

# Parallel Solo Ouderschap (PSO)

Hulp bij ouderschap in een complexe scheiding waarin het niet lukt de strijd te staken

## Als de strijd blijft doorgaan

Voor kinderen en hun ouders is een scheiding een ingrijpende gebeurtenis. Na een scheiding zijn ouders samen verantwoordelijk voor de verzorging, de opvoeding en de ontwikkeling van hun kind(eren). Bij de nieuwe samenwerking is het allerbelangrijkste voor kinderen, dat zij niet blootgesteld worden aan chronische conflicten. Wanneer dit te realiseren is in de samenwerking tussen ouders heeft coöperatief ouderschap de voorkeur, uitgaande van het belang van het kind. Ouders communiceren in dat geval over de behoeften van hun kind(eren) en over de omgang met hun kind(eren).

Tussen sommige ouders blijft echter de strijd na scheiding doorgaan. We zien dat ouders de andere ouder proberen te veranderen, te overtuigen. Dat leidt tot frustraties en spanningen. Het samen moeten werken na de scheiding, verhoogt de spanning en verergert de conflicten. Het strijdkader dat tussen de ouders ontstaat, is soms zo krachtig dat het ouders niet lukt de strijd te staken en hun focus te richten op de relatie als ouder met hun kind(eren).

Wanneer kinderen betrokken raken bij de strijd van hun ouders, heeft dat een negatief effect op hun ontwikkeling. We weten dat na een scheiding van ouders met name een langdurige strijd het meest schadelijk is voor kinderen. Veel hulpvormen na een scheiding zijn dan ook, direct of indirect, gericht op het verminderen van deze strijd. Wanneer het ouders niet lukt (met inzet van hulp) deze strijd te verminderen of te staken biedt Entrea Lindenhout hulp aan in de vorm van Parallel Solo Ouderschap.

## Wat is Parallel Solo Ouderschap?

Bij Parallel Solo Ouderschap geven ouders ieder hun eigen gezinsleven en ouderschap met hun kind(eren) vorm. Afspraken over de omgang worden strikt nageleefd en contact tussen de ouders wordt tot het minimum beperkt.

Binnen Parallel Solo Ouderschap werken we vanuit een cirkel van invloed. In een conflictscheiding is er veel waar je geen invloed op hebt, een gegeven dat je als ouder een machteloos gevoel kan geven. We gaan op zoek naar waar je wel invloed op hebt en daar gaan we op inzetten. We werken niet aan het verbeteren van de relatie tussen de ouders. Ook werken we niet aan het rechtstreeks verbeteren van de communicatie tussen de ouders.

Vanuit Parallel Solo Ouderschap ligt de focus op de ouder-kindrelatie:

- We zoeken met ouders naar wegen om de strijd te stoppen en het kind voor ogen te houden, hoe moeilijk dat soms ook is, hoe boos of gekwetst je als ouder soms ook bent.
- We kijken naar wat een kind van zijn ouder in een bepaalde ontwikkelingsfase, in de context van een scheiding, nodig heeft en wat een ouder daarin zelf kan betekenen.
- We werken we aan het verdragen van de situatie en de verschillen.

## Hoe doen we dat?

Vijf thema's staan centraal bij Parallel Solo Ouderschap:

### Versteving van de eigen grond van de ouder (solo)

Verkenning van eigen gedachten, gevoelens en behoeften en de waarden die de ouder belangrijk vindt. We staan verder stil bij het nemen van verantwoordelijkheid, eigen keuzes, beslissingen en gedrag: zelfzorg!

### Versteving van de verbinding ouder-kind

Staan voor het eigen ouderschap; welke waarden wil de ouder aan het kind meegeven? Hoe gaat de ouder die waarden vertalen in de opvoeding? Het kind terug in beeld: wat heeft het kind nodig van de ouder? Waar heeft het kind last van? Wat kan de ouder doen om die last te verminderen?

### Parallel ouder zijn

Verdragen van het verschil in relatie: de relatie van het kind met de ene ouder verschilt van de relatie met de andere ouder. Verdragen van het verschil in de aanpak van de andere ouder: de aanpak van andere ouder niet veroordelen, het loslaten van de wens om de andere ouder te veranderen

### De-escalerend communiceren

Verantwoordelijkheid nemen voor eigen gedrag en communicatie als ouder. Door zelf niets te doen dat het conflict kan doen escaleren en dit volhouden. De strijd niet meer aangaan, zelf beslissen uit het strijdpatroon te stappen, ook als de andere ouder dit niet doet. Bewust kiezen waar je wel en niet op ingaat of over communiceert, waarover moet er gecommuniceerd worden?

### Steunpilaren onder het ouderschap

Met de ouder staan we stil bij de impact die het netwerk heeft. We brengen in kaart wat, wie en wanneer helpend is. We kijken wie kan helpen/ondersteunen, zodat de ouder blijft staan voor het ouderschap en het streven naar de-escalatie van het conflict.

## Wat kan deze vorm van ouderschap kinderen en ouders opleveren?

Wanneer ouders het Parallel Solo Ouderschap optimaal vormgeven, dan vermindert de strijd tussen ouders. Kinderen kunnen dan openlijk hun loyaliteit tonen aan beide ouders en zijn geen onderdeel meer van de strijd. Hierdoor worden zij minder bedreigd in hun ontwikkeling. Daarnaast ontstaat er rust en ruimte bij ouders om op andere belangrijke zaken voor het welzijn van kind en ouder hun aandacht te richten. Over het algemeen verbetert hiermee de relatie tussen ouders en kinderen.

## Praktische zaken

Iedere ouder werkt met een eigen hulpverlener. Deze hulpverleners werken niet samen in het traject en communiceren niet met elkaar over de hulp.

Parallel Solo Ouderschap kan ook voor één ouder ingezet worden. Dus niet allebei de ouders hoeven deel te nemen. Wanneer het kind twee gezaghebbende ouders heeft, moeten wel allebei de ouders instemmen met inzet van het traject voor één van de ouders.

Ouders hebben een ouderschapsplan en zijn bereid zich aan deze afspraken te houden.

Een traject Parallel Solo Ouderschap duurt maximaal 9 maanden.

Onderdeel van het traject Parallel Solo Ouderschap is dat we gesprekken met de betrokken kinderen voeren om een inschatting te maken van hun welbevinden. Daarnaast vinden we het belangrijk behoeften en wensen van de kinderen rondom de scheidingssituatie in kaart te brengen en deze te betrekken in het traject. Als laatste maken we een inschatting of voor kinderen aanvullende hulp gewenst is.

## Informatie en aanmelding

Met vragen over deze hulpverlening en over het aanmelden, kun je terecht bij ons Entreeteam.

Professionals van wijkteams, (huis)artsen en jeugdbescherming kunnen kinderen en hun gezin aanmelden. Dit kan via het aanmeldformulier op onze website. Artsen kunnen ook aanmelden via het verwijzingsprogramma ZorgDomein.

Met de juiste verwijzing zijn er aan Parallel Solo Ouderschap geen kosten verbonden.

# Contact

Telefoon

088 356 30 00

E-mail

[entreeteam@entrealindhout.nl](mailto:entreeteam@entrealindhout.nl)

Internet

[entrealindhout.nl](http://entrealindhout.nl)

© Entrea Lindenhout, oktober 2021

Volg ons ook op

