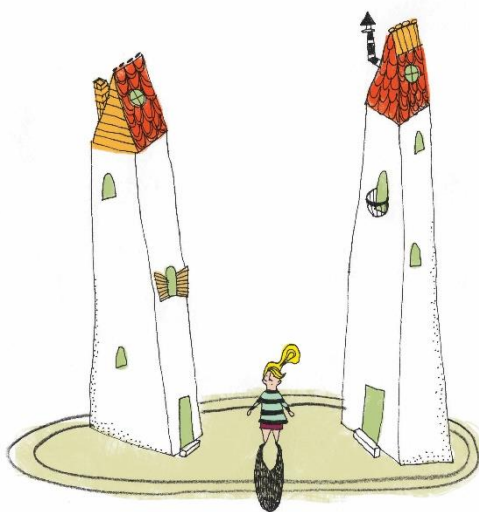


SPARKLES

VOORSTEL INHOUD SCHEIDINGSKOFFER



Eén van de doelstellingen van het praktijkgericht onderzoek SPARKLES is het ontwerpen van **een modulaire scheidingskoffer** met een onderdeel voor ouders, voor kinderen & jongeren, en voor professionals die werken met kinderen en gezinnen.

Wat zit er in de koffer?

Toegankelijke informatie over diverse aspecten van het ouderschap en gezinsleven na een relatiebreuk

Toeleiding naar bestaande informatiebronnen, diensten en hulpverlening
Concrete tools zoals reflectiekaarten & een methodiek om het gesprek met ouders/kinderen/ex-partner aan te gaan.

Hoe willen we de koffer graag verspreiden?

Via scholen, kinderdagverblijven, ...: plaatsen waar kinderen en hun gezinnen dagelijks komen en waar vaak de eerste vragen nav een relatiebreuk komen

Bibliotheken: voor gezinnen die graag zelf informatie zoeken

Via huisartsen, advocaten, notarissen, bemiddelaars, therapeuten, ...

Via diverse eerstelijnsdiensten zoals CAW, opvoedingswinkels, JAC's, ...

Via organisaties zoals EXPOO, de Gezinsbond, ...

Online

Meer info over het project: www.samenopvoeden.be/relatiebreuk

ONTWERPVOORSTEL INHOUD (ter feedback professionals)

1. Kaartjes met professionals & welzijnsorganisaties waarbij je terecht kan als ouder of kind nav vragen, problemen, ... rond de relatiebreuk en het ouderschap

(vermelden dat wij niet verantwoordelijk zijn voor aangeboden informatie of aanbod aan diensten)

Doelstelling

- Netwerk professionele dienstverlening leren kennen (ook minder evidente of minder gekende hulpverlening nav relatiebreuk)
- Stap naar professionele hulp verlagen
- Normaliseren van vragen, moeilijkheden, ... die er zijn nav relatiebreuk ('ontschuldiging')
- Sensibilisering rond verschillende domeinen waarop relatiebreuk impact kan hebben door link van ondersteuning/hulp met verschillende domeinen:
 - o Juridisch kader/regelgeving
 - o Afsprakenkader (welke afspraken, hoe, rigide versus flexibel, ouderschapsplan, ...)
 - o Relationele aspecten (communicatie, conflicten, geweld, ...)
 - o Ouderschap (praten met kinderen, verblijfsregeling, plusouderschap, ..)
 - o Financieel & materieel
 - o Emotioneel welbevinden
 - o Sociale relaties
 - o Gezinstransities (vorming NSG, eenoudergezin, ...)

Inhoud kaartjes

- Waarmee kunnen deze (types van) professionals & organisaties jou helpen nav een relatiebreuk, o.a. via link met diverse domeinen waarop relatiebreuk een impact heeft
- Wat is het specifieke aanbod, dienst of hulp van deze (types van) professionals & organisaties
- Informatie ivm relevante aspecten toegankelijkheid (prijs, al dan niet via doorverwijzing, ...)
- Waar kan je meer informatie + contactgegevens vinden rond deze (types van) professionals & organisaties?
- Getuigenissen van ouders over wat bepaalde hulp, dienst, ... voor hen betekende > bruikbaarheid & betrouwbaarheid verhogen

Overzicht (types van) professionals & organisaties

OUDERS	
Professionals	Organisaties
Advocaat	OCWM
Bemiddelaar	DAVO
Notaris	CAW <ul style="list-style-type: none"> - Neutrale bezoekerimte - Bemiddeling - Scheidingsbegeleiding - Opvoedingsvragen - Familiaal geweld
Relatie- en gezinstherapeut	Opvoedingsondersteunende diensten: opvoedingswinkel, Huis van het Kind, consultatiebureau Kind & Gezin, ...

