

# Signaleren van Oudervervreemding / Ouderverstoting / Ouderonthechting/PAS

Bovenstaande termen betekenen allemaal hetzelfde. PAS is de Engelse term. In dit artikel gaat het om die ene ouder die verstoten zijn, of worden, waarin de andere ouder (meestal de verzorgende ouder) een kwalijke rol speelt. Oudervervreemding, zo zal ik het verder in dit artikel noemen, overkomt vaders zowel als moeders.

## Alleen maar verliezers

Het is een groot drama voor die ouder die vervreemdt wordt, maar uiteindelijk zijn er alleen maar verliezers. Een kind verliest namelijk zijn/haar andere ouder en diegene die het vervreemdende gedrag vertoont loopt een levensgroot risico dat een kind later gaat inzien wat er gebeurd is en dan voor die vervreemde ouder kiest, dus tégen de verzorgende ouder.

## Kind manipuleren tot een keuze

Voor de verzorgende ouder is het heel gemakkelijk om een kind zodanig te manipuleren dat het gaat kiezen voor die ouder waar een kind het meest verblijft. Een kind is geneigd om negatieve opmerkingen van hun ouders (of andere volwassenen) over te nemen. Als de verzorgende ouder tegen haar/zijn kind zegt: “jouw moeder/vader geeft niks om jou, hij is altijd een egoïst, leugenaar of ..... geweest” dan gaat een kind dat napraten, ook al weet een kind nauwelijks wat een egoïst is. als er dan later ruzie ontstaat over een afspraak dan wordt het misverstand zodanig uitvergroet/gebruikt dat die andere ouder weer in het verdomhoekje komt. Zo “bewijst” de verzorgende ouder dat hij/zij gelijk heeft. Een kind ziet dat niet.

## Vervreemdend/manipulatief gedrag

Voor de verzorgende ouder is het makkelijk om een kind dingen wijs te maken:

\*het kind mag beslissen wanneer het zijn/haar andere ouder wil zien, hetgeen

betekent dat het kind

zodanig beslist dat de moeder tevreden is.

\*de verzorgende ouder overdrijft de tekortkomingen van de andere ouder en die andere ouder krijgt

geen kans meer om de werkelijkheid te tonen; alles wat vader doet is slecht, van hobby's tot

vrienden en tot werk. Het kind voelt dat het een keuze moet maken, een ook weer zodanig dat

het zijn/haar verzorgende ouder tevreden houdt. Ook wordt het kind verteld dat het bij die andere

ouder onveilig is.

\*alle herinneringen aan de vervreemde ouder worden uit huis gehaald.

\*brieven, kaarten en pakjes worden niet afgegeven aan het kind, dus het kind denkt dat die

andere ouder echt niks om hem geeft, niet aan hem/haar denkt.

\*verdachtmakingen/valse beschuldigingen in verband met incest en mishandeling/misbruik en/of

fysiek geweld worden ingezet.

\*veelvuldig een excuus bedenken op de dagen dat die andere ouder het kind bij zich behoort

te hebben (sportclubjes plannen, uitjes plannen in de weekends dat het kind bij de andere

ouder verblijft).

\*na ieder verblijf bij de andere ouder wordt het kind onderworpen aan een (kruis)verhoor,

waardoor het kind het ook niet meer prettig/fijn vindt om naar de andere ouder te gaan.

Gelukkig gebeurt dit niet allemaal en in elk geval van oudervervreemding, maar op deze manier

kan de verzorgende ouder de omgang en de positie van het kind ten aanzien van de andere

ouder aardig verzieken en dus negatief beïnvloeden.

## **Bewust/onbewust manipuleren**

Niet alle verzorgende (vervreemdende) ouders zijn zo bewust met “manipuleren” bezig. Vaak spelen er ook onbewuste dingen mee, zoals; de angst voor verlies/liefde/aandacht van het kind, de angst of de eigen pijn t.a.v. de ex-partner, oude trauma's uit het (eigen) verleden kunnen een rol spelen. Ook de omgeving (familie, vrienden) spelen een niet onaanzienlijke rol bij dit soort kwesties. In plaats van de vervreemdende ouder er op attent te maken dat diegene niet “goed bezig is in het belang van het kind” doen zij in feite ook mee aan het fenomeen oudervervreemding, door het ‘wegkijken’ van de ontstane situatie.

