

ScheidingsATLAS

Wat is ScheidingsATLAS en voor wie is het bedoeld?

ScheidingsATLAS is een wetenschappelijk onderbouwde preventieve groepstraining voor ouders die gescheiden zijn. Veel gescheiden ouders worstelen met vragen over het ouderschap na de scheiding. Hoe beleven de kinderen de scheiding? Hoe kun je ze als ouder helpen aan de nieuwe situatie? Hoe zorg je goed voor jezelf en je kinderen? Hoe werkt dat, ouderschap na scheiding? Hoe praat je hierover met de andere ouder? Na een scheiding zijn ouders niet langer partners, maar ze blijven wel samen de ouders van hun kinderen. De training ScheidingsATLAS gaat hierop in door gescheiden ouders informatie te geven en te ondersteunen.



DOELEN

ScheidingsATLAS is samen met gescheiden ouders ontwikkeld ter ondersteuning van ouderschap na scheiding. De training is gebaseerd op onderzoek, bijdragen van experts en ervaringen van andere gescheiden ouders.

ScheidingsATLAS gaat over wat een scheiding met betrokkenen kan doen; stress, spanning of vragen van ouders; conflict tussen ouders; en de ouderrol na scheiding.

De doelen van ScheidingsATLAS zijn:

- Ouders na scheiding ondersteunen.
- Ouders informatie en tips geven over ondersteuning van hun kinderen.
- Ouders informatie en tips geven over communicatie met de andere ouder.

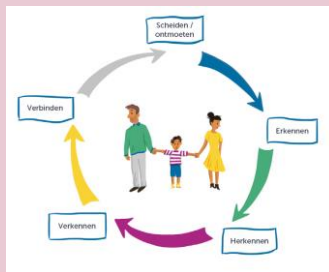
WERKWIJZE

ScheidingsATLAS bestaat uit 2 bijeenkomsten van elk 3 uur. In een groep zitten 6 tot 12 deelnemers. Tussen de beide bijeenkomsten zit ongeveer 3 weken.

Bijeenkomsten worden gegeven door 2 ervaren groepsleiders. De twee bijeenkomsten zijn interactief met het uitwisselen van tips of ervaringen, animaties, (video's van) rollenspellen en begeleide oefeningen.

Kortdurende training over ouderschap na scheiding

Wendy van Vliet was een van de eerste ScheidingsATLAS groepsleiders en is manager van het Kenniscentrum Kind en Scheiding in Voorburg: "Iedereen vond het heel verhelderend dat we vertelden over de verliescirkel met de verschillende stadia van rouw. Een scheiding is een verlieservaring waarin je verschillende rouwtaken of verwerkingsstappen ondergaat. Om te beginnen 'erkennen' en 'herkennen': de scheiding is een feit. En dan kun je langzaam weer in staat zijn om vooruit te kijken, nieuwe plannen te maken en uiteindelijk weer nieuwe verbindingen aan te gaan. Jij, jouw ex-partner en jouw kind kunnen op heel verschillende plekken in die verliescirkel zitten. De een zit nog volop in de emotie en verdriet, de ander heeft al een nieuwe partner." De deelnemers vonden allemaal dat de verliescirkel heel goed inzichtelijk maakt dat hun ex-partner of kind in een andere fase kan zitten dan zijzelf. Van Vliet: een deelnemer zei letterlijk: 'Elke gescheiden ouder zou de training moeten volgen!'"



SCHEIDINGSATLAS HELPT!

TNO heeft onderzoek verricht naar de effectiviteit van ScheidingsATLAS. De uitkomsten wezen uit dat:

- Ouders en groepsleiders enthousiast zijn
- Ouders gemiddeld een rapportcijfer 8+ geven
- Ouders zich geïnformeerd en gesteund voelen

Ouders gaven in het onderzoek aan in ScheidingsATLAS handvatten te hebben gekregen voor ondersteuning van hun kinderen. 95% van de deelnemers zou ScheidingsATLAS aan andere ouders aanraden. De training gaf nieuwe ideeën en een impuls om hiermee aan de slag te gaan. Bovendien was na deelname een statistisch significante toename te zien in de steun die deelnemers ervaren.

MEER WETEN

Lees: "ScheidingsATLAS: Een wegwijzer voor ouders", door Mariska Klein Velderman, Fieke Pannebakker en Wendy van Vliet. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds, september 2020.



Ouders aan het woord over wat ScheidingsATLAS ze bracht:

"Het heeft bijgedragen aan een stuk verwerking. Daarnaast zeer zinvol m.b.t. het geven van handvatten in de omgang met mijn ex en opvoeding van onze dochter."

"Met elkaar sparren, naar elkaar luisteren, tips geven en het handboek lezen."

"Steun en herkenning."

"Het begrijpen van wat er allemaal met een kind gebeurt na een scheiding, maar ook het begrijpen van mijn ex."

"Deze fases waren heel herkenbaar en de theorie erbij was ook erg fijn."

"Duidelijke informatie en voorbeelden. Ervaringen van andere ouders."

"Inzien dat ik ook een aandeel heb in boosheid/emoties van mijn zoon."

"Prettige, veilige werkvormen."