Psycholoog	Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg
Coach of counselor	Tele-onthaal
Huisarts	Justitiehuis
Psychiater	Zelfhulpgroep
Scheidingsconsulent	
KINDEREN & JONGEREN	
Professionals	Organisaties
Leerkracht	CLB
Zorgcoördinator of leerlingbegeleider	Awel
Begeleider in de opvang of onthaalouder	JongerenAdviesCentrum (JAC)
Familiaal bemiddelaar	Kinderrechtswinkel (tZitemzo)
Huisarts	CAW (Centrum Algemeen Welzijnswerk)
Gezinstherapeut	Opvoedingsondersteunende diensten: opvoedingswinkel, Huis van het Kind, consultatiebureau Kind & Gezin, ...
Kinder- of jongerenpsycholoog	Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg
Kinder- of jongerencoach	Neutrale bezoekerimte
Kinder- of jongerenpsychiater	Therapeuten voor Jongeren (TeJo)
	Een OverKop-huis
	Kinderen uit de Knel http://www.kinderenuitdeknel.be/

2. Infowaai met relevante websites & diverse organisaties met informatief aanbod voor gezinnen nav relatiebreuk

(vermelden dat wij niet verantwoordelijk zijn voor aangeboden informatie of aanbod aan diensten)

Doelstelling:

- Toeleiding naar informatie, geordend volgens verschillende domeinen

Overzicht

https://www.belgium.be/nl/familie/koppel/scheiding	Juridische info
https://www.vlaanderen.be/nl/gezin-welzijn-en-gezondheid/samenwonen-huwen-en-scheiden/echtscheiding	Juridische info
https://www.scheidingsconsulenten.be/	Financiële en juridische info, actualiteit
https://www.neobemiddeling.be/blog	Heel rijke informatie rond diverse juridische en praktische zaken, overzichtelijk en zoekfunctie
www.gezinsbond.be	Sociaal-juridisch advies (voor leden, onderhoudsgeldcalculator)
www.groeimee.be	Diverse info, filmpjes, mogelijkheden tot vragen stellen, toeleiding tot diverse organisaties

http://www.tweehuizen.be/	Info over verschillende domeinen, getuigenissen, ingang voor kinderen/jongeren/ouders
https://www.villapinedo.nl/	Perspectief kinderen voor ouders, o.a. via getuigenissen, open brief, filmpjes, ;..
https://www.goedgezind.be/	Infosite van Gezinsbond rond diverse opvoedingsvragen
http://www.groeimee.be/	Infosite van EXPOO rond diverse opvoedingsvragen
http://omgaanmetvechtscheiding.be	Diverse tools/tips/... voor professionals in diverse sectoren (hulpverleners, onderwijs & kinderopvang)
www.expoo.be	Databank met info en tools
https://www.eennieuwgezin.be/	Info rond relationele dimensies, blog, vb ouderschapsplan en -belofte, plusouderschap, boeken en filmtips
https://miesmagazine.com/	'Menselijke' scheidingsverhalen, gratis online tijdschrift
www.housvast.be	Informatie
http://www.tzitemzo.be/	Juridische info op maat van kinderen, jongeren, ouders en professionals
http://www.tijdvoorjerelatie.be/	Informatie
http://odos.be/web/	Boekenplank, actualiteit, juridische info, activiteiten, links
http://www.gidsvoorgezinnen.be/relatieproblemen-en-scheiding/echtscheiding	Info over verschillende domeinen, en links naar relevante website en organisaties
https://www.pinterest.com/jessicafewan/scheidingskoffer/?lp=true	Online scheidingskoffer met linken naar heel veel bestaand materiaal

