

# Geweld

INFORMATIE EN ADVIES VOOR OUDERS

# in huis

# raakt

# kinderen



Wist u dat de gevolgen van het zien of horen van geweld in het gezin net zo groot zijn als zelf geslagen worden? Ook als het geweld gestopt is.



Bij geweld in het gezin tussen (ex-)partners worden **kinderen** vaak over het hoofd gezien. Toch hebben zij meer in de gaten dan u denkt. Dit kan grote **gevolgen** hebben. Zelfs voor baby's en hele jonge kinderen.

## Familiaal geweld is:

- ruzie maken, schreeuwen, dreigen
- negeren, vernederen, uitschelden
- slaan, schoppen, door elkaar schudden
- opsluiten, buitensluiten, afpersen
- wantrouwen, stalken, achtervolgen

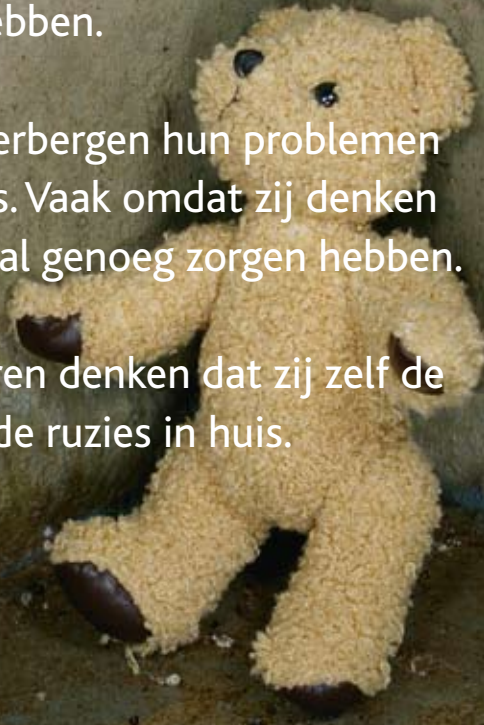
Een kind merkt de **spanningen** tussen ouders altijd. Ook als het op zolder ligt te 'slapen'.

Geweld of de dreiging van geweld tast het gevoel van veiligheid aan.

Oók bij kinderen die er geen problemen mee lijken te hebben.

Veel kinderen verbergen hun problemen voor hun ouders. Vaak omdat zij denken dat hun ouders al genoeg zorgen hebben.

Bijna alle kinderen denken dat zij zelf de schuld zijn van de ruzies in huis.



# Kinderen over geweld tussen hun ouders



'Het voelt alsof er een stuk van mijn hart is uitgerukt' **Nadya - 8 jaar**



'Ik denk dat de ruzie tussen papa en mama mijn schuld is. Maar nu heeft mama het allemaal uitgelegd. Nu weet ik dat het niet mijn schuld is' **Joey - 7 jaar**



'Eigenlijk wil ik niet vertellen hoe ik mij voel. Als ik het vertel dan denk ik er meer aan en moet ik weer huilen' **Sophie - 7 jaar**

Uitspraken van kinderen die hebben meegedaan met de boomhut, een 'Let op de kleintjes'-project.

*Namen zijn gefingeerd.*

## Feiten

- In België zijn jaarlijks tussen 26 000 en 170 000 kinderen getuige van geweld tussen hun ouders.
- Ongeveer 30% van de kinderen probeert tussenbeide te komen.
- Soms is één ouder gewelddadig, soms beiden.
- Vaak speelt alcohol een rol bij geweld in het gezin.



# Ieder kind reageert anders op spanning en geweld in huis

Dat is **afhankelijk** van **leeftijd** en **karakter**.

Ook **reageren** jongens hier meestal anders op dan meisjes.

**Jongens** worden eerder opstandig en boos.

**Meisjes** trekken zich vaker terug.

Kinderen **schamen** zich voor het geweld in hun eigen huis. Ze raken hiervan in de war. En praten er niet gemakkelijk over.

Zelfs niet met hun beste vrienden of vriendinnen. De meeste kinderen zullen hun ouders blijven verdedigen en doen alsof er thuis niets aan de hand is.

Ze dragen een geheim met zich mee: een gezinsgeheim.

Dat maakt ze **eenzaam**.





# Nog een paar gevolgen:

## **0 - 2 jaar:**

niet goed groeien  
veel huilen  
eet- en slaapproblemen  
lusteloosheid

## **2 - 6 jaar:**

angstig en schrikachtig  
last van hoofdpijn en buikpijn  
opvallend druk of opvallend stil  
agressief naar leeftijdsgenoten

## **6 - 12 jaar:**

tegedraads gedrag  
tegenvallende resultaten op school  
terugtrekken, afwezig zijn en  
snel boos worden

## **12 - ouder:**

spijbelen of andere schoolproblemen  
vandalisme  
weglopen  
drugs- en alcoholgebruik

Kinderen die getuige zijn van geweld in het gezin lopen grotere kans om later slachtoffer te worden van gezinsgeweld.  
Of dader.



Als geweld langere tijd blijft duren, volgen de geweldsituaties elkaar steeds sneller op.

Hoe jonger het kind is, hoe groter de gevolgen.

**En die gaan niet vanzelf over.**

Kinderen blijven de dreiging van nieuw geweld voelen.

Ook als het geweld al een tijdje is gestopt.

# Wat kunt u doen voor uw kind?

## Als het geweld thuis nog niet is gestopt:

- Zorg eerst voor de veiligheid van uw kinderen en uzelf.
- Als de dreiging groot is: ga naar de politie.
- Praat met uw huisarts, een familielid of een bekende die u vertrouwt.
- Neem contact op met het onthaal van het CAW (zie [www.caw.be](http://www.caw.be) voor contactgegevens).  
Zij kunnen u en - indien wenselijk - ook uw partner en kinderen hulp bieden of doorverwijzen.