Vaak beseffen de vervreemdende ouders wel dat er eigen belang zit bij het dwarsbomen van het contact met de andere ouder, maar kunnen zij daar zoveel zogenaamde “goede” argumenten voor vinden dat ze het zelf zijn geloven. En die goede argumenten zijn er soms ook echt. Maar veel vaker ook niet, dan komen we uit bij bepaalde stellige, (negatieve)overtuigingen van de verzorgende ouder die alleen met de juiste therapie/ondersteuning kunnen worden omgezet naar in ieder geval een neutrale kijk op de andere ouder. Het is mijn inziens een zeer lastig fenomeen waarbij de vervreemdende ouder, vaak uit pure onmacht, soms tot gekke dingen in staat is. Dat dit uiteindelijk niet in het belang van de kinderen is, zal niemand verbazen. Helaas gebeurt dit fenomeen, genaamd oudervervreemding, veel.

# **PAS/Oudervervreemding/Ouderverstoting/ Ouderonthechting**

Stapsgewijs;

- de verzorgende (de vervreemdende) ouder zendt signalen uit
- kind huult , is afwerend, als andere ouder verschijnt
- toename van angst en zorg bij verzorgende ouder
- vervreemdende ouder wordt boos
- bevestiging zorg van verzorgende ouder
- de andere ouder zet gerechtelijke stappen
- haat en angst verzorgende ouder nemen toe
- kind voelt spanning en reageert

## **Hoe voorkom of stop je oudervervreemding?**

Waar de oplossing zit? Er zijn verschillende voorbeelden van hoe het soms wordt opgelost. Dan denk ik vooral aan de omgeving van beide ouders die een positieve invloed kunnen uitoefenen. Maar voorop staat: het leren herkennen, signaleren van de signalen van een beginnende oudervervreemding. Bovenstaande punten geven al een reëel beeld van het fenomeen oudervervreemding. Door niet weg te kijken van familie, vrienden of bang te worden voor een (boze, gekwetste) reactie van de vervreemdende ouder, kan al veel leed voorkomen worden.

Te vaak gebeurt het dat ondanks allerlei juridische procedures het proces van oudervervreemding niet te stoppen is. Dat kan te maken hebben met de zorg dat het kind mogelijk nog meer beschadigd raakt als het contact afgedwongen moet worden. Het kind kan soms nog erger klem komen te zitten tussen beide ouders, zo vreest men. Niemand heeft op dit moment dé oplossing voorhanden. We weten alleen één ding: dit mag niet gebeuren en toch gebeurt het. En iedere keer dat het gebeurt is er één teveel.

Bron: Nellie Timmermans, Stief-gezin

## **Schadelijke gevolgen voor kinderen op korte termijn**

Korte termijn effecten van het kind zijn onder andere

- ~internaliserend gedrag: verdriet, zich in zichzelf keren, slapeloosheid of
- externaliserend gedrag: woede
- ~het minder goed doen op school en/of psychologische hulp nodig hebben
- ~angstig zijn (zich vastklemmen aan de verzorgende ouder)
- ~verward zijn (ze ervaren tegenstrijdige gevoelens jegens de ouder die wordt vervreemdt).

Deze effecten lijken vaak te verdwijnen wanneer het kind een keuze tussen de ouders maakt, er ontstaat immers een tijdelijke vermindering van onrust in het verzorgende thuisgezin .

Bij heftige conflicten wordt nogal eens door de hulpverlening aan de vervreemdende ouder aanbevolen om zich terug te trekken zodat het kind tot rust kan komen. Inmiddels is deze visie gelukkig achterhaald.

