

Geweldloos Verzet in Gezinnen (Samenvatting)

Boek

Geweldloos Verzet In Gezinnen, Haim Omer, ISBN 9031351237

Inleiding

Probleemstelling:

“In moderne samenleving bestaat een veelheid van met elkaar conflicterende normen, waarden en benaderingen als het gaat om het opvoeden van kinderen. Door deze veelheid kunnen ouders en zij die zich beroepsmatig bezighouden met het gedrag van kinderen en adolescenten onderling van mening verschillen en het zelfs met zichzelf niet altijd eens zijn. Dit leidt ertoe dat veel ouders maar ook leraren, therapeuten, en jongerenwerkers met lege handen staan als het gaat om het aanpakken van gewelddadig en zelfdestrucief gedrag van kinderen en adolescenten.”

Voorbeelden van conflicterende normen/waarden/benaderingen:

- Streng tegenover soft
- Eisen stellen tegenover acceptatie
- Autoritair tegenover antiautoritair
- Discipline tegenover therapie

Uitweg uit deze impasse: De leer van het geweldloze verzet van Mahatma Gandhi.

De kracht van het geweldloos verzet is dat het een brug kan slaan tussen de veelheid van met elkaar conflicterende normen, waarden en benaderingen als het gaat om de aanpak van gewelddadig en zelfdestrucief gedrag van kinderen en adolescenten. Door het slaan van deze brug is het geweldloos verzet moreel en praktisch een aanvaardbare aanpak voor de overgrote meerderheid van ouders en zij die zich beroepsmatig bezighouden met het gedrag van kinderen en adolescenten.

Ouders onderling kunnen door geweldloos verzet hun onderlinge meningsverschillen opzij zetten en weer gaan samenwerken. Ook in de verhouding tussen ouders en beroepskrachten kan geweldloos verzet een verbindende rol spelen. Tenslotte kunnen ook de verschillende instanties door geweldloos verzet op een lijn komen. Samenvattend kan geweldloos verzet een verbinding tot stand brengen in het systeem rond het kind of de adolescent waarmee een gemeenschappelijk front gevormd kan worden in de aanpak van het gewelddadig en zelfdestrucief gedrag.

Geweldloos verzet heeft dit allemaal in zich doordat het niet alleen een morele maar ook een praktische leer is.

Het doel van het programma is niet alleen het verminderen van probleemgedrag bij kinderen maar ook het verminderen van de vijandigheid en de woede-uitbarstingen bij ouders.

Hoofdstuk 1: Grondbeginselen Geweldloos Verzet

Verdieping probleemstelling

Dilemma bij confrontatie met gewelddadig en zelfdestrucief gedrag bij kinderen/adolescenten: Streng aanpak leidt tot escalatie van het gedrag; “softe” aanpak leidt tot hogere eisen van kind/adolescent. Mislukken van beide aanpakken leidt tot twee soorten escalatie: complementaire escalatie en symmetrische escalatie.

Complementaire escalatie: dynamiek van chantage; extreem gedrag wordt beantwoord met concessies wat weer ruimte geeft voor nog extremer gedrag.

Symmetrische escalatie: wederzijdse toename van vijandigheid; beide partijen reageren vanuit het gevoel dat de ander de boosdoener is en zichzelf alleen uit zelfverdediging handelen.

Beide typen escalaties zijn op zichzelf al schadelijk maar als zij naast elkaar bestaan versterken zij elkaar ook nog eens. Complementaire escalatie kan er toe leiden dat de ouder/professional zich hulpeloos gaat voelen en hierdoor zijn zelfbeheersing verliest met als gevolg een overgang naar symmetrische escalatie waardoor weer de angst bij de ouder/professional kan ontstaan dat het geheel uit de hand loopt en hij zijn toevlucht weer neemt tot toegeven en dus weer complementaire escalatie plaatsvindt.

Paradox: ouders die een zachte aanpak voorstaan zijn kwetsbaar voor provocatie tot woede-uitbarstingen terwijl ouders met een voorkeur voor de harde aanpak op een gegeven moment in paniek kunnen besluiten de strijd maar op te geven.

