



Nieuw gezin, nieuwe uitdagingen

Het klinkt o zo gezellig: met het samengestelde gezin met z'n allen aan een grote eettafel. Maar twee derde van de samengestelde families gaat na vijf jaar alweer uit elkaar. Dat schreeuwt om de vraag: bestaat er wel een manier om het goed te doen?

TEKST **Nathalie de Graaf**

6

M

ensen zeggen weleens: je wist waaraan je begon. Maar dat wist ik niet,' vertelt Foekje (37). Samen met haar partner vormt ze een samengesteld gezin met drie kinderen: één zoon kreeg ze met haar ex, twee met haar huidige vriend. 'Ons nieuwe gezin

loopt tegen heel andere problemen aan dan een 'normaal' gezin. Dat wisten we van tevoren niet. Zo was het voor mijn vriend bijvoorbeeld best lastig om ineens in een leven te worden gezogen met een kind waar hij voor zijn gevoel geen zeggenschap over had. Dat leidde tot onderlinge conflicten, want hij had natuurlijk ook zijn mening en normen en waarden. Ook dat mijn vriend altijd tweehonderd procent gaf en daar voor zijn gevoel weinig voor terugkreeg van mijn zoon, was moeilijk voor hem. Waardoor ik vervolgens als een leeuwin opkwam voor mijn kind. Hij deed toch zijn best? Hij had toch niet voor deze situatie gekozen? Toen wij later samen ook nog twee zoons kregen, voelde en zag ik de voorkeur van mijn vriend voor zijn eigen kinderen – ondanks dat hij ook veel van mijn zoon houdt. Tot op de dag van vandaag doet dat pijn, omdat ik zie hoe hard mijn zoon zijn best doet om de aandacht te krijgen die hij op dat moment niet ontvangt. En andersom dat mijn vriend hem aandacht wil geven, maar dat hij er minder voor openstaat. Stiefband versus bloedband is gewoon anders. Daar heb ik toen echt te licht over gedacht.'

Ook Ilse (39) kwam erachter dat een relatie met een man met twee kinderen de nodige uitdagingen met zich meebrengt. Ze zegt: 'Het ging goed en ook de band met zijn kinderen was prima. Toch merkte ik al snel dat ik onrustig werd. De kinderen hadden al een leeftijd waarop ze een eigen wil hadden. Continu de tv of telefoon aan, ze moesten entertained worden en vriendjes en vriendinnetjes die alles overhoop haalden. Ik vond dat intens. Ook de momenten dat ze tegen elkaar etterden of megadruk deden, vielen me zwaar. Als het je eigen kinderen zijn en je daarin meegroeit is het anders denk ik. Het lastigst vond ik het als ze in een negatieve bui waren of geen contact maakten wanneer ze bij hun moeder vandaan kwamen. Het duurde dan altijd twee dagen voor ze weer een beetje relaxed en positief waren en het contact weer fijn was. Vakanties afstemmen met de moeder van de kinderen was ook een ding. En doordat de vakantie gesplitst moest worden, was er nooit ruimte voor een lange, verre reis.' Patricia Heije is oprichter van Stiefgoed, dat mensen begeleidt die een samengesteld gezin hebben of gaan vormen. 'Stellen gaan vaak met dezelfde ideeën, verwachtingen en normen en waarden een samengesteld gezin in, als waarmee ze een kerngezin ingaan,' zegt ze. 'Maar een samengesteld gezin is anders, het is eerder een organisatie- dan een gezinssysteem. Waarom? Omdat je bestaande systemen samenvoegt. Er zijn al kinderen, er is bagage, er zijn ex-partners. Dat verloopt heel anders dan wanneer je verliefd wordt en samen in de loop der tijd een gezin begint. Mensen denken ook dat er pas sprake is van een samengesteld gezin als je

'Ik zie de voorkeur van mijn vriend voor zijn eigen kinderen – ondanks dat hij ook veel van mijn zoon houdt. Dat doet pijn'

samenwoont, maar het begint al eerder. Als je met iemand datet die kinderen heeft, is dat meteen een issue. Je nieuwe liefde kan bijvoorbeeld niet, omdat de kinderen dat weekend bij diegene zijn. Je kunt niet samen vrij een nieuwe relatie opbouwen. Toch willen velen na verloop van tijd samenwonen. Ze zijn verliefd, en daar hoort voor hen samenwonen en trouwen bij. Maar hoe rustig je het ook aanpakt, in een samengesteld gezin loop je tegen heel andere dynamieken aan dan in een 'gewoon' gezin.'

Ga eerst latten

Ook relatie- en scheidingsexpert Roos Boer ziet dagelijks in haar praktijk de problemen waar stellen tegenaan lopen. 'Zo is er in het stiefgezin vaak de druk dat het dit keer wél goed moet gaan. Nog een keer een scheiding, dat wil niemand. Zeker voor de kinderen niet. Het gevolg is dat dingen onbesproken blijven om de lieve vrede te bewaren. Dat werkt averechts. Goede communicatie is – helemaal in samengestelde gezinnen – de key.'

