraliteit, meerdere meningen zijn bedreigend. Meerdere inzichten bedreigen de strijd en die strijd moet juist behouden worden.

Modder gooien versus respect

Modder gooien past bij strijd en vertroebelt het zicht op het oorspronkelijke meningsverschil. Al het slechte dat in het verleden heeft plaatsgevonden en waarop de zoeker heeft ingezoomd, op zoek naar schadelijke effecten ervan, wordt als munitie gebruikt. Alles met het doel om de ander zwart te maken. Respect is ver te zoeken en wordt niet getolereerd. Respect ondermijnt het strijdpatroon en heeft de kracht in zich om de strijd te doorbreken. De moddergooier is hier niet van gediend.

Uitstoten versus inleven

Uitstoting heeft tot doel de ander buiten spel te zetten, omdat men niet meer in staat is om zich in te leven in de werkelijkheid van een ander.

Verharden versus kwetsbaarheid

Zich verharden is een bijna noodzakelijk onderdeel van het strijdpatroon, teneinde het allemaal vol te kunnen houden. Er is geen ruimte voor kwetsbaarheid. Met kwetsbaarheid stort het kaartenhuis in en dat wordt niet toegestaan.

Bevroren relaties versus leven

Vanwege de verschillende aspecten van een strijdpatroon raken relaties bevroren. Het leven is eruit. Relaties zijn voorspelbaar geworden, meningen hebben zich verhard en er is geen beweging in te krijgen. De uitspraak van zowel ouders als kinderen klinken hetzelfde: "Het zal nooit meer veranderen!" Meestal bedoelen zij daarmee: "Hij of zij zal nooit veranderen." Terwijl zij dit duidelijk maken, zien zij niet dat het leven daarmee in gevaar komt. Pas als zij zelf veranderen of anders met de situatie omgaan, zal er weer ruimte zijn voor leven. Gezien de verharding zal die verandering zich slechts langzaam voltrekken.

Voorspelbaar versus onvoorspelbaar

Een conflict gedraagt zich volgens voorspelbare patronen, ook al uit zich dat in elk conflict anders. De voorspelbaarheid voelt veilig en dat waarden veel mensen, ook als het hen ongelukkig maakt. Ze weten waar zij aan toe zijn en dat is te verkiezen boven de onzekerheid van iets onvoorspelbaars. Ander gedrag uitproberen, heeft iets onvoorspelbaars en dat kan weerstand oproepen.

Afspraken versus verantwoordelijkheid

Dit onderdeel van het strijdpatroon heeft ten doel om de controle te houden door middel van het maken van afspraken. De dagelijkse gang van zaken wordt het liefst helemaal dichtgetimmerd, waarbij de werkelijkheid soms uit het oog verloren wordt. Op het moment dat de ander zich niet aan de afspraken houdt, is dit olie op het vuur van het conflict. De controle neemt het vertrouwen over en er is geen ruimte meer voor verantwoordelijkheid van ouders, terwijl verantwoordelijkheid vaak beter aansluit bij de werkelijkheid van alledag.

Verwarring versus positie

De verwarring is een gevolg van onder andere het ontstane strijdpatroon. Tijdens het werken naar een oplossing voor het meningsverschil ontstaat verwarring over de positie van de ouders, een verwarring die het strijdpatroon verstevigt. Het ene moment zijn pijnpunten geraakt op het niveau van de ex-partner en het volgende moment is de regeling voor een kind aan de orde. Men wordt heen en weer geschud en kan geen koers meer houden. Pas als beide ouders weer de positie als ouder innemen, kan over de kinderen worden gepraat. Als het moet gaan over pijnpunten uit het verleden, is het nodig om de positie als ex-partner in te nemen.

Verwarring versus gezond verstand

Ook verwarring is een gevolg van onder andere het strijdpatroon. De spanning die veroorzaakt wordt door het strijdpatroon vernauwt niet alleen de blik waarmee men kijkt naar een meningsverschil, die spanning veroorzaakt ook een beperking in het denken. Men verliest de normale gang van zaken en de normale proporties uit het oog. Alles is voer voor conflict en men kan geen onderscheid meer maken tussen wat nu echt belangrijk is en wat nog wel even kan wachten, kortom het gezonde verstand is uitgeschakeld.