De volgende negatieve spiraal ontstaat:

1. Kind richt zich op versterken machtspositie en ouder wordt hulpelozer
2. Ouders negeren negatief gedrag van kind om confrontaties te vermijden
3. Relatie tussen ouders en kind wordt steeds slechter en de basis ervan smaller
4. Kind probeert machtspositie te versterken d.m.v. uitbarstingen van extreem gedrag

Hoofdvraag van het boek:

“Hoe kunnen we optreden tegen gewelddadig en zelfdestructief gedrag van kinderen/adolescenten op een manier die symmetrische en complementaire escalatie tegengaat?”

Antwoord: “Door geweldloos verzet te plegen!”

Argumenten om in het gezin voor geweldloos verzet te kiezen:

- Morele weerzin tegen het gebruik van geweld
- Het agressieve kind heeft veel minder remmingen voor het gebruik van keiharde machtsmiddelen dan de ouders
- Verbale overreding helpt niet tegen extreem gedrag
- Liefde van de ouders voor het kind

Kritische vraag:

“Is het extreme gedrag van het kind niet ingegeven door hele andere psychologische motieven dan de behoefte aan macht waarop het geweldloze verzet aangrijpt?”

Omer stelt dat bij kinderen/adolescenten met gewelddadig en zelfdestructief gedrag er wel degelijk een analogie bestaat tussen het doel van het gedrag van deze kinderen/adolescenten en het doel van geweld in de sociaal-politieke sfeer, namelijk macht.

Geweldloos verzet is een vorm van vechten

Niet vechten draagt bij aan de voortzetting van gewelddadige onderdrukking. Geweldloos verzet daarom niet verwarren met het afzien van gebruik van macht. Geweldloos verzet is verzet en daarmee strijd. Alleen wordt er wel afgezien van het gebruik van geweld tijdens het vechten. Onder geweld wordt dan verstaan handelen dat er op gericht is de tegenstander fysiek of emotioneel te beschadigen. In de strijd tegen gewelddadig en zelfdestructief gedrag van kinderen moet er dan ook afgezien worden van fysieke agressie en van het gebruiken van woorden en/of gebaren met een vernederende of beledigende strekking alsmede van provocatie van het kind. Omdat er gevochten wordt tegen het extreme gedrag van hun kind moeten ouders ook bereid zijn dat gedrag bij naam te noemen en hiervoor geen verzachtende termen gebruiken. Geweldloos verzet gaat ervan uit dat empathie en begrip, hoe belangrijk ook, niet de plaats kunnen innemen van de stellingname dat

geweld als zodanig moet worden benoemd en dat hiertegen op een besliste manier verzet moet worden aangetekend.

Het begrip “ouderlijke aanwezigheid” (Ik ben hier! Ik ben je ouder en ik blijf je ouder! Ik geef niet toe en ik geef je niet op!) kent vele gezichten waarbij geweldloos verzet de vechtkant van deze ouderlijke aanwezigheid is.

Geweldloos verzet tegenover verbale overreding

Zolang er gepraat wordt, wordt er niet gehandeld. Dat geldt ook in het omgaan met kinderen die extreem gedrag vertonen. Hoe meer de ouders praten hoe sterker het kind ervan overtuigd raakt dat de ouders niet van plan zijn echt iets te doen. Bovendien is het praten brandstof voor escalatie: de verzoeken van de ouders veranderen in eisen en eisen in dreigementen. Het kind betaalt met gelijke munt terug, argumenten worden beantwoord met tegenargumenten en dreigementen worden beantwoord met hardere tegen dreigementen. Deze symmetrische escalatie kan weer omslaan in een complementaire escalatie.

In tegenstelling tot verbale overreding zit de kern van de geweldloos verzet aanpak niet in verbale interactie; integendeel, geweldloos verzet begint juist waar woorden tekort gaan schieten. Geweldloos verzet betekent niet meer praten maar handelen. Door vastberaden geweldloos verzet van de ouders, wordt het kind geconfronteerd met het feit dat geweld niet meer werkt om zijn doelen te bereiken. Het kind gaat hierdoor positief reageren. Dit proces heet “identificatie met de niet-agressor”.