3. Infiches rond websites en organisaties gericht op uitwisselen van ervaringen en sociaal contact nav de relatiebreuk

Doelstelling:

- Toeleiding naar websites en organisaties gericht op uitwisseling van ervaringen tussen ouders en kinderen met gelijkaardige ervaringen
- Toeleiding naar websites en organisaties met groepsaanbod en/of activiteiten voor gezinnen na relatiebreuk
- Verhogen van bruikbaarheid en betrouwbaarheid via getuigenissen

Overzicht:

https://www.gezinsbond.be/bijtanken	Bijtanken over opvoeding
http://www.houvast.be/houvast.shtml	Forum, uitstappen & activiteiten
https://www.villapinedo.nl/	Online buddy systeem en forum voor kinderen en jongeren

4. Bestaande folders & magazines van non-profit organisaties

Doelstelling

- Verspreiden van bestaand, actueel en relevant materiaal

Overzicht folders voor ouders

- 'Mijn mama is niet meer verliefd op mijn papa':
http://www.groeimee.be/sites/default/files/kin021_echtscheiding_a4.pdf
- Het verhaal van Sofie > kennismaking met de CAW-bezoekruimte (ter voorbereiding kind)
- 'Van jullie, voor altijd. Een (v)chtscheiding door de ogen van een kind (CAW)
- Thuis op twee plaatsen (ViVA)
- Enig stuk. Blad voor alleenstaande ouders (Gezinsbond)
- Wat te doen bij een scheiding? (KBS, site expoo)
- Ouder zijn en blijven na een echtscheiding (opvoedingswinkel))
(<https://www.expoo.be/sites/default/files/atoms/files/vechtscheiding.pdf> (opvoedingswinkel))

Overzicht folders voor kinderen en jongeren:

- tzitemzo: als ouders uit elkaar gaan (Kids)
- tzitemzo: als ouders uit elkaar gaan (Jongeren)
- tzitemzo: als je gehoord wordt door de rechter (kids)
- tzitemzo: als je gehoord wordt door de rechter jongeren
- Scheiding (themaboekje via EXPOO), via
<https://www.expoo.be/sites/default/files/atoms/files/scheiding-corr-hi.pdf>
- Folder bemiddeling tweehuizen (kinderen), via
https://www.expoo.be/sites/default/files/atoms/files/folder_bemiddeling_kinderen.pdf
(tweehuizen)
- Folder bemiddeling tweehuizen (jongeren), via
https://www.expoo.be/sites/default/files/atoms/files/folder_bemiddeling_jongeren.pdf
(tweehuizen)

5. Themakaarten met reflectievragen en tips bij gezinstransities

Doelstelling:

- Laagdrempelige info om eigen keuzes op te baseren bij gezinstransities. Ouders zijn immers vragende partij voor concrete richtlijnen waarover ze zelf moeten nadenken.
- Sensibiliseren rond het feit dat er niet 1 model is van ouderschap na een relatiebreuk dat past voor alle gezinnen
- Informeren rond de gevolgen/implicaties van bepaalde keuzes
- Informeren rond hoe gesprek voeren met kinderen

Inhoud themakaarten:

- Eerste HULp Bij Echtscheiding: eenvoudig overzicht van zaken waarover je moet nadenken bij een relatiebreuk, wat zijn mogelijke vragen/problemen en waar kan je ermee terecht, wat moet wanneer gebeuren?
- Juridische wegwijzer: selectie van essentiële juridische info in toegankelijke taal. Inspiratie bij:
 - o sociale kaart van gent > sociale kaart bij belangrijke levensgebeurtenissen!

