

ONDERZOCHT



Ouderlijke conflicten
voor, tijdens en na een
scheiding:
wat zijn de gevolgen
voor kinderen?

Ouderlijke conflicten voor, tijdens en na een scheiding: wat zijn de gevolgen voor kinderen?

Je kan stellen dat, op langere termijn, het niet noodzakelijk de scheiding zelf maar eerder de mate van conflict in het gezin één van de belangrijkste bepalende factoren is voor het welzijn van scheidingskinderen! Recent onderzoek in Vlaanderen bevestigde nog maar eens dat *'wat van cruciaal belang blijkt te zijn voor het psychologisch welbevinden van jongeren, de mate is waarin zij blootgesteld worden aan ouderlijk conflict. Ouderlijke conflicten, zowel vóór, tijdens als na de scheiding blijken aanleiding te geven tot meer angstgevoelens, een lagere mentale gezondheid en meer depressieve symptomen.'*¹

CONFLICTEN VOOR DE SCHEIDING

VEEL CONFLICT en samenblijven voor de kinderen: een goed idee?

Uit onderzoek naar het psychologisch welbevinden van volwassenen, blijkt dat ouders die veel ruzie maken maar wel samen blijven, kinderen voortbrengen die opgroeien tot **de meest ongelukkigste volwassenen**. Kinderen van ouders die in dezelfde omstandigheden wél scheiden, blijken als volwassene gelukkiger te zijn, vooral als hun ouders uit elkaar gingen vóór ze tien jaar oud waren.

Gehuwd blijven of samen blijven wonen is dus niet 'in het belang van de kinderen' als ouders voortdurend conflicten hebben.

WEINIG OF GEEN CONFLICT en uit elkaar gaan: hoe is dat voor de kinderen?

Niet alle scheidingen worden evenwel voorafgegaan door een periode van voortdurende, openlijke conflicten tussen de ouders. Veel scheidingen zijn het gevolg van het (emotioneel) uit elkaar groeien van de ouders en gaan met weinig strijd gepaard. In die gevallen kan de scheiding voor hun kinderen **een onverwachte en schokkende gebeurtenis zijn die een langdurige vermindering van de levenskwaliteit kan veroorzaken**. Verschillende onderzoeken tonen dan ook aan dat kinderen in gezinnen met weinig conflicten vóór de scheiding, zich moeilijker aanpassen aan de scheiding en meer probleemgedrag vertonen dan kinderen die vóór de scheiding vaak met ouderlijke ruzies werden geconfronteerd.

CONFLICTEN TIJDENS EN NA DE SCHEIDING

Door de aanwezigheid van ouderlijke conflicten na de scheiding voelen de meeste jongeren zich gevangen tussen hun ouders, wat kan leiden tot gevoelens van depressie en angst. Deze gevoelens verminderen aanzienlijk bij een goede verstandhouding tussen beide ouders. **Over het algemeen kan men stellen dat kinderen zich veel beter voelen als ouders na de scheiding de strijd bij begraven.**

Soms ontstaan ouderlijke twisten pas nadat één van beide ouders een relatie met een nieuwe partner aangaat. Nieuwe partnerrelaties of de hertrouw van één of beide ouders na de scheiding kunnen immers aanleiding geven tot ruzies die inhoudelijk vaak betrekking hebben op de eigen kinderen of de stiefkinderen. **Deze situaties, waar kinderen vaak de inzet zijn van de onenigheid of in het slechtste geval zelfs boodschappers worden tussen beide ouders, zijn voor hun welzijn ronduit nefast.**

Wat maakt ouderlijke conflicten zo schadelijk voor kinderen?

De mate waarin ouderlijke conflicten bepalen hoe goed kinderen zich voelen, is mede afhankelijk van de aard van de aanvaring. Hoogoplopende ruzies leiden tot meer onzekere hechtingsmechanismen en angst bij peuters en kleuters en tot meer internaliserend en externaliserend (probleem)gedrag bij kinderen en adolescenten.

'Hoogoplopende ruzies na een scheiding zijn het meest destructief als ouders hun kinderen 'gebruiken' voor het uiten van hun woede en geschillen, bijvoorbeeld door hen te vragen om vijandige boodschappen over te brengen aan de andere ouder, door opdringerige vragen te stellen over de andere ouder of door minachtende en/of vernederende opmerkingen te maken over de andere ouder, waardoor het kind de behoefte krijgt om bepaalde informatie achter te houden of (positieve of negatieve) gevoelens over de andere ouder weg te stoppen. Ouders die zich op deze manier gedragen veroorzaken bij hun kinderen meer depressieve en angstige gevoelens.