Literatuur

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Alon, N., & Omer, H. (2006). *The psychology of demonization, promoting acceptance and reducing conflict*. New York/Londen: Routledge, Taylor en Francis Group.
- Amato, P. R. (2001). Children of divorce in the 1990's: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology, 15*(3), 355–370.
- Amato, P. R. (2006). Feeling caught between parents: Adult children's relations with parents and subjective well-being. *Journal of Marriage and Family, 68*(1), 222–235.
- American Psychiatric Association (APA) (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5e druk). Washington DC: American Psychiatric Publishing.
- Anthonijsz, I., Spruijt, E., & Zwikker, N. (2017). *Richtlijnen echtscheiding en problemen van jeugdigen voor jeugdhulp en jeugdbescherming* (3e herziene druk). Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.
- Baker, A. J. L., & Fine, P. R. (2014). *Co-parenting with a toxic ex. What to do when your ex-spouse tries to turn the kids against you*. Canada: Raincoast Books.
- Berg, T. G. van den (2010). Gevolgen van echtscheiding bij kinderen. Een pleidooi voor ondersteuning aan kinderen en ouders. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek, 49*, 254–261.
- Berg, T. G. van den, & Wilbrink, G. (2005). *!JES het zwolsche brugproject. Jij en scheiding. Cursus voor kinderen en ouders; overbruggen naar een veranderend gezin*. Utrecht: Uitgeverij Agiel.
- Bolby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol.2: Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Boszormenyi-Nagy, I. (1973). *Invisible loyalties*. New York: Hoeber & Harper.
- Boszormenyi-Nagy, I., & Krasner, B. R. (2002). *Tussen geven en nemen. Over contextuele therapie* (3e druk). Haarlem: Uitgeverij De Toorts.
- Bracke, S. (2016). Reflecties bij het boek eerste hulp bij hechting. Taal voor ouders en hun jonge kind, Paulien Kuipers. *Systeemtheoretisch Bulletin, JG34/2016/SB3*, 349–378.
- Cijpers, P. (2002). *Voorlichting en psycho-educatie in psychotherapie. Handboek integratieve psychotherapie*. Utrecht: Uitgeverij De Tijdstroom.
- Cottyn, L. (1994/1995). Als ouders apart (gaan) wonen: Beschikbare steunbronnen voor kinderen. *Systeembulletin, 13*, 225–241.
- Cottyn, L. (2009). Conflicten tussen ouders na scheiding. *Systeemtheoretisch Bulletin, JG27/2009/SB2*, 131–162.
- Cottyn, L. (2013). De stem van het kind. *Systeemtheoretisch Bulletin, JG31/13/SB3*, 285–311.
- Cottyn, L. (2016). Gevangen in hoog conflict na scheiding. *Systeemtheoretisch Bulletin, JG34/2016/SB3*, 251–275.
- Davies, P. T., Winter, M. A., & Cicchetti, D. (2006). The implications of emotional security theory for understanding and treating childhood psychopathology. *Development and Psychopathology, 18*, 7007–7735.
- Delfos, M. F. (2002a). *Luister je wel naar mij? Gespreksvoering met kinderen tussen vier en twaalf jaar*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Delfos, M. F. (2002b). *Ontwikkeling in vogelvlucht; ontwikkeling van kinderen en adolescenten* (2e druk). Zeist: Swets & Zeitlinger B.V.
- Delfos, M. F. (2006). *Ik heb ook wat te vertellen! Communiceren met pubers en adolescenten*. Amsterdam: Uitgeverij SWP B.V.
- Delfos, M. F. (2015). *Trauma vanuit ontwikkelingspsychologisch perspectief*. Amsterdam: Uitgeverij SWP B.V.
- Eerenbeemt, E.-M. van den (2013). *De liefdesladder, over families en nieuwe liefdes*. Amsterdam: Uitgeverij de Arbeiderspers BV.
- Eerenbeemt, E.-M. van den, & Heusden, A. van (2003). *Balans in beweging*. Haarlem: Uitgeverij De Toorts.
- Emery, R. E. (2004). *The truth about children and divorce. Dealing with the emotions so you and your children can thrive*. London: Plume.
- Emmelkamp, P. M. G., & Vedel, E. (2010). Psychologische behandelingen: Effectiviteit en gemeenschappelijke factoren. *Dth kwartaalschrift voor directieve therapie en hypnose, 30*(2), 113–126.
- Gardner, R. A. (1980). *Als ouders gaan scheiden* (2e herziene druk). Deventer: Van Loghum Slaterus B.V.
- Gardner, R. A. (1998). *The parental alienation syndrome: A guide for mental health en legal professionals*. Cresskill NJ: Creative Therapeutics.
- Gerhardt, S. (2004). *Waarom liefde zo belangrijk is. Hoe liefde voor je baby zijn hersenen vormt*. Schiedam: Scriptum Psychologie.
- Glasl, F. (2013). *Help! Conflicten. Heb ik een conflict of heeft het conflict mij?* Zeist: Uitgeverij Christoffoor.
- Hellinger, B. (2001). *De verborgen dynamiek van familiebanden*. Bloemendaal: Uitgeverij Altamira-Brecht BV.
- Hellinger, B. (2010). *Daders en slachtoffers voorbij*. Groningen: Uitgeverij Het Noorderlicht.
- Hoefnagels, G. P. (1999). *Gelukkig getrouwd, gelukkig gescheiden*. Amsterdam: L.J. Veen.
- Hoefnagels, P. (2015). *Handboek scheidingsbemiddeling* (3e druk). Deventer: Wolters Kluwer.
- Horst, W. ter (1980). *Algemene orthopedagogiek*. Kampen: Kok.

