

ESCALATIE

VAN CONFLICTEN VERMIJDEN



Wat gebeurt er in uw gezin?

- Wie heeft de controle?
- Wie gaat winnen?
- Waar gaat dit naartoe?
- Hoeveel kunt u nog verdragen?
- Hebt u er genoeg van?
- Voelt u niet meer dat u van uw pleegkind houdt?
- Voelt het aan alsof u uw pleegkind verliest?
- Bent u bang dat iemand gekwetst wordt?
- Wilt u de situatie veranderen?
- Bent u klaar voor Geweldloos Verzet?

Tekst: Frank Van Holen, Johan Vanderfaillie en Femke Vanschoonlandt
Illustraties door Ben Seys, www.benseys.com

Een meer diepgaande beschrijving vindt u in het boek van Haim Omer 'Geweldloos verzet in gezinnen'. Een nieuwe benadering van gewelddadig en zelfdestructief gedrag van kinderen en adolescenten, uitgegeven door Bohn Stafleu van Loghum.

Deze werkmap vormt een onderdeel van 'Pleegouders Versterken in Opvoeden – module Geweldloos Verzet', een intensief ondersteuningsprogramma voor pleegouders, ontwikkeld door de Vrije Universiteit Brussel en de Vlaamse diensten voor pleegzorg, met steun van het Agentschap Jongerenwelzijn.

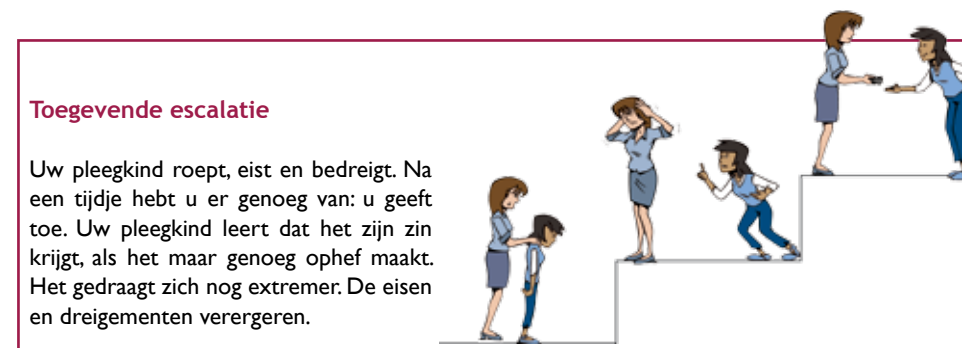
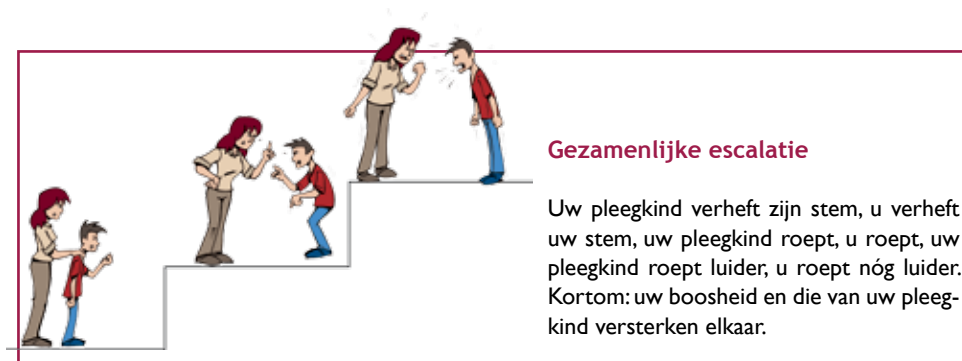
Wat is er eigenlijk aan de hand?

Uw pleegkind slaagt erin om telkens weer uw gevoelige snaar te vinden. Het blijft de confrontatie opzoeken en drijft u zó ver dat u ongewild toegeeft, heel erg boos wordt, en misschien zelfs uw zelfcontrole verliest. U had zich het pleegouderschap anders voorgesteld...

Ruzie, ruzie, en nog eens ruzie. Het blijft maar duren – net als een trein die niet kan stoppen. De situatie loopt echt uit de hand. Er wordt gescholden, geroepen, getrokken of geslagen.