Als geweldloos verzet geweld ontmoet

Geweldloos verzet zal niet direct leiden tot het afzien van geweld door de tegenstander; integendeel, in eerste instantie zal gegrepen worden naar alle middelen die in het verleden effectief bleken te zijn. Echter er ontstaat een asymmetrie van middelen waardoor het geweld zijn effectiviteit verliest. Sharp (1973) noemt dit “de jiu-jitsu van geweldloos verzet”. Redenen waarom het geweld van zijn effectiviteit wordt beroofd zijn:

- Verlies van gevoel van legitimiteit
- Remming door geweldloze houding tegenstander
- Schokken van het zelfvertrouwen van de agressor (het geweld blijkt niet meer te werken)
- Door de asymmetrie kiezen derden de kant van de niet-agressor

De agressor zal bij confrontatie met geweldloos verzet en het daarmee gepaarde gevoel van verlies van effectiviteit in eerste instantie kiezen voor provocatie van degene die geweldloos verzet pleegt; hij zal proberen de tegenstander terug te krijgen in de oude modus. Vastberadenheid van de geweldloos verzet pleger is in deze fase heel belangrijk.

Uit het isolement treden en de noodzaak van openheid

Geweldloos verzet kiest voor openheid en publiciteit. Uit het isolement treden leidt tot een gevoel van samenzijn en maakt steun mogelijk van derden waardoor het verzet aan kracht wint. Geheimhouding daartegenover verzwakt het verzet omdat het voortkomt uit angst en deze angst alleen maar groter maakt. Ook bij geweld in gezinnen houdt geheimhouding slachtofferschap in stand. Het verwerven van steun bij familie, vrienden en hulpverleners is essentieel in de strategie van geweldloos verzet. Overwegingen die openheid kunnen belemmeren zijn schaamte en het niet willen beschadigen van de reputatie van het kind. De strategie van geweldloos verzet zet in op het uit het isolement halen van de ouders door het inschakelen van hulptroepen en niet op het motiveren van de ouders tot verandering. Motivering zonder de benodigde steun is namelijk niet effectief. Naarmate meer steun beschikbaar komt, neemt vanzelf de bereidheid van de ouders om actie te ondernemen toe. Openheid draagt ook bij aan de gewenste asymmetrie van middelen. Het kind met agressieve of antisociale neigingen is degene die sneller zal kiezen voor leugens en het verbergen van dingen terwijl de ouders kiezen voor openheid en directheid.

Het doorbreken van automatische gehoorzaamheid aan het machtsblok

Een van de hoofdoelen van geweldloos verzet is het doorbreken van het door de onderdrukten als vanzelfsprekend aangenomen posities van onderdrukker en onderdrukten. Geweldloos verzet gaat er niet vanuit dat de onderdrukker de vijand is maar de onderdrukking. Geweldloos verzet wil de "wij-zij" tegenstelling zo klein mogelijk maken. In de context van het gezin betekent dit dat geweldloos verzet tot doel heeft de positieve tendensen die slapend aanwezig zijn bij een kind met extreem gedrag wakker te schudden en te versterken. Om dit te bereiken moet de "wij-zij" tegenstelling tussen de ouders en het kind worden verzwakt. Het extremen gedrag van het kind kan worden gezien als de uitkomst van een debat in het parlement van de geest van het kind. Het realistische doel van geweldloos verzet is dan ervoor te zorgen dat de positieve stemmen in het kind de overhand krijgen.

Interne krachten bij geweldloos verzet

De zwakte van onderdrukten ontstaat uit verschillende factoren, bv isolement. Geweldloos verzet pakt deze factoren aan en creëert zo de overgang van zwakte naar kracht. Naast het doorbreken van isolement zijn de volgende processen van belang in de aanpak van de zwakte van de onderdrukten:

1. Het bundelen van de krachten van het verzet
2. Het begrijpen van de afhankelijkheid van de heerser en van het arbitraire van zijn heerschappij
3. Het ervaren van de kracht om verzet te plegen
4. Het ontwikkelen van het gevoel moreel en persoonlijk sterk te staan
5. De voorbereiding op vergelding

Het bundelen van de krachten van het verzet

Primair doel van geweldloos verzet is het voorkomen van het uiteenvallen van de geweldloze partij. In de context van het gezin betekent dit dat een brug geslagen wordt tussen de 'harde' en de 'zachte' aanpak. In plaats van de botsing van deze krachten worden zij bij geweldloos verzet juist gebundeld. De 'zachte' ouder wordt aangemoedigd om niet meer opgeven waardoor de 'harde' ouder beter instaat zal zijn de harde houding te matigen. De 'harde' ouder wordt bewogen zijn harde opstelling te matigen waardoor de 'zachte' ouder meer instaat zal zijn weerstand te beiden tegen ze neiging om op te geven. Zo ontstaat een positieve spiraal waarin de krachten gebundeld raken.