- Tips om de boodschap te brengen naar kinderen, Inspirerend materiaal:
 - o <https://psychogoed.nl/>
 - o Getuigenissen van ouders hoe zij het hebben aangepakt en hoe hun kinderen hebben gereageerd, ...
 - o www.tweehuizen.be
- Welke vorm van co-ouderschap past bij ons gezin? Inspirerend materiaal om eigen checklist te ontwerpen:
 - o <http://livingtogetherapart.eu/onewebmedia/LIST2.pdf> (LTA)
 - o <https://www.rechtspraak.nl/SiteCollectionDocuments/bruggesprek.pdf>
 - o Informatie en getuigenissen van verblijfsregelingen uit eigen OZ.
- Sheet met tips om alles te organiseren: waarover moeten we nadenken bij het managen van een huishouden dat in twee (of meer) huizen zit?
 - o Getuigenissen van de moeilijkheden en oplossingen
 - o Fiche voor kinderen: wat neem ik mee in mijn koffer?
 - o Praktische tips die het leven in twee huizen vereenvoudigen.
- Wat komt er kijken bij de transitie naar een nieuwsamengesteld gezin, waar moeten we over nadenken? Inspirerend materiaal om eigen checklist te ontwerpen:
 - o <https://www.eennieuwgezin.be/wp-content/uploads/2015/09/mergedpdf.pdf> (bij start nieuwe relatie:)
- Informatie over de korte en lange termijn impact van een scheiding op kinderen, welke signalen er zijn bij kinderen en hoe je hier mee kan omgaan. Inspirerend materiaal om eigen checklist te ontwerpen:
 - o Literatuur
 - o Getuigenissen van ouders en kinderen
- Tips & tricks rond leven in nieuwsamengesteld gezin. Inspirerend materiaal:
 - o <https://www.eennieuwgezin.be/7-tips-om-de-best-mogelijke-plusouder-te-worden/> (tips bij transitie naar plusouderschap)
 - o De Keyser, N. (2017). Weer Eensgezind in een nieuwsamengesteld gezin.
- Financiële vraagstukken
 - o Info over financiële regelingen: wat zijn mogelijkheden en hun gevolgen? O.a. inspiratie bij <https://www.neobemiddeling.be/blog>
 - o Tips om met een kleiner budget om te gaan
- EHBO 'Als ouders hevig ruzie maken'.
 - o Fiche voor kinderen : 'Hoe je eigen stem laten horen als twee ouders 'vechten'?

6. Zelfreflectietools rond relationele dimensies (communicatie, conflict, emoties)

Doelstelling

- Ouders doen reflecteren over het eigen denken en handelen in diverse gezinsrelaties (bv. ex-partner, nieuwe partner) op basis van diverse theoretische kaders
- Ouders op een toegankelijke, visuele wijze een aantal (theoretische) kaders aanreiken die nieuwe inzichten bieden in de oorzaken en gevolgen van het eigen handelen en dat van anderen

Inhoud zelfreflectietools:

- Theoretische kaders rond communicatie en conflicthantering, met visuele voorstelling of checklist, geïllustreerd met citaten of getuigenissen
 - o Geweldloze communicatie
 - o Checklist: wat is mijn eigen communicatiestijl

- Conflicthantering
- Escalatieladder: hoe verloopt conflict?
- Ken je eigen kernkwadranten: talent, valkuil, en
- Relatiecirkel
- DISC (Lies)
- Kaarten die helpen om te gaan met verschillende emoties (schuld, kwaad, verdriet, ...).
 - Ondersteunende, bemoedigende en inspirerende getuigenissen
 - Omgaan met rouw
 - Sheet met overzicht welke gevoelens je kan hebben, welke gedachten en welke verlangens .
 - kleine adviezen die kunnen helpen om met pijnlijke of heftige emoties om te gaan.
 - Inspiratie bij o.a.

- *GROK kaartspel.* (2016). Z.p.: Earth Games. Kaartspel dat woorden geeft aan gevoelens en behoeften, helpt om bespreekbaar te maken (ingedeeld naar leeftijd)
- *Jensen, S., & Klompmaker, M. (2017). Een box vol emoties: 40 emotiekaarten met vragen, spreuken en gedachtes die stof tot nadenken en voelen geven. Alkmaar: Kluitman. Op elke kaart staat een vraag, met op de achterkant een spreuk of gedachte. Om gedachten bespreekbaar te maken*