U doet uw best. Maar zonder het te beseffen, maakt u de situatie misschien erger. Uw manier van reageren heeft een directe invloed op wat er gebeurt.

Hoe escaleert de confrontatie tussen u en uw pleegkind? Er zijn twee herkenbare patronen: de *gezamenlijke* en de *toegevende* escalatie.



Twee pleegouders, twee manieren van reageren

Soms gebruikt de ene pleegouder het eerste patroon (gezamenlijke escalatie), en de andere pleegouder het tweede patroon (toegevende escalatie). Pleegouders kunnen ook heen en weer geslingerd worden tussen vechten en toegeven, en de patronen afwisselen.

Hoe vaker u toegeeft, hoe bozer u wordt. En dan is een uitbarsting niet meer veraf. Gevolg? U wordt banger en bent *nóg* meer geneigd om toe te geven. Dit is heel verwarrend voor uw pleegkind, en het maakt de situatie er niet beter op. Uw huis lijkt meer en meer op een slagveld. Het kleinste meningsverschil kan al tot een uitbarsting leiden.

Geweldloos Verzet leert u op een andere manier met uw pleegkind omgaan. Zo maakt u een einde aan ernstig probleemgedrag en voorkomt u de escalatie van geweld. Ervaring en onderzoek tonen aan dat deze methode heel goed werkt.

Geweldloos Verzet legt de nadruk niet langer op het gedrag van uw pleegkind, maar op wat u als volwassene kunt doen. Want het is een illusie om controle te hebben over een pleegkind. Een pleegkind heeft geen knopje waarop u drukt zodat het doet wat u wilt. Sterker nog, zelfs als het pleegkind lijkt te gehoorzamen, dan nog hebt u geen controle over zijn gedachten en gevoelens. We hebben als volwassene alleen controle over onszelf. In het hele programma ligt de focus op wat u zelf kunt doen, en niet op wat u van uw pleegkind verwacht. De boodschap die het pleegkind krijgt is: "Ik kan jou niet verplichten om te doen wat ik zeg, maar ik kan je wel in de gaten houden, en ik zal weerstand bieden aan jouw negatief gedrag!"

De belangrijkste principes van Geweldloos Verzet:

- tegen iedere vorm van gewelddadig, risicovol of antisociaal gedrag duidelijk stelling nemen;
- lichamelijk of verbaal geweld absoluut vermijden;
- uw positieve aanwezigheid in het leven van uw pleegkind verhogen.

Uw devies als pleegouder wordt:

"Op deze manier willen wij niet verder samenleven. Wij zullen alles doen wat in ons vermogen ligt om de situatie te veranderen. Behalve jou lichamelijk of verbaal aanvallen!"

Wat moet u doen?

- rustig blijven;
- stoppen en nadenken;
- positief blijven;
- de tijd nemen om uw reactie voor te bereiden;
- niemand veroordelen;
- uw pleegkind vertellen dat u dit doet omdat u hem* graag ziet;
- zacht en vastberaden zijn;
- doorzetten;
- weerstaan aan het geweld;
- geloven dat het beter kan gaan.

Wat moet u *niet* doen?

- snel reageren;
- te veel praten;
- ruzie maken;
- preken;
- bedreigen;
- uw stem verheffen;
- sarcastisch zijn;
- beschuldigen;
- pijnlijke zaken zeggen;
- agressieve lichaamstaal gebruiken.

Uw devies als pleegouder wordt:

"Wij moeten niet winnen, wij moeten alleen volhouden!"

* De werkmap is toepasbaar voor zowel jongens als meisjes. Toch verwijzen wij in de folders steeds met 'hij' of 'hem' naar het pleegkind. We doen dat om onze taal eenvoudig leesbaar te houden.

Maak hier uw eigen lijst met wat u moet doen en wat u moet proberen vermijden.

Moelijk? Vraag raad aan uw hulpverlener. Hij zoekt samen met u naar alternatieven om weerstand te bieden aan de provocaties van uw pleegkind, zónder te escaleren.

This image shows a full page of white paper with ten horizontal dashed lines, evenly spaced from top to bottom. These lines are typical of primary-ruled notebook paper used for teaching handwriting or basic writing skills. There are no margins, text, or other markings on the page.

