

Jaloers op je halfbroertje of halfzusje?

Praat mee over dit onderwerp
op www.grotergroeien.nl

Als ouders scheiden, blijven de meeste kinderen bij de moeder wonen en gaan ze regelmatig logeren bij de vader. Maar stel dat de ouders opnieuw verliefd worden en die partner heeft al kinderen? Of als er een baby op komst is? Wat gaat er in zo'n kinderhoofdje om als de hele gezinssituatie verandert en hoe kun je hier als ouder het beste mee omgaan?

"De basis van een stiefgezin bestaat uit verdriet en verlies: een ouder is overleden of de ouders zijn uit elkaar. Een kind krijgt in één keer veel te verwerken. Het verliest grotendeels het contact met tenminste één ouder, gaat vaak verhuizen en de financiële situatie verslechtert meestal," weet psycholoog en kindertherapeut Jet Scheeren van praktijk Alles KITS in Utrecht. Ze benadrukt dat in veel gevallen het voor kinderen moeilijk is om aan het nieuwe stiefgezin te wennen. "Een scheiding is een grote verandering waar een kind niet vrijwillig voor kiest. Het is lastig om te zien dat zijn moeder en vader opnieuw beginnen en het liefst het verleden achter zich laten. Maar het kind is juist zo'n wezenlijk onderdeel van dat verleden. Het is daarom belangrijk om samen herinneringen op te halen aan toen hij geboren werd, leerde lopen en fietsen, zonder daarbij de ex te verzwijgen. Dan is er nog het schuldgevoel. Een kind denkt al snel dat als hij beter zijn best had gedaan, zijn ouders vast niet uit elkaar waren gegaan."

Ultieme relatietest

De verwachtingen van een nieuwe relatie zijn hooggespannen. Maar een nieuw gezin, met ieder zijn verleden brengt een ander soort dynamiek met zich mee. Jet: "Afhankelijk van de leeftijd van de kinderen, duurt het wel een paar jaar voordat er een evenwicht is ontstaan. Kinderen zijn angstig dat

misschien deze relatie ook weer stukloopt. Het lijkt soms wel of ze de stiefouders uit elkaar willen drijven. Maar een stuk waarschijnlijker is dat ze bezig zijn de standvastigheid van de relatie te testen. Kinderen vinden het niet fijn om de aandacht van hun moeder of vader te delen met de stiefouder en ook nog eens met een nieuw kindje. Jaloezie steekt dan de kop op."





Miriam Peters (30) is getrouwd met Jan en moeder van Ella (4). Jan heeft twee zoons uit zijn vorige huwelijk: Tim (17) en Nick (12).

"Toen ik Jans' zoons leerde kennen, waren ze bijna 6 en 11. Jan heeft met zijn ex een co-ouderschap. De ene week zijn de kinderen bij hun moeder, de andere week bij hun vader. Tim had veel problemen met de scheiding, dat had zeker te maken met zijn leeftijd. Nick vond het juist heerlijk dat ik veel met hem knuffelde en 's avonds voorlas. Daarnaast vond ik het moeilijk om twee kinderen op te voeden die niet van mij zijn. Jan is de man van mijn dromen, maar door de ruzies over zijn kinderen wilde ik af en toe het liefst vertrekken. Ik voelde altijd die enorme loyaliteit naar hun moeder. Dat er verschil is in houden van, merkte ik toen ik Ella kreeg. Ik was intens verliefd op haar. Het ging in ons gezin al langer niet zo goed met Tim. In de week dat Ella is geboren, ging hij weer bij zijn moeder wonen. Hij was niet blij met de nieuwe baby. De jongste vond het juist geweldig. Natuurlijk is hij af en toe jaloers ... als Ella een schommel krijgt en hij niet. Maar als ik uitleg dat hij op sportkamp mag, is het goed. Ik probeer mijn dochter niet voor te trekken, maar ik merk dat ik toch onderscheid maak tussen mijn eigen kind en mijn stiefkinderen. Ik houd van mijn stiefzoons, maar anders dan van Ella. Naar de jongens toe ben ik sneller geïrriteerd en dat merken ze ook. Een tijdje geleden zei Nick tijdens een verjaardag: 'je pakt me nooit vast'. Dat vond ik heel erg en ik heb hem alsnog op beide wangen gekust. Zo onvolwassen van mezelf, want dat vastpakken doe ik wel bij Ella. Nick en Ella zijn dol op elkaar. Als ik boos ben op Nick gaat ze tussen ons in staan en ze huilt als hij weer een week naar zijn eigen moeder gaat. Sinds Tim bij zijn moeder woont, heeft dat wel meer rust gebracht. Als hij nu komt, ben ik ook blij om hem te zien. Onze band is zoveel beter geworden en we gaan meer als vrienden met elkaar om."

