

werkboek

van **woede** naar **redelijkheid**: voor hulpverleners

Gezinsbegeleiders, relatie- en gezinstherapeuten

Op weg naar erkenning

Corrie Haverkort

Marlijn Kooistra-Popelier

Werkboek van woede naar redelijkheid: voor hulpverleners

Gezinsbegeleiders, relatie- en gezinstherapeuten

Corrie Haverkort en Marlijn Kooistra-Popelier

ISBN 978 90 8850 883 7

NUR 767

© 2020 Uitgeverij SWP Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 j°. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (Postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met Uitgeverij SWP voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen door een onderwijsinstelling van een gedeelte uit deze uitgave, in papieren vorm of digitaal, (bijvoorbeeld voor plaatsing ervan op uw digitale leeromgeving of in een reader) kunt u zich richten tot: Stichting UvO, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, Tel. 023-8700212, www.stichting-uvo.nl UvO@cedar.nl.

Inhoud

Inleiding	5
Deel I Kwetsbaarheid en verlangen: emoties als intelligente oordelen	
1 Emoties en het narratief	9
2 Emoties en reflectie	11
3 Emoties en onderlinge relaties	13
4 Emoties en loyaliteiten	15
5 Emoties en taken in het samengestelde gezin	17
Deel II Morele dilemma's bij scheiding en in het samengestelde gezin	
6 Bloedband en stiefband naast elkaar <i>Over hechting of omkeringsgedrag</i>	21
7 Twee culturen in een gezin <i>Over binnen- en buitengrenzen en het gevoel van vreemdheid</i>	23
8 Meerdere loyaliteiten naast elkaar <i>Over in- en uitsluiting</i>	25
9 Verdriet <i>Over de achtergrond van verdriet</i>	27

10 Gedeeld ouderschap na scheiding	29
<i>Over tijd en identiteit</i>	
11 Wonen in twee gezinnen	31
<i>Over afspraken, sfeer en veiligheid</i>	
12 De stiefouder voegt iets toe	33
<i>Over de rol en betekenis van de bonusouder</i>	
13 Het doel van het stiefgezin	35
<i>Over de aard en bedoeling van het samengestelde gezin</i>	

Deel III Recht doen aan elkaar: menselijke mogelijkheden

14 Menselijke mogelijkheden	39
<i>Om recht te doen aan elkaar</i>	
15 Woede ombuigen	43
<i>Als conflicten voortduren</i>	
16 Verzoening en erkenning	47
Tot slot	51
<i>Positieve betrokkenheid, genegenheid en geluk</i>	

Inleiding

Een scheiding is een van de meest ingrijpende ervaringen in het leven van mensen. Het is pijnlijk om afscheid te nemen van een partner met wie jarenlang is samengeleefd. Vooral als er ook kinderen zijn. Angst, verdriet, woede en gevoelens van onrecht spelen bijna zonder uitzondering een grote rol. Deze gevoelens worden nog eens versterkt als er tijdens of kort na de scheiding sprake is van een nieuwe partner. Hoe voorkom je duurzame conflicten?

In 2018 verscheen het boek *Van woede naar redelijkheid*, over emoties, dilemma's en erkenning bij scheiding en de komst van een stiefouder (Haverkort, 2018). Dit basisboek biedt inzicht in de vraag hoe het komt dat scheidende ouders vaak zo'n langdurige en heftige strijd voeren en daarbij het belang van hun kind uit het oog verliezen. In hoeverre heeft de heftigheid van de strijd te maken met diepe gevoelens van onrecht?

De kennis en inzichten uit het basisboek ondersteunen de hulpverlener om boven tafel te krijgen waar ouders en hun kinderen bij een scheiding en de vorming van een samengesteld gezin tegenaan lopen. Waarom zijn bepaalde processen zo pijnlijk en onontkoombaar en waarom is aandacht voor het recht doen aan elkaar zo cruciaal?

Het basisboek *Van woede naar redelijkheid* heeft geleid tot het ontwikkelen van dit werkboek, waarin concrete handvatten voor de hulpverlener zijn opgenomen.

Het werkboek

In het werkboek worden de volgende drie onderdelen belicht:

- I Kwetsbaarheid en verlangen: emoties als intelligente oordelen;
- II Morele dilemma's bij scheiding en in het samengestelde gezin;
- III Recht doen aan elkaar: menselijke mogelijkheden.

Per hoofdstuk worden de belangrijkste punten uit het basisboek genoemd. Hierbij gaat het om aandachtspunten die bij de begeleiding van ouders en

stiefouders door de professional bespreekbaar gemaakt kunnen worden. Aansluitend wordt verwezen naar ondersteunende werkvormen. Deze kunnen worden gedownload en samen met dit werkboek worden gebundeld tot een persoonlijk werkboek voor de professional. Deze werkvormen worden behandeld tijdens de opleiding tot stiefplan-coach. Informatie over deze specifieke opleiding voor hulpverleners, advocaten en mediators is te vinden op www.stiefplan.nl. Stiefplan is onderdeel van Popelier Opleiding voor Gezin en begeleiding: www.popelieropleidingen.nl.

Downloads

De werkvormen kunnen als pdf gratis worden gedownload van www.swp-book.com/2142. Klik rechts op de webpagina op de button Extra materiaal en maak een account aan. Voor het inloggen heb je de code nodig onderaan deze pagina.

