



Stiefgezinnen: vermijd onrealistische verwachtingen en neem de tijd

Parallel aan de toename van het aantal echtscheidingen neemt het aantal stiefgezinnen toe. Niet alleen na een echtscheiding, maar ook na het overlijden van één van de ouders kan een stiefgezin ontstaan. Aan een stiefgezin gaat dus altijd verlies en verdriet vooraf. Dit is één van de redenen dat het vormen van een evenwichtig stiefgezin geen eenvoudige opgave is. Het is vooral heel belangrijk dat stiefouders realistische verwachtingen hebben ten aanzien van het nieuw gevormde gezin. TEKST: HENRIËTTE SCHEEREN, FOTOGRAFIE: CORBIS

Vóór de Tweede Wereldoorlog kwam het geregeld voor dat de moeder in het kraambed stierf. De weduwnaar hertrouwde zo snel mogelijk, omdat hij niet zelf voor het huishouden en de kinderen kon zorgen. De vrouw met wie hij hertrouwde werd vaak met argusogen bekeken; zij werd als bedreiging gezien voor het bezit van de familie van de man en zijn overleden vrouw. Vandaar de vele sprookjes over de 'boze stiefmoeder'.

De laatste decennia ontstaat een stiefgezin steeds vaker na een scheiding. Omdat na de scheiding de meeste kinderen (85%) bij de moeder blijven wonen, hebben kinderen vaker

te maken met een stiefvader dan met een stiefmoeder. Maar daarnaast komen veel kinderen natuurlijk nog met regelmaat bij de andere ouder, die wellicht ook weer een nieuw gezin heeft gevormd, het 'weekend-stiefgezin' genoemd.

Een stiefgezin is geen kerngezin

Wat maakt het stiefgezin nu anders dan het eerste gezin, het kerngezin? Allereerst is het stiefgezin gevormd op een fundament van verdriet en verlies. Na het overlijden van een ouder volgt een periode van rouw. Bij een scheiding verliest het kind het dagelijkse con-

tact met ten minste één ouder, misschien heeft het gezin moeten verhuizen en vaak is de financiële situatie verslechterd. Als een kind eerst een tijd alleen met zijn moeder leefde, betekent de komst van een stiefvader het einde van zijn droom over een hereniging van zijn biologische ouders. Een (stief)ouder kan veel goedgevoelen, als hij/zij probeert zich in de verlieservaring van het kind in te leven. Een ander verschil is, dat de ex-partner cq. biologische ouder weliswaar niet fysiek, maar wel emotioneel – in de harten en gedachten van de kinderen – deel uitmaakt van het stiefgezin. Hoe positiever de ouders in het stiefgezin ten opzichte van de 'uitwonende' ouder staan, hoe beter een kind in staat is een relatie met de stiefouder op te bouwen.

Ook voor de ouder is het goed om stil te staan bij zijn eigen verlies. Een fysieke scheiding van de partner is snel gebeurd, maar een emotionele scheiding heeft meer tijd nodig. Zowel voor de ouder als het kind is het daarom goed om tussen het kerngezin en het stiefgezin een pauze van ongeveer twee jaar in te lassen. Een goed begin begint bij een goed einde! Het hoge echtscheidingspercentage bij 'stiefhuwelijken' (60% tegenover circa 45% bij 'gewone' gezinnen) is voor een belangrijk deel toe te schrijven aan 'haastige spoed' om te hertrouwen.

Tot slot ontwikkelen de verschillende rollen en taken van een volwassene zich in een 'normale' situatie geleidelijk. Eerst functioneert iemand vooral als individu. Vervolgens komt daar de rol als partner bij en daarna de rol als ouder. In een stiefgezin ontbreekt deze natuurlijke overgang en is het de kunst om met de drie rollen tegelijkertijd te jongleren.

Gevoelens bij kinderen in stiefgezinnen

Een veel voorkomend gevoel bij kinderen in stiefgezinnen is angst. Angst dat ook de stiefouderrelatie ophoudt te bestaan. Soms lijkt het alsof kinderen de (stief)ouders juist uit elkaar willen drijven, maar het is waarschijnlijker dat ze bezig zijn de standvastigheid van de relatie te testen. Daarnaast kampen kinderen in stiefgezinnen vaak met een loyaliteitsgevoel: doe ik mijn vader verdriet, als ik mijn stiefvader aardig vind? Beide gevoelens kunnen ertoe bijdragen dat het kind afstand tot de stiefouder houdt en zich niet aan deze persoon hecht.

Kinderen hebben er vaak moeite mee de aan-

dacht van hun vader of moeder met de stiefouder te delen. Ze tonen zich jaloers en verongelijkt. Als de stiefouder zelf kinderen inbrengt, kan bovendien de positie van het kind in het gezin veranderen: het oudste kind wordt bijvoorbeeld plotseling het jongste kind. Het kind zal deze positieverandering niet altijd met open armen ontvangen. Voor tieners en pubers is een beginnend stiefgezin extra moeilijk. In een periode waarin zij zich juist willen losmaken van het gezin, verkeert het stiefgezin in een fase van naar elkaar toegroeien. De ontwikkeling van het kind en van het stiefgezin lopen dus uit de pas.