De kinderen van de groep vervreemde ouders rapporteren juist dat de vervreemde ouders zo (onbedoeld) bijdragen aan de ouderonthechting; zij ervaren deze terugtrekking als passief en onbetrokken gedrag. Met deze rust krijgen de ouders die het kind vervreemden (schijn)rust. Dat geeft een zekere ontspanning voor het kind. Maar tegelijkertijd wordt het kind een ouder ontnomen, deze schijnrust leidt tot een blijvend gevoel van onrust bij het kind. Kinderen zien ook dat de vervreemde ouders zich geen rol meer weten te geven in de opvoeding. Ze ervaren dat deze groep vervreemde ouders extreem inschikkelijk gedrag vertonen of zich juist emotioneel van hen distantiëren. Deze groep (van vervreemde ouders) geven juist aan dat hun inschikkelijkheid voortkomt uit angst het kind boos te maken en zo kwijt te raken. Zij ervaren dat het kind (en op de achtergrond de verzorgende en vervreemdende ouder) de controle heeft overgenomen en voelen zich hierin machteloos.

## **Schadelijke gevolgen voor kinderen op de lange termijn**

Lange termijn effecten van het kind zijn onder andere:

- ~een hoge mate van gedrags- (boosheid en manipulatie)- en psychosomatische problemen.
- ~een hogere mate van depressie, angst en middelenmisbruik en onveilige hechting.
- ~minder zelfwaardering, zelfvertrouwen en copingsvaardigheden.
- ~minder vertrouwen in anderen, en in het onderhouden van relaties.
- ~minder hoge opleiding of carrière.
- ~een beschadigde identiteit (internaliseren van de emotie en gedachten van de verzorgende ouder).
- ~transgenerationale overdracht: volwassenen die als kind een ouder hebben vervreemdt ,  
lopen een grotere kans na een eigen scheiding zelf vervreemdt te worden.

## **Veel voorkomend gedrag van een kind ten opzichte van vervreemde ouder**

Wanneer kinderen zonder gegronde redenen voor één ouder kiezen en de andere ouder buitensluiten, spreken we van oudervervreemding/ouderverstoting/ouderonthechting/PAS.

Het vervreemde kind:

- ~vertoont denigrerend gedrag jegens de vervreemde ouder en spreekt daar kwaad over.

- ~heeft daarvoor geen (zwaarwegende) redenen als misbruik, mishandeling of verwaarlozing.
- ~vertelt alleen nare dingen over de vervreemde ouder en alleen mooie over de verzorgende ouder.
- ~geeft aan dat het zélf tot de beslissing is gekomen om geen omgang meer te willen.
- ~kiest reflectief voor de vervreemdende, verzorgende ouder bij ruzie/meningsverschil tussen de ouders.
- ~laat niet zien dat het zich schuldig voelt over het denigrerende gedrag jegens de vervreemde ouder
- ~heeft kennis over de afwikkeling van de scheiding of gebruikt woorden die niet bij de leeftijd van het kind horen.
- ~wil ook niet meer naar de familie en vrienden van de vervreemde ouder.

Een eenvoudige tool om te onderzoeken of sprake is van oudervervreemding, is het kind te bevragen

hoe het over beide ouders denkt: kan het goede en minder goede eigenschappen van beide ouders benoemen? Zo niet, dan is de kans groot dat het kind vervreemdt raakt of is.

bron: reader ouderonthechting, Heleen S. Koppejan-Luitze, psychologiepraktijk Hechtscheiden.

## **Nawoord:**

scheiden is een zwaar emotioneel verhaal tussen exen, maar een kind ligt niet in scheiding met zijn of haar ouders. Ook niet bij een eventuele jarenlang durende nasleep van een scheiding. Hoe diep gaat haat en wat is het tekort aan zelfinzicht als je je kind de omgang met een ouder ontzegt vanuit eigen woede? Deze ouder die het kind weghoudt bij de andere ouder heeft alle zicht op de belangen (welzijn) van het kind verloren en zelf hulp nodig om met boosheid, verdriet en wraak te leren omgaan. Dat is de pijn van deze ouder, niet die van het kind.

Extreme omstandigheden als (aangetoonde) incest, fysiek geweld alsmede psychische mishandeling en/of verwaarlozing zijn natuurlijk niet in het belang van het kind. Maar dan is er hopelijk wél hele goede begeleiding.

Herken je een situatie uit deze blog die op jouw situatie van toepassing is, of weet je iemand bij wie oudervreemding / ouderonthechting speelt, stuur deze blog dan door. Mogelijk kan deze blog hem of haar uitkomst bieden.

Wil je informatie over oudervreemding / ouderonthechting of wil je meer tips en / of adviezen?