- IJzendoorn, M. H. van, & Bakermans-Kranenburg, M. (2010). *Gehechtheid en trauma. Diagnostiek en behandeling voor de professional*. Amsterdam: Hogrefe Uitgevers.
- IJzendoorn, M. H. van, Prinzie, P., Euser, E. M., Groeneveld, M. G., Brilleslijper-Kater, S. N., et al. (2007). *Kindermishandeling in Nederland anno 2005: De Nationale prevalentiestudie mishandeling van kinderen en jeugdigen (NPM-2005)*. Leiden: Universiteit Leiden.
- Kamphuis, M. (2015). *Te vroeg volwassen. Over parentificatie*. Amsterdam: Uitgeverij Boom.
- Kazdin, A. E. (1988). *Child psychotherapy. Developing and identifying effective treatments*. Needham Heights USA: Allyn and Bacon.
- Keirse, M. (2003). *Kinderen helpen bij verlies*. Tiel: Uitgeverij Lanno NV.
- Koens, M. J. C., & Vonken, A. P. M. J. (2014). *Personen- en familierecht. Tekst & commentaar* (8e druk). Deventer: Kluwer BV.
- Kohnstamm, R. (2002). *Ontwikkelingspsychologie, deel 1,2 en 3* (5e herziene druk). Houten/Diegem: Bohn Stafleu van Loghum.
- Koster, U. M. A., & Sterenborg, M. (2017). *Window of tolerance. Hoe hoog zit jij in je spanning?*. Doetinchem: Graviant Educatieve Uitgaven.
- Lawick, J. van, & Visser, M. (2014). *Kinderen uit de knel*. Amsterdam: B.V. Uitgeverij SWP.
- Lievegoed, B. C. J. (2010). *De levensloop van de mens*. Rotterdam: Uitgeverij Lemniscaat.
- Linden, F. van der (2010). *Verloren band*. Filmdocumentaire. NCRV; 27 september 2010.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2016). *Basismodel meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling. Stappenplan voor het handelen bij signalen van huiselijk geweld en kindermishandeling*. Den Haag: Ministerie van VWS.
- Pedro-Carroll, J. (2010). *Putting children first. Proven parenting strategies for helping children thrive through divorce*. New York: The Penguin Groep.
- Peter, S., & Bannink, F. (2008). De oplossingsgerichte organisatie. *Tijdschrift voor Kinder—en Jeugdpsychotherapie*, 35(2), 62–72.
- Pinedo, M., & Vollaag, P. (2013). *Aan alle gescheiden ouders. Leer kijken door de ogen van je kind*. Utrecht: A.W. Bruna Uitgevers B.V.
- Pluim, A. van der, & Grevelt, M. (2013). *School en echtscheiding, alledaagse begeleiding binnen een schoolbreed beleid*. Amsterdam: uitgeverij SWP.
- Rameakers, S., & Suissa, J. (2012). *Goed ouderschap. Een andere kijk op opvoeden*. Antwerpen-Apeldoorn: Garant-Uitgevers N.V.
- Rijt, H. van de (2014). *Oei, ik groei. De 10 sprongen in de mentale ontwikkeling van je baby*. Utrecht: Kosmos uitgevers.