- Reflectievragen om perspectief in te nemen:
 - Verschillende gezinsleden leren naar elkaars perspectief kijken: ouders & kinderen, ex-partners, ex-partner en nieuwe partner, ...
 - Perspectief van kinderen binnenbrengen, inspiratie op o.a.
 - <https://www.eennieuwgezin.be/bekijk-een-scheiding-door-de-ogen-van-een-kind/>
 - <https://www.villapinedo.nl/ouders/>
 - Citaten/getuigenissen van kinderen
- Reflectiekaarten ivm opvoedkundige vraagstukken: lastige situaties omdenken. Inspiratie bij o.a.
 - Gunster, B. (2015). *Omdenken: opvoedspel: maak van lastig gedrag een nieuwe mogelijkheid.* Uit echtscheiding komt soms een "lastig kind". Cfr. Boek Lastig kinderen, Heb jij even geluk. Versie in één ruk uit te leven: met foto's, kinderen, situaties. Zelfde principe als het Omdenken-spel, maar specifiek naar opvoedingsituaties: waar je elk probleem tot een mogelijkheid omdenkt, positief herkaderen.



7. Methodieken om met kinderen / jongeren te praten over hun ervaringen en noden naar aanleiding van de relatiebreuk

Doelstelling:

- Ouders en kinderen/jongeren op laagdrempelige, 'speelse' en veilige manier in gesprek te laten rond de relatiebreuk en/of het nieuwe gezin via:
 - Spelvorm
 - Visualisering

- Ouders en kinderen samen laten reflecteren over hoe het loop (hun ervaringen), hun noden en wat er misschien anders kan
- Toeleiding naar bestaand materiaal via overzicht van tools
 - o om zelf in gesprek te gaan met kinderen/jongeren/ouders
 - o om ouders toe te kunnen leiden tools om in gesprek te gaan met hun kinderen
 - o om in klas/groepsverband rond het thema te werken (normaliserend)



Inhoud:






- Eigen methodieken op basis van onderzoek, literatuur & inspirerende voorbeelden:
- Overzicht van bestaande methodieken: wat & waarvoor?

Inspirerend voorbeelden vormgeving methodiek, materiaal en reflectievragen:



	<p><i>Goed gesprek: gesprekskaarten voor kinderen van gescheiden ouders.</i> (z.j.). Z.p.: Z.n.</p>
	<p>Papahuis, mamahuis, kindertehuis: tijdens het bouwen van de huizen kan verteld worden wat het betekent om in verscheiden huizen te wonen</p>
	<p>www.semmie.net - SocioCards Original Gesprekstoel voor professionals met kinderen, geeft inzicht in gezinssituaties</p>
	<p>Limahelu, J. (z.j.). <i>Familieverhalen: transcultureel kwartetspel.</i> Z.p.: Kwartetspel met vragen over historiek en cultuur van je familie, in eerste instantie zeer interessant voor multiculturele gezinnen. Misschien best aanpassen naar een eigen kwartetspel</p>

Inspirerende voorbeelden spelvorm, spelelementen en inhoud


	<p>Gerrickens, P., Verstege, M., & Van Dun, Z. (2006). <i>Opvoedingsspel.</i> Torhout: Creare. Op een laagdrempelige en gestructureerde manier opvoeding bespreekbaar stellen</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ook interessant bij transitie naar nieuwe gezinsvormen
	<p>Hoek, M. (2016). <i>Het ouderschapsspel.</i> Z.p.: Stichting bevordering maatschappelijke participatie. Stimuleren van gesprek over ouderschap, bv. met verhalen waar onzekerheden van ouders getoond worden (zit in SAM)</p>

	➤ Ook interessant voor co-ouderschapscafés
	Bücken, H. (S.a.). <i>Mimüfel [mime-teerling]</i> . Bremen: Arbeitsstelle Neues Spielen Gevoelensdobbelstenen Apart spel, kan voor jongeren. Evt. ook te gebruiken in combinatie met andere spelen, kaarten.
	Koster, U. (2015). <i>De flipperkast: cognitieve gedragstherapie in beeld</i> . Doetinchem: Graviant. Niet voor eerste gesprekken, eerder therapeutisch, voor professionals. Rond gevoelens, gedachten nu en gevolgen later
	<i>Hopla, voel je goed: een speelleerset rond gevoelens voor peuters tussen 2 en 4 jaar.</i> (2007). Averbode: Cego Publishers. Vertelplaten, peutermaskers, kartonnen maskers, situatieplaatsen, dominoplaatjes, bingospel
	Gerrickens, P., & Verstege, M. (2013). <i>Gevoelenswereldspel</i> . Torhout: Create Nieuwe editie: met woorden en afbeeldingen: prettige en onprettige gevoelens over verschillende levensgebieden
	S.n. (S.a.). <i>Teamtoren</i> . Grünhainichen: Erzi.