Neem dan contact met me op, ik help je graag.

Warme groet,

Diny Braak

[www.mediationverbint.nl](http://www.mediationverbint.nl)

MFN / ADR registermediator / expertSCHIP-mediator/behandelaar / Scheidingscoach ?  
begeleider parallel solo-ouderschap

Mobiel 06-42523438

## **Enkele ervaringsverhalen (als reactie) op deze blog;**

Heel goed artikel. Heel herkenbaar. Goed dat je ook aangeeft dat de ouder die manipuleert daar vaak zelf niet bewust van is/ook niet per se bewuste keuzes in maakt. Ik voel mij als een verstoten ouder, maar in hoeverre manipuleer ik zelf ook? Het is héél moeilijk om je kinderen niet in een loyaliteitsconflict te brengen. Een open vraag die betrekking heeft op de andere ouder kan door de kinderen al worden opgevat als kritiek op die ouder. Een kind wil in principe een goede relatie met beide ouders, maar onder druk (onbewuste/bewuste manipulatie) zal een kind dat minder makkelijk omgaat met die spanning kiezen voor één ouder, meestal de verzorgende ouder waar het kind het meest verblijft. De andere ouder is dan zo goed als verloren....het kopje 'hoe voorkom of stop je oudervervreemding?' suggereerde bijna alsof ik er een antwoord op zou krijgen, maar helaas is daar geen eenvoudige, kant en klare oplossing voor. Manipuleren van kinderen is ook makkelijker dan je op het eerste oog zou verwachten. Mij wordt verteld te vertrouwen op de band die ik toch met mijn kinderen heb en dat er zo'n band zal blijven. Het enige dat ik probeer te blijven doen is het contact met de moeder goed te houden, open kaart te spelen, mijn zorg voor de kinderen te delen (alles doen om voor hen het vermorzelende gevoel tegen te gaan samen!) en ook wel los te laten. Mijn kinderen zijn inmiddels al wat ouder en zelfstandiger. Niet dat ze daarom minder vatbaar zijn voor manipulatie, maar toch maken ze op diverse vlakken al veel minder hun 'eigen'(of ingefluisterde) keuzes. Ik heb niet meer zo'n opvoedende rol in het leven van mijn kinderen, maar hoop wel dat ik wel een goede band met ze blijf houden. Het valt me ook op dat manipulatie nauwelijks aan te tonen is. Het zijn allemaal indirecte aanwijzingen die erop duiden dat het gebeurt. De moeder van mijn kinderen is bijvoorbeeld een held in het spelen van de slachtofferrol. Allerlei zaken waarvoor ze zelf koos en die achteraf niet goed uitpakken worden in de beleving van mijn kinderen mijn schuld. Om maar een voorbeeld te noemen. Kosten voor de kinderen enorm overdrijven, zielig doen over hoe ze tekort komt, maar geen verantwoording wensen af te leggen over die uitgaven. Dat gevoel van tekort komen wordt vervolgens op de kinderen overgedragen, waardoor zij mij zien als iemand die niet wil delen.... Het blijft heel lastig.

Erik, een vader.

Heftig om te lezen nu ik er voor mijn gevoel midden in zit. Mijn gevoel zegt me dat ik niet aan mijn oudste dochter (12) moet trekken maar ik vind het vreselijk lastig. Herkenbaar ook dat er gezegd wordt dat vader het beste met z'n kinderen voor heeft want dat gevoel heb ik ook echt. Het is zo jammer dat we daarin als ouders elkaar gewoon niet bereiken. Machteloos.

Yvonne, een moeder.

Machteloos als je aan de kant staat om beschuldigd te worden voor oudervervreemding en dat je tijdens een rechtszaak te horen krijgt dat de kinderen volledig naar vader zouden moeten om moeder een lesje te leren. Het juridisch spel zeggen ze dan. Maar ten koste van heel veel, zoveel dat repareren onmogelijk begint te lijken en er twee kinderen toekijken. Machteloos, want mijn intentie is maar op één ding gericht. De kinderen alle liefde geven die ze verdienen. Beide ouders zijn verantwoordelijk voor het ouderschap en de band met hun kinderen. Irma, een moeder die vervreemdt.