- Romiszowski, A. J. (2004). *Designing instructional systems. Decision in making course planning and curriculum design*. London and New York: RoutledgeFalmer, Taylor & Francis Group.
- Rosenberg, M. B. (2010). *Geweldloze communicatie, ontwapenend en doeltreffend*. Rotterdam: Lemniscaat b.v.
- Savernije, A., Lawick, M. J., & Reijmers, E. T. M. (Red.). (2008). *Handboek systeem-therapie*. Utrecht: De Tijdstroom.
- Shazer, S. de, & Dolan, Y. V. O. N. N. E. (2009). *Oplossingsgerichte therapie in de praktijk*. Amsterdam: Hogrefe Uitgevers.
- Spanjaard, H., & Slot, W. (2015). Tijden veranderen, ontwikkelingstaken ook. Een 'update' van het competentiemodel. *Kind en Adolescent Praktijk*, 3, 14–21.
- Spruijt, E., & Kormos, H. (2014). *Handboek scheiden en de kinderen. Voor de beroepskracht die met scheidingskinderen te maken heeft* (2e geheel herziene druk). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Spruijt, E., Kormos, H., Bosgraaf, C., & Steenweg, A. (2002). *Het verdeelde kind. Literatuuronderzoek omgang na scheiding*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Spruijt, E., Bredewold, J., Breunese, A., Chênevert, C., Feringa, D., Hardenberg, A., et al. (2005). *Effecten van het volgen van het KIES-programma. Kinderen in echtscheiding situatie*. Utrecht: Kinder- en Jeugdstudies.
- Struik, A. (2016) *Slapende honden? Wakker maken!* (2e druk). Amsterdam: Pearson assessment and Information B.V.
- Teyber, E. (2001). *Kind van gescheiden ouders; kind van de rekening?* (herziene editie). Amsterdam: Ambo.
- Valk, I. van der, & Spruijt, E. (2013). *Het ouderschapsplan en de effecten voor de kinderen*. ► www.wodc.nl.
- Velderman, M. K., & Pannebakker, F. D. (2008). *Dappere dino's*. Delft: TNO.
- Verhulst, J. (2013). *RET Jezelf. Verstandig omgaan met problemen* (10e druk). Amsterdam: Pearson Assessment and Information B.V.
- Wallerstein, J., & Blakeslee, S. (1989). *Nieuwe kansen. Mannen, vrouwen en kinderen 10 jaar na de echtscheiding*. Utrecht: Het Spectrum.
- Wallerstein, J., & Blakeslee, S. (2003). *What about the kids? Raising your children before, during and after divorce*. New York: Hyperion.
- Weisfelt, P. (2002). *Nestgeuren. Over de betekenis van de ouder-kindrelatie in een mensenleven* (5e druk). Soest: Uitgeverij H. Nelissen B.V.
- Worden, J. W. (1996). *Children and grief. When a parent dies*. New York/London: Guilford.

