

Trajectbemiddeling: mensen helpen weloverwogen kiezen voor hun weg in de scheidingssituatie

Vicky Maes

Partners in scheiding komen op allerhande manieren en met verschillende verwachtingen bij een bemiddelaar terecht. We mogen er als bemiddelaar niet vanuit gaan dat zij beiden voor een scheiding kiezen, weten wat trajectbemiddeling inhoudt en hier bewust voor kiezen. Noch mogen we hen trachten te overtuigen dat bemiddeling de beste manier is om hun situatie aan te pakken. Volgens het recente IPOS-onderzoek¹ is het voor een 'goed' scheidingstraject cruciaal om een gevoel van autonomie en controle te hebben; 'een goed beslist traject, is een goed traject' (Buysse, 2011, p. 26). Om scheidingstrajecten te optimaliseren moeten we maximaal voor participerende, actief geïnformeerde en zelfbeslissende mensen gaan (Buysse, 2011, p. 30). Elke bemiddeling moet dus starten met het verkennen van de situatie en het onderhandelen over een oplossingsweg of traject. Er moet een keuze gemaakt worden voor de manier waarop het conflict opgelost zal worden (bijvoorbeeld: in overleg of een derde beslist), binnen welk kader en met welke dienstverlener(s) (De Meyer & Dammans, 2013).

Het doel van de eerste bemiddelingsgesprekken is dan ook het creëren van een samenwerkingscontext waarin mensen greep krijgen op hun situatie en weloverwogen kunnen kiezen voor een manier om hun situatie

1 Interdisciplinair Project voor de Optimalisatie van Scheidingstrajecten. Voor meer informatie: www.scheidingsonderzoek.be

aan te pakken. Met het oog op het creëren van deze context heeft de bemiddelaar een waaier aan mogelijke interventies, waarbij het erkennen van het zelfbeeld van (ex)-partners door het benoemen van last en inzet fundamenteel is.

Aan de hand van een casus illustreer ik het belang om bij trajectbemiddeling met het emotionele en relationele aan de slag te gaan. Ik beperk me in deze bijdrage tot interventies op het domein van het (ex-)partnerschap gezien de hevige emoties die beide partners in dit prille stadium van de scheiding ervaren. Vaak wordt ouderschap pas bespreekbaar als (ex-)partnerschap een plaats heeft gekregen.

De trajectbemiddeling nam bij Cedric en Erica drie gesprekken in beslag. Achteraf bekeken lag de focus per gesprek achtereenvolgens op het maken van een kader voor samenwerking, het greep krijgen op de situatie en het kiezen voor een oplossingsweg. Hoewel deze drie aspecten niet altijd zoveel ruimte en tijd vereisen, is het mijn overtuiging dat het essentiële voorwaarden zijn voor het eventuele verdere verloop van elke bemiddeling.

Een context voor samenwerking

Volgende aanmelding van een collega-hulpverlener komt per e-mail bij mij binnen: 'Cedric en Erica zijn gehuwd en wonen momenteel nog samen. Er zijn twee minderjarige kinderen. Beiden zijn akkoord om te scheiden en beiden zijn akkoord om dit te proberen via bemiddeling. Ik heb beide mensen aan de telefoon gehad en een korte uitleg over bemiddeling gedaan. Ik heb hen een afspraak bij je gegeven.'

Een veertiental dagen later vindt ons kennismakingsgesprek plaats. Zoals steeds schets ik dat we in het gesprek samen op zoek kunnen gaan naar wat hen verder zou kunnen helpen en vraag ik of ze iets over hun huidige situatie willen vertellen. Cedric neemt het woord: 'We hebben al twintig jaar een relatie. Twee maanden geleden gaf Erica de boodschap de relatie te willen stoppen.' Cedric krijgt het zichtbaar moeilijk en stopt met pra-

ten. Erica neemt aarzelend over: 'Voor mij loopt onze relatie al jaren niet meer goed. We zijn fundamenteel verschillend. Ik kan zo niet meer verder.' Cedric: 'We zijn al meer dan de helft van ons leven samen en hebben erg goede momenten gehad, ik wil niet scheiden.' Ook Erica huilt nu.

