

Met je ex-partner tot goede afspraken komen door de pijn om je stukgelopen relatie een plek te geven

Relaties die na jaren stukspringen, dat zorgt uiteraard voor kwaadheid, verdriet, schuldgevoelens,... Soms zijn die emoties zo sterk dat ex-partners er niet meer toe komen om samen goede afspraken te maken voor henzelf en de kinderen. In zo'n situatie kan een officiële bemiddelaar, vaak na doorverwijzing van de rechtbank, mee een uitweg helpen zoeken. Veerle Lisabeth is zo'n erkende bemiddelaar en heeft ondertussen heel wat ervaring met het herstellen van vertrouwen in familierelaties.

Wat houdt bemiddeling precies in?

Mensen denken vaak dat bemiddelaars er zijn om een schikking uit te werken. Voor alle duidelijkheid: een bemiddelaar zorgt zelf niét voor een oplossing. Het is aan de ex-partners om dat te doen. Maar vaak lukt dat gewoon niet meer omdat er te veel frustraties en emoties leven. Als bemiddelaar neem je dan niet over, maar kom je tussen. Je probeert ruimte te creëren, waardoor mensen zichzelf en de ander opnieuw echt horen. En vandaaruit kunnen mensen terug in gesprek gaan met elkaar en samen naar een oplossing zoeken. Een oplossing waarmee ze zelf en waarmee hun kinderen verder kunnen.

Dat is allicht geen makkelijke opdracht? Hoe pak je dat aan?

Het is inderdaad niet makkelijk want je krijgt met mensen te maken die vast zitten in hun kwaadheid en verdriet en daar niet uitraken. Alles wat de ander zegt of doet maakt het in zo'n situatie alleen maar erger. Daarom gebruik ik nu vaak de SCHIP-aanpak als eerste stap, nog voor ik met een bemiddeling begin. SCHIP is een aanpak die in Nederland werd ontwikkeld en die focust op het verlies en de pijn die een relatiebreuk met zich meebrengt. Zie het als een soort rouwtraject dat de ex-partners samen doorlopen.



Is het niet beter om de problemen te benoemen en die op te lossen?

Het lijkt inderdaad een omweg. Maar we vergeten dat uit elkaar gaan in de eerste plaats voor veel verdriet zorgt, bij alle partijen. Als er iets is wat partners nog bindt bij het uit elkaar gaan, dan is het de pijn om het verlies. Verlies moet je erkennen en verwerken. Maar als mens en als maatschappij hebben we de neiging om het rouwproces over te slaan en meteen te zoeken naar wat er mis is en dat aan te pakken.

SCHIP begint bij het begin. De eerste fase van SCHIP is om samen met de ex-partners terug te kijken naar het moment waarop hun relatie goed zat, waarop ze gelukkig waren. Van daaruit zoeken we dan naar de breuklijnen: waar en wanneer zijn er barsten in de relatie gekomen? En vooral: wat hebben ze door die barsten verloren? Door dat verlies in kaart te brengen, beseffen ze plots dat er toch heel wat gelijkenissen tussen hen zijn. Je haalt op die manier de kwaadheid weg, en je verbindt hen opnieuw, in hun verlies. Ze leren opnieuw met elkaar praten en horen elkaar weer.

De SCHIP-aanpak is dus geen tijdverlies?

Neen, integendeel. Het is inderdaad een extra stap die je inbouwt, vóór de bemiddeling. Om het volledige SCHIP-traject doorlopen heb je een tiental sessies nodig. Dat lijkt veel, en het vraagt ook in-

spanningen van de mensen: niet alleen tijd en geld, ze moeten ook echt wérken aan hun gezamenlijke rouwproces. Maar de resultaten zijn wel effenaf positief, je wint er uiteindelijk zelfs tijd mee. Want ook als je niet het volledige traject doorloopt, merk je al dat de bemiddeling achteraf veel vlotter verloopt. Er zijn minder sessies nodig en de afspraken die de bemiddeling oplevert zijn duurzamer: dankzij het SCHIP-traject hebben de mensen een goede basis om ook later, in het co-ouderschap, makkelijker obstakels te overwinnen.

Ik was zelf een beetje sceptisch in het begin. Ik heb eerst de basistraining gevolgd in Nederland, en heb daar elementen van uitgeprobeerd in mijn gewone bemiddelingszaken. Dat leverde zo'n goede resultaten op dat ik ondertussen ook de verdiepingstraining heb gevolgd en nu het volledige SCHIP-traject aanbied. Voorlopig ben ik in Vlaanderen een van de weinige gecertificeerde SCHIP-behandelaren die een verdiepingstraining hebben gevolgd. Gelukkig zijn er meer en meer collega's die de basistraining volgen. Hoe meer de methodiek bekend raakt, hoe meer mensen we vooruit kunnen helpen en hoe meer conflicten we kunnen vermijden. Want daar draait het uiteindelijk om: zorgen dat ex-partners voorbij de kwaadheid raken en samen goede afspraken kunnen maken zodat ze elk opnieuw vooruit kunnen.



Meer weten?

Wil je zelf op een goede manier een misgelopen relatie verwerken? Neem dan een kijkje op www.lisabethveerle.be/schip-aanpak. Je vindt er meer informatie over de aanpak, en de contactgegevens van Veerle Lisabeth.

Voor wie als rechter, advocaat, bemiddelaar, CAW-medewerker,... meer wil weten over de SCHIP-aanpak zijn er regelmatig online infosessies. Wil je hiervan op de hoogte worden gehouden, stuur dan een mailtje naar v.lisabeth@telenet.be.