Websites

- Artikel van Ed Spruijt uit 2015 over nieuwe gezinnen en de kans op scheiding. ► http://www.nieuwgezin.info/?page_id=598. Geraadpleegd op 31 mei 2017.
- Centraal Bureau voor de Statistiek. Cijfers over de woonsituaties van kinderen, o.a. na scheiden. ► <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2016/24/bijna-twee-op-de-tien-kinderen-wonen-niet-bij-vader>. Geraadpleegd op 7 augustus 2017.

- Diverse informatie over scheiding en rechten en plichten. ► <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/scheiden>. Geraadpleegd op 31 mei 2017.
- Een artikel van L. Cottyn waarin zij het boek van Rameaker & Suissa (2012) bespreekt. ► <http://docplayer.nl/8484378-Goed-ouderschap-een-andere-kijk-op-opvoeden.html>. Geraadpleegd op 31 mei 2017.
- Een filmpje van Compaiz over het voeren van een paraplugesprek. ► <https://www.youtube.com/watch?v=nUYRAnsdcx0>. Geraadpleegd op 22 augustus 2016.
- Ervaringen van jongeren met betrekking tot de scheiding van hun ouders. ► www.villapinedo.nl.
- Globale informatie over de gevolgen van scheiding, door T. Vos- van der Hoeve. ► <http://www.opvoedadvies.nl/scheiding.htm>. Geraadpleegd op 22 augustus 2016.
- Informatie over diverse (groep)hulpprogramma's voor kinderen en/of ouders. ► <https://www.nji.nl/wegwijzer-kind-en-scheiding>. Geraadpleegd op 22 augustus 2016.
- Ingrijpende gebeurtenissen/trauma. ► <http://www.nji.nl/Databank/A104-Problemen-bij-de-verwerking-van-ingrijpende-gebeurtenissen>. Geraadpleegd op 22 augustus 2016.
- Meldcode wet Huiselijk geweld en kindermishandeling. De 5-stappenkaart. ► <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/brochures/2011/04/14/5-stappenkaart-meldcode>. Geraadpleegd op 7 augustus 2017.
- Onderzoek naar ervaringen van ouders en kinderen rondom het programma Kinderen uit de Knel. Auteurs: Kim Schoemaker, Annelies de Kruijff, Margreet Visser, Justine van Lawick en Catrin Finkenauer. ► <http://hetlock.nl/wp-content/uploads/2017/03/Vechtscheidingen-Belevingen-en-ervaringen-van-ouders-en-kinderen-en-veranderingen-na-Kinderen-uit-de-knel.pdf>. Geraadpleegd op 25 juli 2017.
- Ontwikkelingstaken en opvoedtaken. ► <https://www.ncj.nl/richtlijnen/jgzrichtlijnenwebsite/details-richtlijn/?richtlijn=9&rlpag=672>. Geraadpleegd op 16 augustus 2016.
- Opsomming van live-events. ► <http://www.stresshulp.nl/wat-is-stress/bronnen-van-stress/life-events>. Geraadpleegd op 22 augustus 2016.
- Opvoedondersteuning. Ontwikkeltaken en opvoedtaken. ► <http://www.nji.nl/Opvoedtaken-en-ontwikkeltaken>. Geraadpleegd op 16 augustus 2016.
- Parentificatie en ontwikkelingstaken. ► [https://www.nji.nl/Databank/Classificatie-Jeugdproblemen/D203-Jeugdige-in-de-rol-van-ouder-\(parentificatie\).html](https://www.nji.nl/Databank/Classificatie-Jeugdproblemen/D203-Jeugdige-in-de-rol-van-ouder-(parentificatie).html). Geraadpleegd op 16 augustus 2016.
- Presentatie leerboek Veerkracht en weerbaarheid (2017), prof. Dr. B. Rutten. ► <https://www.youtube.com/watch?v=DK7hJxEVn8k>. Geraadpleegd op 25 juli 2017.
- Theoretisch fundament voor de aanpak van complexe scheidingen. Jeugdzorg Nederland. Auteur: Drs. E.A. Groenhuijsen. ► <https://www.jeugdzorgnederland.nl/contents/documents/complexe-scheidingen-theoretisch-fundament.pdf>. Geraadpleegd op 6 juni 2017.

Te gebruiken bij psycho-educatie voor kinderen en jongeren

1. Rechten van het kind. ► <http://www.kinderrechten.nl/>.
Stichting kinder en jongerenrechtswinkel, over rechten en plichten van jeugdigen onder de 23 jaar. ► <http://kjr.w.eu/>.
Stichting Jonge Helden, voor jonge helden die met een scheiding te maken krijgen. ► www.voorjongehelden.nl/scheiding.
Villa Pinedo, jongeren die ervaringen vertellen over de scheiding van hun ouders en nog meer. ► www.villapinedo.nl.

Boeken en materialen

- Op deze site is een overzicht van boeken, gerangschikt naar leeftijd. ► http://www.kinderenvangescheidenouders.nl/kinderen_lezen.htm.
- Via deze site zijn houten pizzapunten te kopen. ► <https://www.ninico.nl/kindercoachmaterialen>.