Mijn taak als bemiddelaar is om beider zienswijzen over de situatie scherp te krijgen en hen te informeren over de verschillende oplossingswegen, zodat zij hun aanpak kunnen kiezen. Maar op dit ogenblik blijkt er nog geen sprake van een veilige samenwerkingscontext en besluit ik de situatie voorzichtig verder te verkennen. Hun standpunten lijken anders dan wat ik via mijn verwijzende collega hoorde: Erica wil scheiden, Cedric wil het huwelijk verder zetten. Achter Erica's woorden zou ook een andere betekenis kunnen schuilgaan. Erica's boodschap en stap naar een bemiddelaar zou een signaal kunnen zijn om aan Cedric duidelijk te maken dat het op deze manier echt niet meer verder kan. Scheiden is hierbij slechts één mogelijke oplossing. Ook op andere manieren, bijvoorbeeld relatietherapie, zou er aan verandering kunnen gewerkt worden. Verdere exploratie van hun posities is dus noodzakelijk. Mijn hypothese is dat beiden op dit ogenblik overspoeld worden door gevoelens en zich relationeel erg benadeeld en machteloos voelen. Ik tracht daarom in eerste instantie werk te maken van het verduidelijken van hun situatie op een manier dat beiden zich serieus genomen voelen. Belangrijk hierbij is om ruimte te scheppen waar hun verschillen naast elkaar kunnen staan en om in de formulering steeds zorgzaam naar beiden te zijn.

'Jullie zijn al zo jaar samen, wat op zich al een prestatie is en waarvoor jullie ongetwijfeld allebei hard jullie best gedaan hebben, anders lukt dat niet. Het feit dat dit nu zo niet meer lijkt te werken voor Erica moet jullie, denk ik, allebei erg teleurgesteld, verdrietig, angstig, misschien zelfs boos en zeker radeloos maken?'

Cedric vraagt hierop: 'Bent u gehuwd, heeft u kinderen?' Ook Erica kijkt me vragend aan.

Ik interpreteer Cedrics opmerking als een bezorgdheid naar degelijke hulp voor beiden en tracht hun emoties te normaliseren.

Ik vraag of hij bang is dat ik hen niet goed zal kunnen helpen als ik niet gehuwd ben en kinderen heb. 'Nee, ik ben bang dat je ons niet begrijpt.' Ik zeg dat het als buitenstaander inderdaad onmogelijk is om hun soms tegenstrijdige, verwarrende en overspoelende gevoelens, die meer dan normaal zijn, volledig te verstaan. Misschien willen ze wat meer over hun relatie vertellen zodat ik hen wat beter kan begrijpen?

Ik besluit hen de ruimte te geven om meer over hun geschiedenis samen te vertellen. Hoewel ik overweeg dat dit ons misschien afleidt van ons doel, de keuze voor een traject, zie ik het toch als een kans om aan een context waarin zij kunnen samenwerken te sleutelen. Het is hierbij zeker niet mijn bedoeling om therapeutisch te werken; ik zie het gesprek rond de relationele geschiedenis als een middel om aan de bemiddelingscontext te werken.

Tijdens hun relaas vervallen Cedric en Erica al snel in verwijten en schuldvragen. Ik probeer het gevecht om het gelijk om te buigen naar een meer complex contextgesitueerd verhaal waar beider visies evenwaardig naast elkaar kunnen staan (De Meyer, 2007). En herkader waar mogelijk hun verschillende visies als een uiting van inzet vanuit hun specifieke context. Dit is gezien het verschil, de last en kwetsuren, niet makkelijk.

Ondanks de verschillen en moeilijkheden merk ik de inspanningen van beiden voor het behoud van de relatie en voor het welzijn van de kinderen. Ook treft mij hoeveel druk de afgelopen jaren op hun relatie heeft gestaan, enerzijds door de houding van hun (schoon)ouders en anderzijds door een aanslepende burenruzie met jarenlange juridische procedures.

Door de erkenning van ieders particuliere last en van de gedeelde last wordt een meer genuanceerd verhaal geconstrueerd. Dit bevordert een sfeer van wederzijds begrip waarin beide cliënten zich in hun zelfbeeld gerespecteerd voelen (De Meyer, 2007). Dit uitte zich als volgt:

Erica: 'Ik weet dat Cedric me graag ziet, dat hij altijd goede bedoelingen had en nu alles zou doen om te veranderen.' Cedric: 'Ik voel dat Erica het al lang moeilijk heeft, dat ze toch haar best gedaan heeft om het thuis te

laten werken, dat ze bezorgd is om mij en dat we beiden het beste voorhebben met de kinderen.'

Ik kom terug op Cedrics opmerking aan het begin van het gesprek. Ik vraag of beiden nu het gevoel hebben dat ik hen voldoende begrijp om hen verder te kunnen helpen. Beiden bevestigen.