Het begrijpen van de afhankelijkheid van de heerser en van het arbitraire van zijn heerschappij

Door de populariteit van de psychologie in onze cultuur wordt agressief en zelfdestructief gedrag van kinderen vaak gezien als onvermijdelijke reactie op trauma's of andere tekortkomingen bij het opgroeien van het kind. Deze benadering leidt tot de conclusie dat verzet van de ouders zinloos en zelfs schadelijk is en bovendien het kind tekort doet omdat deze begrip i.p.v. tegenstand verdient. Op de ouders heeft dit als effect dat zij hun kind als een 'zieke' gaan zien waardoor zij hun kind gaan voorzien van de middelen waarmee het zijn macht, territorium en vrijheid kan behouden. Hiermee wordt duidelijk dat het kind volledig afhankelijk is van de ouders: zonder instemming van hen en zonder de middelen die zij beschikbaar stellen is de kans dat het misbruik voort duurt klein. Hoe meer dit bewustzijn groeit bij de ouders hoe gemakkelijker het zal zijn over te gaan op geweldloos verzet.

De kracht ervaren om verzet te plegen

De eerste daden van geweldloos verzet van ouders leveren veelal direct een belangrijke verandering teweeg, zelfs al voordat er bij het kind sprake is van verandering. Het gevoel van machteloosheid wordt vervangen door het gevoel weer te bestaan als persoon en als ouder. De ervaring van het geweldloos verzet plegen blijkt vaak een keerpunt te zijn in het beeld wat ouders van zichzelf hadden.

Het ontwikkelen van het gevoel moreel en persoonlijk sterk te staan

Afzien van geweld bij verzet geeft degene die het verzet pleegt een gevoel voor eigenwaarde en morele superioriteit ten opzichte van de onderdrukker. In de relatie tussen ouders en kinderen is het van essentieel belang dat ouders het gevoel hebben moreel in hun recht te staan. Geweld van ouders tegen kinderen zorgt ervoor dat zij dit gevoel verspelen, niet alleen in hun eigen ogen maar ook in de ogen van hun kind en buitenstaanders.

Vorbereiding op vergelding

Degene die geweldloos verzet gaat plegen moet zich terdege voorbereiden op provocaties en uitingen van vijandschap door de onderdrukker. In de context van het gezin betekent dit dat de ouders zich goed moeten voorbereiden op wat komen kan en niet denken dat hun geweldloos verzet onmiddellijk tot een positieve reactie van hun kind zal leiden. De ouders moeten een schokbestendige houding ontwikkelen tegenover de provocaties en vijandigheden van hun kind. Met een dergelijke voorbereiding maken de ouders zowel aan zichzelf als aan hun kind duidelijk dat ze er iets voor over hebben om de strijd die ze aangaan te winnen. Het lijden van de ouders verandert zo van een betekenisloos bijproduct van uitputting en escalatie in een essentiële component van het veranderingsproces.

Zelfdiscipline in geweldloosheid

De onderdrukker zal bij confrontatie met geweldloos verzet proberen door provocatie en vijandigheid gewelddadige reacties uit te lokken bij degene die het verzet pleegt. Om bestand te blijven tegen dit uitdagen zijn naast de principes van geweldloos verzet niet-aflatende zelfdiscipline en leiding nodig. Ghandi definieerde drie factoren die de kans op gewelddadige reactie door de geweldloze activist helpen verkleinen:

1. Zorgvuldige voorbereiding: Hoe gedetailleerder de voorbereiding op de mogelijke reacties van de onderdrukker, hoe kleiner het gevaar dat de geweldloze activist afdrijft in de richting van geweld.
2. Ervaring met de geweldloze strijd: Ervaring met geweldloos verzet maakt de activist minder ontvankelijk voor provocaties; omgekeerd heeft iemand met weinig of geen ervaring supervisie en begeleiding nodig bij zijn eerste stappen in de geweldloze strijd om niet te vervallen in gewelddadig gedrag.
3. De beschikbaarheid van een geweldloos alternatief: Het zich bewust zijn van de geweldloze strijd als alternatief voor de gewelddadige strijd helpt de frustratie te overwinnen die vaak leidt tot het verliezen van de zelfbeheersing met geweld als gevolg.