Inspirerend voorbeelden visualisatie gezinsvormen (o.a. qua variatie in poppetjes)

	<i>Houten opstellingsfiguren.</i> (z.j.). Z.p.: Het Noorderlicht. Om gezinsopstellingen te maken; best in combinatie met Echtscheidingsset
	Family Diversity Blocks – Miniland Educational Herkennen, identificeren van verschillende gezinstypes Met popjes, kaarten, symbolen. Verschillende spelvormen in één doos 3-6 jaar

Inspirerend voorbeelden visualisatie emoties

	Gevoelenskaartjes met gelaatsuitdrukkingen. (z.j.). Z.p.: <i>Human Matters</i>
---	--

	<p>E-motion - verhalendoos. (z.j.). Z.p.: <i>Schubi Leermiddelen</i>.</p>
	<p>Dommissie, R. (2011). <i>Associatiekaarten</i>. Zaltbommel: Thema. Wordt vaak gebruikt als gespreksopener</p>
	<p>Gisevius, A., & Peter, F. (2013). <i>Caleidoscopio cards</i>. Utrecht: Kessels & Smit.</p>
	<p>Commercieel spel, maar kan je aanpassen aan de situaties. Storytelling. Uitbreidingsset aanwezig</p>

8. Methodieken om veerkracht van kinderen te bevorderen

Doelstellingen:

- Positieve boodschappen meegeven met kinderen,
- Gevoelens normaliseren, ...
- Steun en krachtgevende kaarten
- Positieve boodschappen tussen ouders en kinderen faciliteren
- Versterkende reflectie
- Instructies/inspiratie/materiaal om kinderen zich te laten uitdrukken (gevoelens, ...) rond het onderwerp

Inhoud:

- Eigen methodiek op basis eigen onderzoek, literatuur & inspirerende voorbeelden:
 - o Boodschappenkaartjes
 - o Instructiekaartjes
- Overzicht van bestaande methodieken: wat & waarvoor?

Inspirerend voorbeelden:

	<p><i>Krachtvriendjes: positieve en liefdevolle boodschappen voor kinderen van gescheiden ouders.</i> (z.j.). Z.p.: Z.n.</p> <p>Bv. kaartjes met belangrijke en positieve boodschappen die gescheiden ouders aan hun kinderen kunnen meegeven; kunnen kinderen helpen hun innerlijke kracht te ontdekken</p>
	<p>Valentijn, M. (S.a.). <i>Ik denk me sterk: sterke gedachten die je helpen om op te komen voor jezelf en een ander.</i> Z.p.: Semmie Sprekend Spel.</p> <p>Voor kinderen, in samenspel met ouders of professionals. Kaarten met afbeeldingen, om negatieve gedachten om te zetten naar positieve. Niet specifiek op scheiding gericht maar zeker in te zetten</p>
	<p>Baseler, M., & van Beers, A. (cop. 2012). <i>Lekker-in-je-vel-spel: EQ coaching-kaartjes.</i> Duivendrecht: Dubbelzes.</p> <p>Inzicht krijgen in gevoelens, voor kinderen. Om positief en oplossingsgericht te gaan denken.</p>
	<p>Van Beers, L., & van Beers, A. (2017). <i>Okidootjes Veerkracht: positief denken én doen!.</i> Duivendrecht: Dubbelzes</p> <p>Hoe ga je om met verandering en tegenslag? Hoe herstel je jezelf en pak je de draad weer op. Sterk helpende gedachten die je veerkracht verhogen. Leert positieve focus ontwikkelen.</p>
	<p>Mijntasenik.nl</p> <p>Scheidingstas voor kinderen van 6-14: kind kan zijn gevoelens kwijt, tekenen, schrijven, knutselen</p>