Door op basis van hun relationele geschiedenis te trachten hun last en inzet te benoemen kreeg de samenwerkingscontext meer en meer vorm. Bovendien werd hun retrospectieve beleving van de relatie in kaart gebracht en vond een verschuiving naar een meer complex contextgesitueerd gezamenlijk verhaal plaats. Tijd om terug te komen naar de huidige situatie en hoe zij hiernaar kijken.

'Nu ik jullie geschiedenis wat beter begrijp, wil ik toch graag terugkomen op hoe jullie de situatie vandaag zien en hoe jullie eventueel verder geholpen kunnen worden. Is dit oké?'

Erica vertelt dat ze op dit moment volledig op is en het eigenlijk niet meer weet. Ze heeft individuele begeleiding en heeft tijd nodig om het uit te zoeken. Cedric wil heel graag hun relatie verderzetten, maar beseft dat hij Erica hiervoor nodig heeft.

Ik opper dat de huidige onduidelijkheid waarschijnlijk voor beiden vreselijk om dragen is. 'Is het zinvol om samen te zoeken naar wat kan helpen om meer duidelijkheid te krijgen? Is Cedric eventueel bereid om Erica de nodige tijd te geven?' Beiden antwoorden positief.

We sluiten het gesprek af met een aantal afspraken over hoe ze het samenleven de volgende weken zullen aanpakken zodat beiden rust hebben om voor zichzelf een aantal zaken op een rijtje te kunnen zetten.

Greep krijgen op de situatie

Het tweede gesprek heeft door omstandigheden pas een maand later plaats. Beiden geven aan dat het er de voorbije weken thuis rustig aan toegegaan

is, dat ze veel samen gepraat hebben over hoe het verder moet, maar dat de situatie er niet echt duidelijker op geworden is: Cedric wil samen verder en doet erg zijn best om zaken die Erica niet zo leuk vindt te veranderen. Hij kookt elke avond, poetst, ... waarna hij wat geërgerd toevoegt dat hij zijn gezin, zijn alles, niet kwijt wil. Erica blijft het moeilijk vinden om te beslissen. Ondanks alle moeite die Cedric zich getroost, denkt ze niet dat de relatie voor haar – na alles wat er gebeurd is – nog kan werken. Ze voelt zich erg schuldig als ze Cedrics verdriet ziet, wat haar onmogelijk maakt om een besluit te nemen. Na dit gezegd te hebben, barst Erica in tranen uit.

Om mensen opnieuw enige vaste grond onder de voeten te geven, moet de bemiddelaar hen helpen zaken en emoties te scheiden (De Meyer, 2007). Volgens Wietzker (2011) is het belangrijk om in een scheidingsbemiddeling attent te zijn voor gevoelens en oog te hebben voor hun potentiële effect op het proces en de uitkomst van de onderhandelingen. Volgens haar is het een cruciale vaardigheid van de bemiddelaar om emoties van mensen toe te laten en er zo mee om te gaan dat ze de totstandkoming van een zinvolle onderhandeling niet belemmeren. 'Emoties kunnen dus best een goede plaats krijgen en niet onder de mat worden geveegd' (Buysse, 2011, p. 28).

Ik merk op dat beiden erg hun best doen om het thuis rustig te houden en samen naar duidelijkheid te zoeken en dat hun emoties dit moeilijk maakt. 'Klopt het dat ik bij jou, Cedric, in de eerste plaats verdriet en angst voor het verlies van je gezin hoor, wat misschien soms ook frustratie en woede met zich meebrengt? En dat ik bij jou, Erica, vooral een schuldgevoel hoor, maar dat ook jij ongetwijfeld gevoelens van angst en verdriet kent?' Beiden knikken. 'Dat moet jullie allebei een gevoel van machteloosheid geven, wat me erg slopend lijkt. Kunnen jullie dit nog lang volhouden?' Neen, ze hebben het gevoel te verdrinken.

Hevige emoties geven mensen het gevoel in een impasse te zitten en geen greep op de situatie te hebben. Door de verschillende emoties te benoemen, te contextualiseren en te normaliseren, kunnen Cedric en Erica zich opnieuw concentreren op de aanpak van hun situatie.

Echter, niet alleen emoties vertroebelen het gevoel te kunnen beslissen of handelen. Mensen in conflictsituaties klampen zich in hun machteloosheid vaak vast aan de eigen zienswijze en oplossing en trachten de andere hiervan te overtuigen. En omdat dit niet lukt, bestaat het risico dat ze de ander als doelbewuste benaderer gaan zien, die hen afwijst in hoe zij gezien willen worden (Cottyn, 2010). Uiteraard hypothekeert dit hun gevoel van samenwerking. De bemiddelaar moet mensen dan ook helpen om hun onderlinge interacties te begrijpen.