Doelen van geweldloos verzet

De missie van geweldloos verzet is veranderingen teweeg brengen bij de tegenstander. In het kader van deze missie is het van groot belang concrete, realistische doelen te stellen met een korte termijn. Bij geweldloos verzet kunnen drie typen doelen worden gedefinieerd:

1. Een ommekeer in het kamp van de onderdrukker
2. Aanpassingen (bv groeiende bereidheid bij de onderdrukker tot een compromis)
3. Geweldloze dwang (voortzetting van de onderdrukking wordt onmogelijk)

Geweldloos verzet is op al deze doelen tegelijk gericht.

Respect voor de tegenstander en verzoeningsgebaren

Geweldloze verzetsdaden worden nog krachtiger indien zij vergezeld kunnen gaan van werkelijk respect voor de tegenstander, hoe moeilijk dat in de praktijk ook zal zijn. De tegenstander is namelijk niet eendimensionaal. Gebaren van respect en verzoening kunnen daarom positieve stemmen in het kamp van de tegenstander sterker maken. Aan de andere kant zou het tonen van disrespect en vernederend gedrag juist de gewelddadige stemmen aan invloed doen winnen.

Binnen de context van de ouder-kind relatie geldt dit nog sterker omdat in de meeste gevallen de ouder toch van het kind zal houden en daarmee gebaren van respect en verzoening ook gebaseerd zijn op echte gevoelens; deze gevoelens kunnen juist voeding geven aan positieve interacties.

Geweldloos verzet is een gevecht maar respect en verzoening zijn essentiële ingrediënten van een geweldloos gevecht.

Hoofdstuk 2: Escalatieprocessen

Bronnen van escalaties zijn:

- De strijd opgeven
- Dominantieoriëntatie (wie is de baas?)
- Emotionele opwinding (arousal)
- Ineffectief taalgebruik
- Polarisatie en wederzijds afstand nemen
- Gevangen zijn in vijandigheid

Bronnen van de-escalatie daarentegen zijn:

- Verzoeningsgebaren
- Bemiddeling

De strijd opgeven

Ouders geven toe voor de lieve vrede. Echter, toegeven is een bron van escalatie. Immers, toegeven kan leiden tot hogere eisen en extremer gedrag wat weer vraagt op meer toegeven. De escalatie is in eerste instantie complementair maar kan omslaan in een symmetrische escalatie als de ouder dusdanig gefrustreerd raakt dat hij zijn zelfbeheersing verliest. Geweldloos verzet geeft ouders de kracht om niet toe te geven doordat zij uit hun isolement treden, een eind te maken aan de geheimhouding en het besef te ontwikkelen dat de agressie van het kind niet een gegeven is waar ze het maar mee moeten doen.

Dominantieoriëntatie

Dominantieoriëntatie is de neiging van mensen relaties te bekijken in termen van de vraag "wie is de baas?". Als de ouders en het kind sterk gericht zijn op dominantie is de kans op escalaties erg groot. In de relatie tussen de ouders en het kind leidt gerichtheid op dominantie tot een sfeer van winnen en verliezen. Pogingen van beide kanten om te winnen veroorzaken escalatie. Het sturen van het gedrag van een kind door beloning en straf werkt daarom bij kinderen met een sterke dominantieoriëntatie vaak niet. Dit komt doordat als het kind zijn gedrag aanpast onder invloed van straf of beloning, hij dit ervaart als een nederlaag, een negatieve ervaring. De stappen van geweldloos verzet zijn zorgvuldig ontwikkeld en erop gericht ieder aanmatigend vertoon van autoriteit of van eisen dat de tegenpartij zich overgeeft te vermijden. Hand in hand met de 'wie is de baas' houding gaat de neiging zich te begeven in 'spelletjes van trots'. Dit zijn interacties die zijn gebaseerd op de aanname dat het eigen eergevoel is aangetast wanneer de ander geen respect toont. Deze aanname leidt ertoe dat de beledigde partij de ander probeert te dwingen haar gedrag te veranderen of de ander diep genoeg te kwetsen om de score weer in evenwicht te brengen. Geweldloos verzet biedt een alternatief voor de reactie op belediging en daarmee gekwetste trots. Door te kiezen voor geweldloos verzet laten de ouders het kind weten dat zij beledigingen niet passief ondergaan maar zich ook niet zullen laten provoceren tot vijandige escalatie. In plaats van te proberen de beledigingen te stoppen, vinden de ouders de bron van hun zelfrespect in hun eigen handelen.