Wat de relatie-expert ook regelmatig hoort is dat de andere ouder nog een te grote invloed heeft en dat dat voor problemen zorgt in het nieuwe gezin. 'Mensen komen tussen twee vuren te staan. Willen het goed doen voor hun ex én hun nieuwe partner. Deze problemen spelen doorgaans als het oude gezin niet goed afgerond is en mensen nog in de oude patronen met de ex-partner vastzitten. Als er nog te veel oud zeer is en mensen niet goed zijn losgekomen van elkaar. Het is van groot belang dat oude zeer op te ruimen, want anders neem je je sores mee in de nieuwe relatie. Dat kan opnieuw

voor problemen zorgen. Zeker als de nieuwe relatie ontstaan is vanuit een affaire. Er speelt dan wrok, woede, verdriet en schuldgevoel. De ex-partner krijgt vaak onvoldoende ruimte om een en ander te verwerken. Ik zeg altijd: neem de tijd. Ga eerst met je ex aan de slag en rond de scheiding goed af. Introduceer je kinderen niet te snel bij je nieuwe partner en ga eerst eens een flinke tijd latten. Zo leer je elkaar goed kennen. Bedenk: een stiefgezin kan heel leuk zijn, maar iedereen bij elkaar zetten en het dan samen per se gezellig moeten hebben: dat werkt niet altijd.'

Foekje en haar vriend maken soms flink ruzie. 'Niet dat we dat graag willen, maar dat soort momenten laten wel zien waar we – achteraf, als we wat zijn afgekoeld – een gesprek over moeten hebben. We benoemen in zo'n gesprek dan ons gevoel, luisteren oprecht naar elkaar en erkennen elkaars gevoel ook. Vaak helpt het ook om het vanuit het perspectief van mijn zoon te bekijken. De gezinsdynamiek in een samengesteld gezin zorgt gewoon voor meer meningsverschillen en ondanks dat we op zo'n ►

Cijfers en zo

Uit cijfers van het CBS blijkt dat zo'n 255.000 kinderen in samengestelde gezinnen wonen (dat zijn alle kinderen van wie de ouders niet bij elkaar zijn en die wonen met minstens één stiefouder). Dat is 7,5 procent van alle minderjarigen.

Regelmatig heeft de andere ouder nog een te grote invloed, en dat zorgt voor problemen in het nieuwe gezin

moment lijnrecht tegenover elkaar staan, krijgen we meer begrip voor elkaar als we een en ander vanuit hem bekijken. Tijd voor jezelf, tijd samen en tijd alleen met mijn zoon zijn ook belangrijke zaken waar we goed op letten.'

'Communicatie en afspraken maken zijn cruciaal,' zegt Stiefgoed-oprichter Heije. En dan het liefst vóórdat je samenwoont. 'Een goede voorbereiding is het halve werk. Dat kun je samen doen of met een professional erbij. Wij werken met tien bouwstenen (stiefgoed.nl, red.). Daar zit bijvoorbeeld bij: uit wat voor gezin komen jullie zelf? En hoe denken jullie over zaken als het (verdelen van) de financiën en erfrecht? Welke normen en waarden hebben jullie? Wat vinden jullie belangrijk in de opvoeding? Het is goed om over deze bouwstenen na te denken en afspraken te maken voordat je het samengestelde gezin vormt. Op die manier kun je veel problemen voorkomen.'

Echte vrienden

Ilse realiseerde zich na zes maanden samenwonen dat ze meer tijd en ruimte voor zichzelf nodig had. Ze kocht een eigen huis, in de buurt van haar partner en diens kinderen. 'Toen ik het huis kocht, nam ik mezelf voor te allen tijde mijn eigen huisje te houden. Ik heb het nodig om me terug te trekken en op te laden. Mijn partner vond dat prima. Een week voor de overdracht van mijn woning kwam ik erachter dat ik zwanger was. Voor ons is dat geen reden om samen te wonen. Sterker nog: het lijkt me ideaal dat we twee huizen hebben als een van ons een nacht wil doorslapen.' En Foekje? Hoewel het niet altijd makkelijk is, geniet ze elke dag van haar dynamische gezin. 'Wat ik extra leuk vind is dat onze kinderen het goed kunnen vinden met de kinderen van mijn ex. Ze hebben dezelfde leeftijd en groeien samen op. Ze zien elkaar echt als vrienden. Hoe bijzonder is dat. Ik ben trots op hoe we het – ondanks de vele hobbels – doen.' •

fotografie Tom ten Seldam @ Superstom, styling Lieke Ouwinga

Top 5-problematiek + instant advies

- 1. Opvoeding** Een taak van de biologische ouders. Wel mag je je persoonlijke grenzen aangeven. Vliegt de spaghetti tijdens het eten regelmatig door de kamer? Zeg dat je daar niet blij van wordt. Maak afspraken. Worden je partner en jij het over cruciale zaken niet eens? Latten is ook heel leuk.
- 2. De ex** De andere ouder van je stiefkinderen verdient een plek in het stiefgezin. Al is het maar door een foto op de kinderkamer of door kinderen de gelegenheid te geven vrij op en neer naar papa of mama te gaan. Uit onderzoek blijkt dat nieuwe relaties vaak op niets uitlopen als de ex-partner de relatie niet steunt. Maar belangrijker nog: voor een kind is het niet te verteren als papa of mama er niet gewoon mag zijn. Investeer in de relatie met de andere ouder.
- 3. Niets terugkrijgen van je stiefkinderen** Het is héél makkelijk overspannen worden in een samengesteld gezin. Stel je verwachtingen bij: van je eigen kinderen krijg je toch ook geen bedankje?
- 4. De lieve vrede bewaren, want nee, niet weer een scheiding** Als je niet praat, riskeer je juist een scheiding.
- 5. De liefdesbaby** Denk niet dat een liefdesbaby op magische wijze een samengesteld gezin lijmt. Kan wel, maar een baby samen kan ook voor scheve gezichten zorgen, omdat dit kind wél met beide ouders in één huis opgroeit. Oh, en over de term liefdesbaby gesproken: doe maar niet. Niet leuk voor de bestaande kinderen en het kind zelf, en de meeste ouders vinden het ook niet zo tof.