Ik benoem dat de twijfel bij Erica hoorbaar is. Cedric beaamt dit. Waarschijnlijk heeft Erica's twijfel bij Cedric het effect om zich vast te klampen aan hoop dat het goed komt en zich nog meer in te zetten. Cedric bevestigt. Erica: 'Ik heb geen andere keuze dan de relatie te stoppen, maar als ik dagelijks Cedrics inspanningen en verdriet zie, krijg ik het niet over mijn hart om te beslissen en begin ik weer te twijfelen.' Er volgt een stilte, waarna Cedric vertelt dat hij Erica aanvankelijk gesmeekt heeft om hun huwelijk niet op te geven, maar gaandeweg is gaan beseffen dat haar beslissing genomen is. Opnieuw volgt er een stilte, waarna Erica aarzelend aangeeft dat de beslissing voor haar inderdaad genomen is. Ze wil de relatie beëindigen, hoe pijnlijk dit voor iedereen ook is.

Bij scheidende mensen doet de bemiddelaar er goed aan om de kloof scherp te stellen (zie ook Decraemer in dit nummer). Ze relativerend verkleinen geeft paren in conflict het gevoel dat ze niet serieus genomen worden (Mac Gillavry, 2002). Het verschil in positie en het onevenwicht moeten, hoe pijnlijk ook, scherp gesteld worden om de situatie bespreekbaar en voor hen hanteerbaar te maken. Pas dan kan er nagedacht worden over een oplossingsweg.

Ik besluit met: 'Dus eigenlijk zitten jullie hier met een ander doel en in een andere positie, waarbij jij, Erica, het voordeel hebt dat je Cedric niet nodig hebt om de relatie te stoppen en jij, Cedric, Erica wel nodig hebt om ze verder te zetten.' Beiden zijn duidelijk aangedaan door deze scherpstelling. Cedric oppert dat hij inderdaad niet op zijn eentje het huwelijk kan verder zetten, dat hij niet wil scheiden, maar dat hij wel mee wil bepalen wat er met de kinderen en het huis gaat gebeuren.

Ik resumeer dat dit gesprek duidelijkheid bracht, wat nodig is, maar zichtbaar ook erg pijnlijk was en veel van hen vergde. ‘Misschien is het goed dat we volgende keer stilstaan bij de verschillende manieren om jullie situatie te regelen en de vormen van hulp die jullie hierbij kunnen krijgen?’ Beiden stemmen hiermee in, waarna we een afspraak op korte termijn plannen.

Een traject kiezen

Gevraagd naar de afgelopen week vertelt Cedric dat het moeilijk was. Ze zijn samen tot afspraken kunnen komen over de verdeling van de huishoudelijke kosten, maar andere onderwerpen leidden steevast tot ruzie.

Ik benoem dat het toch wel erg sterk van hen is. ‘Pas vorige week kwam er duidelijkheid, wat voor jullie beiden erg moeilijk was en nu al hebben jullie samen geprobeerd naar oplossingen te zoeken, wat dan nog deels gelukt is ook. Het is uiteraard moeilijk om, na twintig jaar relatie, over zulke moeilijke onderwerpen samen rond de keukentafel te praten. Dat emoties soms de bovenhand nemen, onder meer omdat jullie eigenlijk een ander doel hebben, is niet meer dan normaal.’ Beiden knikken instemmend en geven aan hulp nodig te hebben.

Mensen hebben vaak reeds ettelijke (vruchteloze) pogingen ondernomen om hun conflict te hanteren. Deze last, moed en inzet moeten erkend worden. Bovendien is het zoals eerder aangehaald voor een ‘goed’ scheidingstraject cruciaal om een gevoel van autonomie en controle te hebben (Buisse, 2011). In het gesprek over mogelijke oplossingswegen is het dan ook belangrijk om mensen in hun expertise van wat al dan niet helpt of zou kunnen helpen, aan te spreken. Om hun gevoel van controle te versterken, laat ik hen mee het verloop van het gesprek bepalen.