Emotionele opwinding (arousal)

Hoe hoger de emoties bij de twee partijen in een conflictsituatie oplopen hoe groter het risico dat het conflict escaleert. Onderzoek heeft aangetoond dat als zelfs maar een van de partijen wat kalmeert, het risico op escalatie sterk verminderd. Sterke emotionele opwindning leidt bij ouders en kinderen in eerste instantie tot symmetrische escalatie. Echter, doordat ouders vaak erg schrikken van de intensiteit van hun eigen negatieve gevoelens en kinderen veel minder gaan ouders eerder opgeven waardoor complementaire escalatie ontstaat. De complementaire escalatie leidt vervolgens tot frustratie en boosheid bij de ouders die daardoor weer in een symmetrische escalatie terecht komen. Het is daarom aanbevelenswaardig om maatregelen van geweldloos verzet uit te stellen als de emotionele opwindning heel sterk is. Natuurlijk moeten ouders wel direct handelen om schadelijke activiteiten te stoppen maar disciplinaire of pedagogische maatregelen kunnen uitgesteld worden. Hoewel dit devies haaks staat op de regel in de gedragstherapie dat het gedrag van het kind onmiddellijk beloond of bestraft moet worden, is in de praktijk gebleken dat een uitgestelde reactie niet minder effectief is dan een onmiddellijke terwijl het uitstel wel de kans op escalatie verminderd.

Ineffectief taalgebruik

Voorbeelden van ineffectief taalgebruik zijn smeekbeden, verontschuldigen, 'redelijke' argumenten aandragen en met name bij adolescenten: preken. Adolescenten hebben een afkeer van moraliseren omdat zij dit zien als een poging hun identiteit te veranderen en het daarmee ervaren als zeer bemoeizuchtig. Ouders hebben vaak het gevoel dat er slechts twee alternatieven zijn om te reageren op de provocaties van de kant van het kind: scherp reageren of volledig negeren. Geweldloos verzet biedt een derde optie: de stilte van de ouderlijke aanwezigheid. Geconfronteerd met de provocaties van het kind ondernemen de ouders in stilte actie en geven daarmee uiting aan hun verzet zonder het contact te verbreken.

Polarisatie en wederzijds afstand nemen

Polarisatie is een proces waarin beide partijen elkaar steeds meer als tegenstander gaan ervaren. Polarisatie leidt er meestal toe dat de partijen zich van elkaar afsluiten, het contact verbreken en is als zodanig een bron van escalatie. Geweldloos verzet in het gezin is het tegendeel van alle soorten van contactbreuken. Ouders zetten hun aanwezigheid stevig neer, zij verzetten zich tegen het agressieve en zelfdestructieve gedrag van hun kind door er gewoon te zijn.

Een goede manier om polarisatie tussen ouders en kinderen te verminderen is het inschakelen van bemiddelaars. Vooral in tijden van crisis kan een bemiddelaar heel veel helpen.

Gevangen in vijandigheid

Naarmate de vijandigheid toeneemt, komen ouder en kind steeds meer klem te zitten en wordt de basis van hun relatie steeds smaller. De positieve aspecten van de relatie verdwijnen steeds meer en uiteindelijk blijft alleen het conflict over. Geëscaleerde vijandigheid leidt bij beide partijen tot het gevoel niet anders meer te kunnen handelen dan ze doen; ouder en kind zitten hierin gevangen. Geweldloos verzet neemt dit gevoel van gevangenschap bij de ouders weg door:

- Hen te bevrijden van de verplichting onmiddellijk te reageren
- Zelfinperkend gedrag (bv oog om oog) tegen te gaan
- Spelletjes van trots te neutraliseren
- Een positief alternatief te bieden waar voorheen slechts twee negatieve opties leken te bestaan

Verzoeningsgebaren en bemiddeling

Verzoeningsgebaren van de kant van de ouders kunnen (parallel met geweldloos verzet) bij een conflict de vijandigheid helpen verminderen en de basis van de relatie helpen verbreden. De ervaring leert dat het initiatief nemen tot een verzoenend gebaar helpt om het geweldloze verzet vol te houden: de verzoeningsgebaren bevrijden de ouders van de rol van 'slechterik'. Ouders kunnen ook een derde inschakelen voor het doen van een verzoenend gebaar. De verzoeningsgebaren werken de-

escalerend in geval van conflictsituaties. Ook het inschakelen van bemiddelaars is een methode om conflictsituaties te de-escaleren.