We wensen je veel succes met het basisboek *Van woede naar redelijkheid* en met dit werkboek dat daarop aansluit. Maar vooral met jouw mooie en betekenisvolle werk.

Marlijn Kooistra-Popelier en Corrie Haverkort

Deel I **Kwetsbaarheid en verlangen**

Emoties als intelligente oordelen

Over emoties die we kunnen herkennen bij een scheiding en bij de komst van een nieuwe partner, de aankomende stiefouder van de kinderen



1. Emoties en het narratief
2. Emoties en reflectie
3. Emoties en onderlinge relaties
4. Emoties en loyaliteiten
5. Emoties en taken in het samengestelde gezin

1

Emoties en het narratief

Een scheiding roept heftige emoties op. De komst van een stiefouder ook. Zodra mensen belangrijke emotionele gebeurtenissen meemaken, ontstaat de behoefte om hierover te vertellen. Het eigen levensverhaal wordt ook wel het narratief genoemd. In het basisboek *Van woede naar redelijkheid* worden de hiernavolgende aandachtspunten uitgewerkt (zie basisboek hoofdstuk 2).

Aandachtspunten

- Voor de hulpverlener biedt het narratief een mogelijkheid om zoveel mogelijk relevante informatie van de cliënt te verkrijgen.
- Voor de cliënt betekent het dat deze meer zicht krijgt op het eigen leven.
- Door het narratief kan men zichzelf en de ander door middel van reflectie beter begrijpen.

Werkvorm: Het relatieverhaal

Door middel van relevante vragen en een schrijfoopdracht krijgt de cliënt zicht op wat hij of zij ooit verlangde, waar het anders liep dan verwacht en welke emoties dit met zich meebracht of -brengt.

Download 1

Het vertellen over ingrijpende gebeurtenissen gaat bijna altijd gepaard met emoties. Emoties vormen een intelligente reactie op iets dat waardevol is (zie basisboek hoofdstuk 4, 5, 28 en 29).

Aandachtspunten

- Een scheiding en de komst van een nieuwe partner, de stiefouder van de kinderen, roepen tegenstrijdige emoties op. Dat kan verwarrend zijn.
- Als de pijn van een scheiding groot is en gepaard gaat met een sterk gevoel van onrecht, speelt de emotie 'woede' een hoofdrol.
- Woede kan gaan over geschonden vertrouwen, het verbreken van een gezamenlijke toekomst, de komst van een nieuwe partner en/of het opbreken van het gezin. Wat overheerst, is de overtuiging dat het allemaal 'niet eerlijk is'; dat het niet klopt zoals het gaat.
- Emoties spelen een belangrijke rol bij de vraag naar erkenning en rechtvaardigheid. We kunnen niet om emoties heen bij het beoordelen of we iets juist en goed vinden of dat we iets afwijzen en fout vinden.

Door woorden te geven aan emoties en door erop te reflecteren, kunnen emoties bijgesteld worden. Bovendien wordt door reflectie duidelijk wat voor mensen van waarde is en waar men moeite voor wil doen.

Werkvormen:

2.1 Emotiekaartjesspel

De cliënt kiest uit verschillende emotiekaarten de emotie die op dat moment voor hem of haar het meest relevant is.

Download 2.1

2.2 Storende en helpende gedachten

De cliënt leert onderscheid te maken tussen denken, voelen en doen.

Download 2.2

Scheiden en de vorming van een nieuw gezin leiden tot vragen en dilemma's. 'Hoe doe ik het goed?' en: 'Hoe doe ik recht aan iedereen?' zijn enkele van de meest gestelde vragen van gescheiden ouders. Dit speelt met name als het gaat om alle complexe onderlinge verhoudingen. Denk bijvoorbeeld aan de relatie van de ex-partners onderling, de relatie tussen moeders en stiefmoeders en tussen vaders en stiefvaders. Maar ook de relatie van de (stief)ouders met de (stief)kinderen, de stiefkinderen onderling en eventuele halfbroers en -zussen onderling. Daarbij komen nog de relaties met grootouders en stiefgrootouders.

Aandachtspunten

- De onderlinge relatie tussen moeders en stiefmoeders en tussen vaders en stiefvaders wordt nog nauwelijks herkend als een relatie.
- Iedere vader-stiefvaderrelatie en moeder-stiefmoederrelatie is een opgedrongen relatie.
- We onderscheiden drie soorten moeder-stiefmoeder- c.q. vader-stiefvaderrelaties: de betrokken relatie, de ontwijkende relatie en de relatie van aantrekken-afstoten.
- De moeder-stiefmoederrelatie is het meest gevoelig voor spanningen.
- Moeders en stiefmoeders zijn gemiddeld meer gericht op onderlinge relaties dan vaders en stiefvaders. Zij leggen op dit gebied de lat vaak hoog. Ook wordt nog steeds door de omgeving meer verwacht van vrouwen dan van mannen als het gaat om gezin en ouderschap.
- Vrouwen reflecteren meestal gemakkelijker op hun handelen dan mannen. Met name als het gaat om morele vragen in de zin van: doe ik het goed? Klopt het?
- Mannen weten *gemiddeld* genomen minder goed aan te geven op welke waardevolle criteria ze moeten letten (zie basisboek hoofdstuk 7).