‘Welke soort hulp denken jullie nodig te hebben? Via welke weg willen jullie proberen tot regelingen te komen: Willen jullie in overleg afspraken maken of willen jullie dat iemand anders in jullie plaats beslist?’ Beiden willen graag samen proberen regelingen te treffen. Zeker voor Cedric, die door het positieverschil het gevoel heeft met zijn rug tegen de muur te

staan, is het belangrijk om de door hem niet gewilde situatie naar de toekomst toe toch mee vorm te geven. Erica is ervan overtuigd dat hier samen trachten uit te komen hun toekomstige relatie zal bepalen en alleen maar positieve effecten op de kinderen heeft.

‘Wat denken jullie dan precies nodig te hebben om samen tot afspraken te kunnen komen?’ Gezien dit geen evidente vraag is en ik het gesprek niet wil overnemen, vraag ik hen expliciet het mandaat om de verschillende mogelijkheden om tot een overeenkomst te komen en wie hierbij kan helpen, op een rijtje te zetten: ze kunnen kiezen om zelf te onderhandelen, al dan niet met hulp van een professioneel (verschillende soorten bemiddelaars, advocaat, notaris) of om hun onderhandelingen te delegeren naar twee advocaten of notarissen. Ook inhoudelijk schets ik de verschillende pistes: dringende en voorlopige maatregelen, Echtscheiding met Onderlinge Toestemming (EOT), al dan niet bekrachtiging door rechter, ...

Wat de inhoud betreft, neigt Erica eerder naar dringende en voorlopige maatregelen. Ze is vooral bezorgd om de kinderen en wil tijd om een verblijfsregeling uit te proberen vooraleer het definitief wordt. Cedric wil graag direct aan een EOT werken, dit zal hem helpen om te accepteren dat de relatie uit is en zo makkelijker maken om het te verwerken.

Na het verder opletten van hun bekommernissen en de reflectie over de verschillende pistes te hebben gestimuleerd, beslissen Erica en Cedric om met mijn hulp aan de afspraken voor een Echtscheiding met Onderlinge Toestemming te werken. Ze stemmen ermee in dat ze de regeling voor de kinderen minstens zes maanden zullen uitproberen, waarna ze met de hulp van de bemiddelaar de gemaakte afspraken zullen evalueren. Pas na eventuele aanpassingen zullen ze hun voorstel bij de rechtbank indienen.

Mensen kunnen alleen maar bewust voor een traject kiezen als zij grondig geïnformeerd zijn over alle mogelijkheden. De bemiddelaar moet de verschillende oplossingswegen evenwaardig uitleggen en mag geen voorkeur laten blijken (De Meyer & Damman, 2013). Zij moet beide cliënten vervolgens stimuleren en steunen in het afwegen van de voor- en nadelen van de verschillende mogelijkheden voor zichzelf, de kinderen en hun omgeving.

Tot slot

Het louter informeren over de mogelijke oplossingswegen is onvoldoende voor 'een goed beslist traject'. Mensen in scheidingssituaties worden overspoeld door emoties en machteloosheid. De bemiddelaar moet eerst werk maken van een context waarin mensen kunnen samenwerken door hen te respecteren in hun zelfbeeld en hen te erkennen in hun last en inzet. De posities en onevenwichten moeten scherp gesteld worden opdat mensen zicht en greep krijgen op hun situatie. Hun emoties moeten benoemd, gecontextualiseerd en genormaliseerd worden opdat zij de weloverwogen keuze voor de aanpak van hun situatie niet hinderen. Tot slot moet de bemiddelaar alle mogelijke oplossingswegen evenwaardig uitleggen en mensen in hun expertise aanspreken en steunen in het afwegen van de voor- en nadelen.

Referenties

- Buysse, A. (september 2011). *Scheiden anders bekeken*. Presentatie op het Interdisciplinair Project voor de Optimalisatie van Scheidingsprojecten Eindcongres, Gent.
- Cottyn, L. (2010). *Ouderschapsregelingen na scheiding. Bemiddelen met ouders en kinderen*. Niet-gepubliceerd opleidingsartikel, Interactie-Academie, Antwerpen.
- De Meyer, F. (2007). *Bemiddeling in familiezaken, burgerlijke en handelszaken, sociale zaken*. Roeselare: Roularta Books.
- De Meyer, F., & Dammans, L. (2013). *Trajectbemiddeling. Een handleiding*. Gent: VCOK vzw.
- Mac Gillavry, D. (2002). *Scheidingsbemiddeling*. Houten/Mechelen: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Wietzker, A., & Buysse, A. (2011). Emoties in echtscheidingsonderhandelingen [Fact Sheet]. Gevonden op www.scheidingsonderzoek.ugent.be.