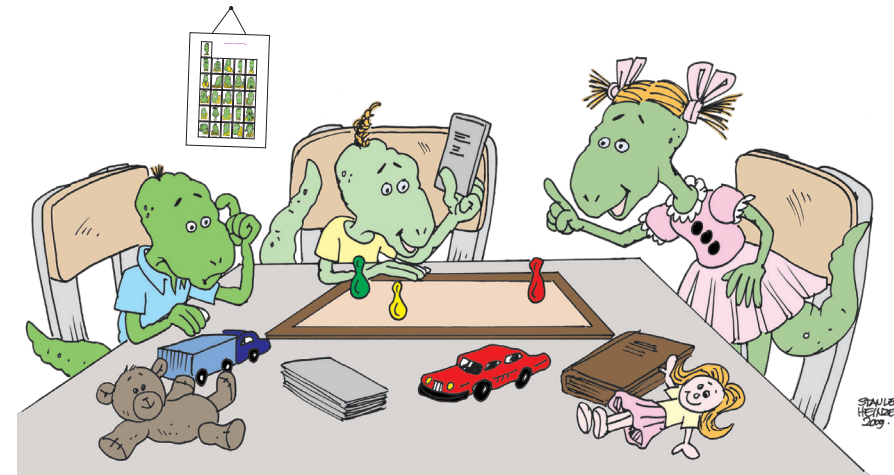


De Dappere Dino's

In Nederland zijn ieder jaar ongeveer 70.000 kinderen betrokken bij de (echt)scheiding van hun ouders. Vooral voor jonge kinderen is een scheiding een ingrijpende gebeurtenis, die vaak met veel verdriet en onzekerheid gepaard gaat. Toch hoeft een scheiding niet vanzelfsprekend blijvende gevolgen voor de kinderen te hebben, zo blijkt uit onderzoek. Daarvoor is het vooral belangrijk dat kinderen veel steun ervaren in hun directe omgeving. Het programma Dappere Dino's creëert een ondersteunende groepsomgeving, waarin kinderen onder begeleiding van speciaal opgeleide trainers leren omgaan met problemen en emoties rond de scheiding van hun ouders.



TNO innovation
for life



TNO Child Health
Wassenaarseweg 56
Postbus 2215
2301 CE Leiden

PI Research
Rijksstraatweg 145
Postbus 366
1115 AP Duivendrecht

Informatie voor ouders



EEN INGRIJPENDE GEBEURTENIS

Voor veel kinderen is de (echt)scheiding van hun ouders een onverwachte, overweldigende en ongewenste ervaring. Ook al probeert u de kinderen zo veel mogelijk te ontzien, toch leidt de scheiding voor hen onvermijdelijk tot grote veranderingen. Uw kind moet misschien verhuizen en naar een andere school, en soms raakt het zelfs broers of zussen als huisgenoten kwijt.

Bij een scheiding ervaren veel kinderen gevoelens van boosheid of schuld. Soms zijn ze angstig, verward en onzeker over de toekomst. Het is goed dat kinderen dergelijke gevoelens een plek geven, zonder deze weg te stoppen. Daarnaast is het belangrijk dat kinderen ook in deze moeilijke periode gewoon 'kind kunnen zijn'. Daarvoor is het essentieel dat zij los komen van het conflict dat tussen de ouders speelt.

EXTRA STEUN VOOR UW KIND

De (echt)scheiding brengt ook voor uzelf grote veranderingen met zich mee. U en uw ex-partner hebben waarschijnlijk veel te regelen. In die situatie is het soms lastig om uw kind optimaal te blijven ondersteunen. Dan kan het een goed idee zijn om uw kind wat extra steun te geven, bijvoorbeeld door hem of haar mee te laten doen met Dappere Dino's. Dit groepsprogramma is speciaal ontwikkeld voor kinderen van 6-8 jaar van gescheiden ouders. Uit Amerikaans onderzoek blijkt dat het programma helpt bij het voorkomen en verminderen van problemen bij kinderen. Onder begeleiding van speciaal opgeleide trainers praten zij over hun gevoelens en problemen. De kinderen ontdekken dat zij niet de enigen zijn die een scheiding meemaken. En ze oefenen spelenderwijs om stap voor stap goede oplossingen te vinden voor de problemen die ze tegenkomen.

WAT KUNT U ZELF DOEN?

Het is goed om als ouder op rustige momenten met uw kind te praten over de gevoelens en ervaringen bij de (echt)scheiding. Laat merken dat u begrijpt wat uw kind voelt, denkt en wenst. Uw kind zal zich zo door u geholpen en ondersteund voelen. Dat vermindert eventuele spanningen bij uw kind.

OP ZOEK NAAR OPLOSSINGEN

Jonge kinderen reageren vaak met intens verdriet op het uit elkaar gaan van hun ouders. Ook allerlei angsten, fantasieën over een verzoening tussen de ouders, woede en schuldgevoelens komen veel voor. Aan al deze zaken besteedt Dappere Dino's aandacht, maar het programma maakt de scheiding niet tot een 'zwaar probleem'. De boodschap is dat een scheiding uiteindelijk kan leiden tot een stabiele situatie, waarmee je heel goed kunt leven. De trainers gaan steeds uit van de eigen kracht van het kind. In de groep ontdekken de kinderen dat de scheiding niet hun schuld is en dat alle gevoelens rondom de scheiding normaal en begrijpelijk zijn. In de Dappere Dino's-groep leren zij daarmee om te gaan en zich beter aan te passen aan de nieuwe situatie.

HOE ZIET HET PROGRAMMA ERUIT?

De Dappere Dino's komen gedurende vier maanden wekelijks bij elkaar, totaal twaalf keer. De groep bestaat uit vier tot zeven kinderen. Het programma wordt verzorgd door speciaal opgeleide trainers. Zij zorgen voor een omgeving waarin ieder kind zich veilig voelt om te praten over de situatie na de (echt)scheiding. In de groep leren de kinderen veel van elkaar. Kinderen voelen zich meestal gesteund en gestimuleerd door de ervaringen van andere kinderen die ook een (echt)scheiding hebben meegemaakt. Uiteraard geldt als regel: niemand brengt de persoonlijke verhalen van de andere kinderen buiten de groep.

Het programma behandelt de volgende hoofdthema's:

1. Het kind en zijn of haar gevoelens (bijeenkomsten 1-3)
2. Leren omgaan met gevoelens en problemen (bijeenkomsten 4-7)
3. De relatie tussen ouders en kind (bijeenkomsten 8-9)
4. Hoe ervaart het kind zichzelf en zijn of haar gezin? (bijeenkomsten 10-12)

De trainers werken veel met een 'groepsdino', een knuffeldier dat de kinderen vertelt hoe hij omgaat met (echt)scheiding van zijn eigen ouders. Elk kind krijgt na afloop een Dappere Dino Diploma en de groep eindigt met een feestje!

MEER INFORMATIE:

www.dapperedino.nl