Kinderen die bij hoogoplopende ruzies niet op deze manier door hun ouders 'gebruikt' worden, ervaren even veel of even weinig last als kinderen waarvan de ouders weinig conflicten hebben.¹²

Ouderlijke ruzies zijn vooral schadelijk als

- ze zich voordoen in het bijzijn van het kind;
- het kind erbij betrokken wordt;
- het conflict over het kind gaat;
- er verbaal en/of fysiek geweld mee gepaard gaat;
- blijkt dat men (uiteindelijk) geen oplossing vindt.

Geef het goede voorbeeld: los je conflicten op!

Hoewel conflict tussen de ouders zwaar weegt op het welbevinden van kinderen, zijn het vooral onopgeloste conflicten die stress veroorzaken die nefast kan zijn voor het welbevinden van zowel de ouders als de kinderen. Daaruit volgt dat niet

alleen het verminderen, maar ook het oplossen van conflicten van belang is.³ De oplossingsstrategieën die ouders bij conflicten hanteren vóór, tijdens of na de scheiding, hebben een wezenlijke invloed op de eigenwaarde van de kinderen en op hun algemeen psychologisch welzijn. Men stelt vast dat kinderen waarvan de ouders ruzies via verbale aanvallen trachten op te lossen, meer kans hebben op antisociaal gedrag en op een lage eigenwaarde. Kinderen waarvan de ouders onenigheid oplossen via het zoeken naar compromissen, hebben vaker een hoger gevoel van eigenwaarde.

Indien ouders hun conflict samen op een goede manier kunnen oplossen, leert een kind ook goede conflictoplossende strategieën en zal dit conflict een minder negatieve impact hebben dan wanneer ouders dit conflict laten aanslepen.⁴

Ruzieën met je ex kan een invloed hebben op de relatie met je kind!

Een conflictueuze relatie tussen de ouders vergroot de kans op een meer negatieve ouder-kindrelatie. De negatieve impact van ouderlijke twisten op het welzijn van kinderen verdwijnt echter (bijna volledig) indien ouders –ondanks het bestaan van onenigheden– een hechte, sensitieve en op elkaar betrokken ouder-kindrelatie kunnen in stand houden. Ze bevorderen hiermee ook een steunende relatie tussen broers en zussen op langere termijn.

Verlies je kind niet uit het oog tijdens al dat geruzie!

Tot slot nog dit : *‘Uit studie blijkt dat ook de mate waarin kinderen betekenis kunnen geven aan de scheiding en de mate waarin kinderen het gevoel hebben ‘ertoe te doen’ voor hun ouders, een belangrijkere invloed hebben op hun subjectieve levenskwaliteit dan de mate van conflict. Het is dus belangrijk om bij kinderen te toetsen of zij de situatie begrijpen, om met hen rekening te houden en hen de ruimte te geven om het verschil te maken na de scheiding. Scheidingsprofessionals kunnen ouders helpen om enerzijds tot constructieve oplossingen te komen voor bestaande conflicten, maar anderzijds ook door ouders te stimuleren om zelf te communiceren met hun kinderen en te luisteren naar wat hun bezorgdheden zijn. Het is voor jongeren vooral belangrijk dat zij niet het gevoel hebben te verdwijnen in het hoofd en het hart van hun beide ouders, ze willen het gevoel hebben dat zij ook na de scheiding belangrijk blijven.’⁵*

Voetnoten

1 VAN CLEUVENBERGEN, 2009

2 KUEHNLE, Kathryn en DROZD, Leslie, Parenting plan evaluations, applied Research for the Family Court

3 BASTAITS, ET. AL., *Ouders en gevolgen voor kinderen, 2012*

4 BASTAITS, ET. AL., *Ouders en gevolgen voor kinderen, 2012*

5 MAES, 2011

© Copyright Annelies Geraets.

Alle rechten voorbehouden. Gehele of gedeeltelijke overname, plaatsing op andere sites, verveelvoudiging op welke andere wijze dan ook en/of commercieel gebruik van deze informatie is niet toegestaan, tenzij hiervoor uitdrukkelijk schriftelijke toestemming is verleend door Annelies Geraets of tenzij aan de onderstaande voorwaarden wordt voldaan. Deze informatie mag worden bekeken op een scherm, gedownload worden op een hard-disk of geprint worden, mits dit geschiedt voor persoonlijk, informatief en niet-commercieel gebruik, mits de informatie niet gewijzigd wordt, mits de volgende copyright-tekst in elke copy aanwezig is: “© Copyright Annelies Geraets”, mits copyright, handelsmerk en andere van toepassing zijnde teksten niet worden verwijderd en mits de informatie niet wordt gebruikt in een ander werk of publicatie in welk medium dan ook.