Nieuwe baby, nieuwe concurrentie

Als twee gezinnen samen een nieuw gezin gaan vormen, verandert de positie van het kind. Van oudste naar jongste bijvoorbeeld, omdat de stiefvader oudere kinderen heeft. Opeens krijg je te maken met vreemde kinderen met wie je niet bent opgegroeid en waar je moeder of vader óók aandacht aan besteedt. Als de 'nieuwe' ouders samen een kindje krijgen betekent dit dat het definitief verleden tijd is dat zijn eigen ouders ooit weer bij elkaar komen. Volgens Jet een vaak diepgekoesterde wens. "Hoe jonger het kind, hoe groter de impact. Dat geldt overigens ook voor een gewoon gezin. Een nieuwe baby is afhankelijk van de ontwikkelingsfase toch een concurrent. Een jonger kind is bezig zelfstandig te worden, maar wil tegelijkertijd die koestering en troost. Een kind van 6 staat wat dat betreft steviger in zijn schoenen. Als een kind wat ouder is, zal het zich minder bedreigd voelen door de komst van de nieuwe baby. Ook al is je kind nog zo enthousiast, het zou best zo kunnen zijn dat-ie niet durft te zeggen dat hij het moeilijk of niet zo leuk vindt. Belangrijk is dat je openstaat voor zijn negatieve gevoelens en dat hij daar best met jou over mag praten. Geef aan dat je begrijpt dat het lastig is als de nieuwe baby huult of als je stiefkinderen veel aandacht

vragen. Overdrijf situaties, zodat ze grappig worden. Dus op zo'n manier, dat een kind zich vooral niet schuldig voelt zich te uiten. Het kind heeft recht om aan te geven dat het er moeite mee heeft de aandacht te delen. Maar dat wil niet zeggen dat je altijd een oplossing voor handen hebt, en geef vooral aan dat je het soms ook moeilijk vindt. Benadruk de unieke positie van je kind, geef af en toe een extra knuffel en ga samen iets doen."

'Hoe jonger het kind, hoe groter de impact van gezinsuitbreiding is'

Zoeken naar evenwicht

De liefde voor je eigen kind is onvoorwaardelijk. Er is geen loyaliteit die zo intens is als van ouder naar kind en andersom. Een vader die bijvoorbeeld meer tijd doorbrengt met zijn stiefkinderen dan zijn eigen kinderen kan zich hier schuldig over voelen. Dit zal een goede band met de stiefkinderen in de weg staan, maar ook met zijn eigen kind. "Maar niet alleen



Esther (36) is moeder van Cheyenne (15) uit een eerdere relatie. Samen met haar man Willem kreeg ze Chevez (5) en Cheane (1½).

