



Over de grote betekenis van 'ontschuldigen'

# Haal je kind uit het conflict



**'Ontschuldigen.' Ik vind het een mooi woord en gebruik het vaak in mijn (mediation)werk met ouders en kinderen. Het heeft te maken met de pijn die bij een kind ontstaat als het tekortgedaan wordt, genegeerd wordt, klemzit in conflicten tussen ouders en geweld meemaakt, waar vervolgens patronen op ontwikkeld worden.**



Een kind dat thuis regelmatig getuige is van ernstige conflicten / huiselijk geweld, mist daardoor de basisveiligheid die het nodig heeft om zich te kunnen ontwikkelen. Wanneer conflicten niet worden opgelost, ontstaat er een spiraal (van geweld) waarin de interacties tussen ouders destructief worden. Zeker wanneer er geweld speelt, worden de interacties bepaald door angst en controle, en neemt de spanning toe. Een kind voelt, ruikt, proeft die spanning en gaat overleven.

## De impact

Kinderen nemen de verantwoordelijkheid en/of schuld op zich. Dat is een natuurlijk proces; alle kinderen doen dat. Kinderen gaan overleven, gaan hun ouders helpen, en hun eigen behoeften raken ondergesneeuwd. Als kinderen niet gezien worden, ook naderhand niet, spelen thema's als gevoeligheid voor schuld, voorbijgaan aan eigen behoeftes en een deel identiteit / eigenheid niet tot ontwikkeling laten komen vaak nog lang een rol. Herbelevingen van oude pijn in relaties komen heel vaak voor, om uiteindelijk bewust ervaren te worden, waardoor je jezelf als volwassene kunt 'ontschuldigen'.

DAT BEVRIJDT  
KINDEREN  
ENORM



## Meinema Mediation

Reino Meinema  
Francois Haverschmidtwei 2  
8914 BC Leeuwarden  
Stationsweg 12  
9101 HZ Dokkum  
058-2911362  
06-23417877  
info@meinemamediation.nl  
www.meinemamediation.nl

## Over Reino Meinema

Reino Meinema is een ervaren mediator en gespecialiseerd in het bemiddelen in ernstige conflicten of geweld binnen gezinnen. Dit vraagt om een specifieke aanpak en om kennis van zaken.

Reino werkt met een gedragscode, waardoor in het eerste gesprek al duidelijk wordt of er sprake is van geweld binnen een gezin en of kinderen hiervan getuige zijn geweest. Geen enkele ouder wil zijn kind tekort doen of belasten, en toch gebeurt het. Door de conflicten zien ouders vaak niet meer welke impact het op kinderen heeft. Ook hun eigen persoonlijke geschiedenis speelt vaak een grote rol in de manier waarop er ruzie gemaakt wordt. Als mediator moet je kennis van zaken van geweld hebben, welke impact dit op mensen heeft en hoe je dit kunt doorbreken. Het is van belang om gesprekken goed te structureren, waardoor de emoties ook veilig geuit kunnen worden en functioneel zijn. Als eerste willen we een basis voor de kinderen creëren, zodat zij weer ruimte krijgen en gezien worden door ouders.

## Kinderen laten praten

'Je kon er toen niets aan doen. Je was toen niet schuldig aan leed dat groter dan jou was.' Daar werk ik mee. Het is geweldig om te zien hoe ouders naderhand hun kinderen na veel conflicten kunnen erkennen en kunnen 'ontschuldigen'. Ze laten praten, toestemming te geven om alles te zeggen. Dat bevrijdt kinderen enorm en geeft de verantwoordelijkheid aan ouders weer terug; vaak een pijnlijk, ook helend en herstellend proces voor ouders. Dan kunnen kinderen ook herstellen en uit een ongezond patroon stappen.

Voor 'ontschuldigen' of 'onschuldigd worden' is het nooit te laat!

-Reino Meinema

family mediator en bijzonder curator in jeugdzaken