Hoofdstuk 3: Handleiding voor ouders

Inleiding

De handleiding voor ouders is een beschrijving van een proces waarmee ouders geweldloos verzet in de praktijk kunnen uitvoeren. Het proces bestaat uit acht interventies die onderling met elkaar samenhangen en elkaar ook onderling versterken, zodat een cumulatief effect ontstaat. Kort beschreven zijn de interventies:

1. De aankondiging: de ouders vertellen het kind dat zij niet met de huidige situatie verder willen.
2. Het doorbreken van de geheimhouding: de ouders gaan anderen betrekken bij de huidige situatie en regelen steun.
3. De sit-in: een van de ouders gaat letterlijk bij het kind zitten om te confronteren via aanwezigheid.
4. De telefoonronde: de ouders gaan contactpersonen van het kind bellen als het kind niet (op tijd) thuiskomt.
5. Volgen: de ouders gaan het kind letterlijk volgen als het kind niet (op tijd) thuiskomt en/of met 'verkeerde' vrienden omgaat.
6. De staking: de staking is een uitgebreide vorm van een sit-in die een aantal dagen in beslag neemt en waarbij gebruik gemaakt wordt van enkele helpers.
7. Bevelen weigeren: de ouders houden enerzijds op dingen te doen waartoe ze zich gedwongen voelen en anderzijds pakken zij activiteiten weer op waarvan zij het gevoel hebben dat ze verboden zijn.
8. Verzoeningsgebaren: de ouders maken verzoeningsgebaren naar het kind.

De aankondiging

De keuze voor geweldloos verzet wordt ingezet door het kind te vertellen dat zijn huidige gedrag niet langer wordt geaccepteerd, dat de ouders de omgeving gaan informeren over de huidige situatie en dat zij hulp gaan vragen. De aankondiging is een keerpunt voor het hele gezin. Op negatieve reacties van het kind op de aankondiging reageren de ouders met vastbesloten stilzwijgen, waarmee alvast getoond wordt hoe de ouders de komende tijd met het kind om zullen gaan.

De sit-in

De sit-in interventie is een van de eenvoudigste en duidelijkste manifestatie van geweldloos verzet. Met de sit-in wordt ouderlijke aanwezigheid kenbaar gemaakt zonder dat de zaak escaleert. Doel van deze interventie is het kind duidelijk te maken dat zijn/haar destructieve gedrag niet langer geaccepteerd wordt.

Concreet betekent deze interventie dat een van de ouders bij het kind in zijn/haar kamer gaat zitten, het kind confronteert met zijn/haar destructieve gedrag en vraagt om een voorstel om tot een oplossing te komen. De sit-in eindigt als het kind met een idee komt (mits het niet al in een eerdere sit-in geopperd is). Elke nieuwe positieve suggestie moet worden geaccepteerd zonder voorwaarden en/of waarschuwingen, zowel van de kant van de ouder als de kant van het kind. Als het kind niet met een idee komt, eindigt de sit-in na een uur waarbij de ouder duidelijk aangeeft dat er nog geen oplossing gevonden is.

Een sit-in kan het beste gedaan worden na een duidelijke manifestatie van destructief gedrag maar niet te snel daarna; een paar uur of mogelijk zelfs een dag.

Het doorbreken van de geheimhouding

Geheimhouding is een van de hoofdkenmerken van gezinnen met huiselijk geweld. Een heel belangrijk aspect van geweldloos verzet als manier van omgaan met extreem gedrag van kinderen is anderen betrekken bij wat er in het gezin gaande is. Het opgeven van de geheimhouding maakt meteen de weg vrij naar het inschakelen van steun en hulp. Ouders moeten de mensen die zij op de hoogte brengen van de situatie in het gezin, vragen contact te zoeken met het betreffende kind en het te vertellen dat zijn/haar gedrag onacceptabel is. Ze moeten ook duidelijk maken aan het kind dat zij de ouders zullen helpen te situatie in het gezin te veranderen. Het betrekken van buitenstaanders opent ook de mogelijkheid tot het inschakelen van bemiddeling, een goede interventie voor de-escalatie.