# Als het geweld is gestopt



- Indien u twijfelt of uw kind hulp nodig heeft bij het verwerken van het geweld, neem gerust contact op met het onthaal van het CAW. Indien uw kind ernstige problemen heeft met verwerking, kan u rechtstreeks contact opnemen met het kinderteam van het Centrum Geestelijke Gezondheidszorg in uw regio.  
Hoe sneller u dat doet, hoe beter dit is.
- **Praat** met uw kind op een voor uw kind begrijpelijke manier.
- Probeer het **vertrouwen** van het kind te herstellen.
- Zoek **steun** bij mensen waar u en uw kind vertrouwen in hebben.

# Professionele hulp



- Professionele hulpverleners kunnen uw kinderen helpen met het verwerken van het geweld dat zij hebben meegemaakt. Soms gebeurt dit **in groepjes**, samen met andere kinderen, die vergelijkbare ervaringen hebben.
- Hulpverleners kunnen u ondersteunen als u **met uw kinderen** wilt praten over wat zij hebben meegemaakt. Vraag hier ook zelf om!
- Zoek hulp voor **uzelf**, als het kan samen met uw partner. Ook dat is in het belang van uw kinderen!

# Wat kan een groep voor kinderen betekenen?

- Minder angst
- Meer plezier
- Meer zelfvertrouwen
- Meer sociale vaardigheden
- Groter gevoel van veiligheid

## Tips voor ouders

- **Laat zien** dat een ruzie niet hoeft te leiden tot geweld
- Laat zien dat het belangrijk is om het weer **goed** te maken
- Laat uw kinderen weten dat ze er mogen zijn: **geef** ze **complimenten** en aandacht.
- Doe met elkaar **leuke dingen** en activiteiten.





## Tips voor het praten met uw kinderen

- Praat met uw kind over wat er is gebeurd. Apart maar ook samen met broertjes of zusjes.
- Vraag aan uw kind hoe hij het geweld heeft beleefd.
- Toon begrip. Geef uw kind erkenning voor de manier waarop hij het geweld heeft beleefd. Ook al heeft u het zelf anders ervaren.
- Leg uw kind uit dat het zijn schuld niet was.
- Vraag aan uw kind met wie het nog meer zou willen praten.

## Tips bij scheiding

- Maak in het bijzijn van de kinderen geen ruzie, bijvoorbeeld over de bezoeksregeling.
- Maak met elkaar goede afspraken waar en wanneer u elkaar spreekt als ouders van uw kinderen.
- Praat met uw kinderen niet negatief over uw ex-partner.

## Steuntje in de rug

Uw kind kan, naast professionele **hulp**, behoefte hebben aan een extra steuntje in de rug. Bijvoorbeeld van een juf op school of van de moeder van een goede vriend(in). Iemand die het in **vertrouwen** kan nemen. **Praat** hierover met uw kind.

Kinderen kunnen zich meestal goed herstellen van de gevolgen van geweld in het gezin. Dit herstel heeft wel tijd nodig. Hoe eerder een kind hulp krijgt hoe beter.



# Gevolgen voor ouders

De gevolgen van geweld in het gezin bij de **kinderen** worden voor ouders vaak pas echt duidelijk wanneer het geweld is gestopt.

Want een gewelddadige relatie kost veel **tijd** en **energie**.

Als het geweld is afgelopen kunnen kinderen plotseling 'lastig' worden.

Voor ouders kan het moeilijk zijn om daarmee om te gaan.



- Soms beseffen ouders dat ze, door alle problemen, eigenlijk nog maar **weinig contact** hebben met hun eigen kinderen. Ouders kunnen zich hierover schuldig en verdrietig voelen.
- Soms krijgen ouders het gevoel dat ze niet meer **serieus** worden genomen door hun kinderen, bijvoorbeeld omdat ze slecht luisteren.
- Soms vinden ouders het **moeilijk** om hun kinderen te straffen, omdat ze vinden dat hun kinderen al genoeg hebben meegemaakt. Of weten ze juist niet goed hoe ze hun kind moet belonen.

Herkent u dat?

# Op een rijtje. Enkele redenen om als ouder hulp te vragen:

- om het geweld in uw gezin te stoppen
- om te zorgen voor veiligheid
- om het 'gezinsgeheim' te doorbreken en bespreekbaar te maken
- om beter te begrijpen welke gevolgen familiaal geweld heeft op uw kinderen en op u als ouders
- om te zorgen dat de ontwikkeling van uw kind niet in gevaar komt
- om te zorgen voor een goede begeleiding van uw kinderen
- om te leren anders om te gaan met spanningen en ruzie's
- om te leren omgaan met uw gevoelens van verdriet over het geweld

Welke reden ziet u?



## Wees niet bang om hulp te vragen



Veel ouders zijn bang om hulp te vragen omdat zij denken dat hun kinderen dan bij hen worden **weggehaald**.

Maar: hulp zoeken betekent **niet** dat je je kinderen kwijtraakt.

Het komt zelden voor dat kinderen uit huis worden geplaatst wanneer ouders **zelf** voor voldoende hulp en steun zorgen.

Een realisatie van het Steunpunt Algemeen Welzijnswerk.  
Concept: Movisie, [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl)



MET DE STEUN VAN



**Tel.: 078-150 300**

Als u het moeilijk vindt om de hele folder mee te nemen scheur onderstaande strook af en bewaar het telefoonnummer voor als u het nodig hebt.

[www.caw.be/geweldinhetgezin](http://www.caw.be/geweldinhetgezin)