"Een verbroken relatie laat zijn sporen na. Toen ik Willem leerde kennen, was ik al vijf jaar alleen met Cheyenne. Met haar biologische vader heeft ze alleen telefonisch contact. Hij woont inmiddels in Slovenië en de afstand is te groot om een goede band op te bouwen. Haar Engelse vader heeft bij een andere vrouw nog een dochter gekregen en een tweeling bij zijn nieuwe vrouw. Cheyenne ziet haar halfzusje wel af en toe, maar tussen hen is geen rivaliteit. Cheyenne was bijna 10 toen haar broertje werd geboren. Dat was voor haar erg wennen. Ze vond dat ik haar niet meer zag staan, maar dat is wel snel bijgetrokken. Ik ben heel close met mijn dochter. Ze hoeft niet met haar broertjes te concurreren, want ik heb voldoende tijd voor haar. Ik vind dat we door de komst van Chevez en Cheane wel meer een gezin zijn geworden. Willem maakt geen onderscheid, wel vindt-ie het jammer dat hij het prille begin van Cheyenne gemist heeft. Hij is heel nuchter en heeft Cheyenne nergens toe gedwongen. Willem heeft met haar ruim de tijd gehad om een goede band op te kunnen bouwen. Tijdens haar puberteit heeft ze wel haar hakken in het zand gezet. Toen is Willem wat meer op de achtergrond gebleven. Daarbij scheelt het dat Cheyenne al een stuk ouder is en we over veel dingen kunnen praten."

Claudia Zeegers is moeder van vier kinderen: Kiki (7), Lars (6), Yara (5) en Finn (6 weken). Drie kinderen uit haar eerste huwelijk en één uit een onlangs verbroken relatie. Sinds een paar weken heeft ze een relatie met Leo. Hij heeft vier kinderen met zijn ex-vrouw.

"Sinds drie jaar ben ik gescheiden. Mijn drie oudste kinderen, gaan eens in de twee weken een lang weekend naar hun vader. Hij heeft een nieuwe partner met een dochter van 15. Mijn kinderen zijn dol op haar. Ze zijn niet jaloers, misschien komt dat ook door het leeftijdsverschil. Toen ik zwanger raakte van Finn, maakte mijn toenmalige partner een einde aan onze relatie. Mijn kinderen vinden het geweldig dat ze een broertje hebben en doordat er geen contact is met de vader van Finn, verandert er voor hen weinig. Sinds een paar weken ben ik opnieuw verliefd. Leo heeft vier kinderen. Pasgeleden zijn we met zijn tienden gaan zwemmen. Daarna hebben we in zijn huis pannenkoeken gebakken. Leo is geweldig met mijn kinderen, zo open en betrokken. We zijn nog niet zover dat we besloten hebben om in één huis te gaan wonen. Ik weet ook niet hoe de kinderen met elkaar zouden omgaan. Het is dan toch minder vrijblijvend en zal misschien gaan botsen. Wat we ook beslissen: de gevoelens van de kinderen staan voorop."

ouders ook kinderen kunnen uit angst besluiten geen band aan te gaan met hun stiefvader of stiefmoeder. Ze willen hun biologische vader of moeder geen verdriet aan doen," legt Jet uit. "Dit zijn onderliggende gevoelens die het vormen van een stiefgezin extra moeilijk kunnen maken. Het is een vooroordeel dat je evenveel van je stiefkind als van je eigen kind zou moeten houden. Je kunt van je nieuwe partner houden, maar dat betekent niet automatisch dat je ook van je stiefkinderen houdt. Het houden van kun je niet sturen. Dat heeft vaak tijd nodig en ontwikkelt zich later wel of niet. Door daar eerlijk naar jezelf over te zijn, bouw je ook meer credits op bij je stiefkind. Stel je niet op als moeder of vader, maar juist als vriend of vriendin. Door elkaar rust en tijd te gunnen, vind je vroeg of laat een evenwicht waar ieder zich prettig bij kan voelen."

Meer info? Check deze sites!

- www.stief.nl
- stiefouders.eigenstart.nl
- www.oudersenkinderen.nl
- www.stiefouderstichting.nl

Boekentips

- Samengestelde gezinnen, Over de relatie tussen stiefouders en stiefkinderen, door Margreet Feenstra. Uitgeverij MOM. € 14,95.
- Samen gesteld. De dynamiek van het stiefgezin, door Jetje Heybroek-Hessels en Boukje Overgaauw. Uitgeverij SWP Amsterdam. € 19,95.
- Een nieuw gezin. Als je man al kinderen heeft, door Carolien Jolles. De Kern. € 12,50.