De telefoonronde

Als het kind te laat thuiskomt, weigert te vertellen waar hij/zij is of van huis wegl loopt is de telefoonronde een manier om ouderlijke aanwezigheid en geweldloos verzet te tonen. De telefoonronde houdt in dat de ouders een aantal van te voren bepaalde contactpersonen van het kind opbellen en hen vertellen dat zij ongerust zijn over de afwezigheid van hun kind en zich zorgen maken. Contactpersonen zijn vrienden/vriendinnen van het kind, hun ouders en mogelijk medewerkers/eigenaren van uitgaansgelegenheden. De ouders maken een lijst met zoveel mogelijk contactpersonen en in de telefoonronde worden deze mensen systematisch gebeld.

De telefoonronde dient een aantal doelen:

- Uiting van ouderlijke aanwezigheid
- Uitvinden waar het kind zich bevindt
- Collectieve druk uitoefenen op het kind om naar huis te komen
- Bemiddeling mogelijk maken en daarmee de-escalatie
- Het kind weer thuis krijgen

Volgen

Volgen van het kind kan plaatsvinden als de telefoonronde de verblijfplaats van het kind opgeleverd heeft maar het kind weigert om naar huis te komen. Het volgen heeft als doel het contact met het kind te herstellen wanneer hij/zij het ouderlijk toezicht probeert te ontlopen. Met het volgen wordt opnieuw de ouderlijke aanwezigheid getoond aan het kind.

Het volgen kan een goede interventie zijn in de volgende situaties:

- Het kind is van huis weggelopen
- Het kind komt niet op de afgesproken tijd thuis of is gedurende een lange periode van de dag onvindbaar
- Het kind gaat met 'verkeerde' vrienden om

De staking

De staking is een extreme vorm van een sit-in. Het is een interventie die geschikt is na een bijzondere crisis (bv thuisgebracht na weglopen, fysiek geweld tegen ouders of andere gezinsleden, opgepakt zijn voor criminele activiteiten). Een staking neemt enkele dagen in beslag (doorgaans drie) en moet een overgangsrитуeel worden: een gebeurtenis die aangeeft dat er een keerpunt is aangebroken. De situatie na de staking zal anders zijn dan daarvoor. De staking wordt aan zoveel mogelijk mensen uit de omgeving van het gezin bekend gemaakt en deze mensen worden ook gevraagd om mee te doen en te helpen een oplossing te vinden. Aan het einde van de staking wordt een verslag gemaakt dat onder alle deelnemers wordt verspreid. Dit verslag is niet bedoeld als contract maar als overgangsrитуeel.

Bevelen weigeren

Tussen ouders en een kind met destructief gedrag is een status quo gegroeid waarin de ouders zich gedwongen voelen bepaalde dingen te doen en andere dingen te laten. Het veranderen van dit gedrag dient verschillende doelen:

- Gewoonte van automatische gehoorzaamheid doorbreken
- Zich bewust worden van de macht die het kind over de ouders heeft
- De vrijheid van de ouders vergroten

Deze interventie is een reactie op zaken die regelmatig voorkomen, dit in tegenstelling tot de sit-in, telefoonronde en staking die reacties zijn op minder voorkomende gebeurtenissen.

Bevelen weigeren kan op twee fronten ingezet worden:

1. Weigeren diensten te verlenen: alle onnodige diensten stoppen die worden afgedwongen of die als vanzelfsprekend aangenomen worden
2. Taboes doorbreken: activiteiten ondernemen die vermeden werden vanwege een veto van het kind

Verzoeningsgebaren

Verzoeningsgebaren zijn een aanvulling op geweldloos verzet. Zij bieden de mogelijkheid aan ouders om hun liefde voor het kind te tonen en tegelijkertijd geweldloos verzet te plegen. Zij helpen de relatie met het kind te verbreden en leiden weg van het gevangen zijn in vijandschap. Verzoeningsgebaren werken de-escalerend.

Voorbeelden van verzoeningsgebaren zijn:

- Uiting geven aan de waardering en respect voor het kind, zijn/haar talenten en kwaliteiten (mondeling of schriftelijk)
- Extraatjes, zoals lievelingseten of symbolisch kado
- Een gezamenlijke activiteit voorstellen
- Spijt betuigen over eigen agressieve reacties in het verleden

Seaske Verbeek