Gevoelens bij stiefouders

De stiefvader die niet bij zijn biologische kinderen woont, kan zich schuldig voelen over het feit dat hij meer tijd met zijn stiefkinderen dan met zijn eigen kinderen doorbrengt. Om het schuldgevoel te 'bevriezen', kan hij besluiten een goede band met de stiefkinderen uit de weg te gaan.

Voor de stiefouder die (nog) geen eigen kinderen heeft, wordt de romantiek van een nieuwe relatie vaak ruw verstoord. In plaats van een avond hand in hand voor de open haard, worden de partners omringd door ruziënde kinderen of moet de ouder huiswerk overhoren. Bij de stiefouder kan dit leiden tot gevoelens van wrok en teleurstelling over de nieuwe situatie.

In een stiefgezin waarbij slechts één van de partners eigen kinderen inbrengt, ontbreekt vaak de balans. De ouder kan niets tegenover de inzet van de stiefouder stellen en kan zich daarover schuldig voelen. Of - erger nog - de ouder begrijpt de problemen van de partner niet en steunt de stiefouder niet in zijn/haar rol. Steun van de ouder voor de stiefouder cq. partner is sterk bepalend voor het slagen van de relatie én het stiefgezin.

Realistische verwachtingen

Niet-realistische verwachtingen liggen vaak ten grondslag aan problemen binnen stiefgezinnen. De eerste gedachte die stiefouders beter kunnen laten varen is dat 'ze van het stiefkind moeten en als vanzelfsprekend zullen houden'. Want liefde voor de partner betekent niet automatisch liefde voor zijn/haar kinderen en het uitblijven ervan leidt tot teleurstelling en schuldgevoelens. Het is beter te streven

naar respect, acceptatie en empathie. 'Houden van' ontwikkelt zich later of ontwikkelt zich niet.

Een andere 'valse' verwachting na een scheiding is 'dit keer doen we het beter'. Dit streven komt voort uit de behoefte aan te tonen dat het in een stiefgezin wél goed kan gaan. Of de ouder hoopt het verdriet en verlies van het kind te compenseren. Als het gezinsleven vervolgens niet vanaf het begin vlekkeloos loopt, rest er teleurstelling en zelfs wanhoop. Een betere gedachte is: het nieuwe gezin is niet beter of slechter, maar gewoon anders.

Opvoeden

Zelfs de bekende opvoedkundige, dr. Spock, moest bekennen dat hij met lege handen stond toen hij stiefvader werd. Alles week af van wat hij in zijn boeken had beschreven en geadviseerd. Hij heeft zijn opvoedingsstijl dan ook fors moeten aanpassen aan zijn stiefouderschap. Waarom is de rol als opvoeder voor een stiefouder zo moeilijk? In een kerngezin is er eerst een periode van verzorgen en stimuleren, van het opbouwen van een band met het kind. Pas daarna begint het echte opvoeden, waarin ouders een kind regels stellen en een kind leert gehoorzamen. Stiefouders kunnen er daarom niet vanuit gaan dat een kind meteen aan hem of haar gehoorzaamt. In stiefgezinnen zou dezelfde ontwikkeling als in een kerngezin moeten plaatsvinden: de stiefouder bouwt eerst langzaam een positieve relatie met het kind op en bemoeit zich pas daarna met de opvoeding. In het begin kan de stiefouder het beste de rol vervullen van vriend, mentor, klankbord of rolmodel. Deze fase kunnen de partners benutten om samen tot een opvoedingsstijl te komen die het beste bij het stiefgezin past.

Ervaringsdeskundigen menen overigens dat een democratische opvoedingsstijl in ieder geval voor stiefgezinnen het beste werkt. Bij deze opvoedingsstijl is de ouder eerder een gids of begeleider dan de baas. De democratische ouder is benaderbaar, redelijk, flexibel en stimulerend. Deze stijl nodigt het kind uit na te denken, een bijdrage te leveren aan het gezin en samen te werken. Een autoritaire of een te meegaande (stief)ouder zal weinig positiefs bereiken.

Henriëtte Scheeren is klinisch pedagoog, klinisch psycholoog en kindertherapeut i.o.

Aanvullende tips en aandachtspunten

1 Ondernem leuke activiteiten met alleen het kind. Dit geldt vooral voor de ouder, maar ook voor de stiefouder.

2 Maak vooral ook tijd vrij om als stel, zonder de kinderen, samen te zijn. Een belangrijke reden voor een tweede echtscheiding is dat er weinig kwaliteit-tijd wordt gestoken in de eigen relatie. Het stiefgezin wordt niet stabiel, zolang de relatie tussen de ouders niet stabiel is!

3 Maak tegelijkertijd de kinderen nooit ondergeschikt aan uw relatie. Een goede ontwikkeling van uw kind(eren) staat voorop. Het zoeken naar een voor alle partijen bevredigend evenwicht is één van de moeilijkste opgaven binnen een stiefgezin.

4 Voor een stiefouder is het mee-opvoeden van andersmans kinderen vaak een moeilijke en ondankbare bezigheid. Zorg naast het gezinsleven voor activiteiten waaraan u plezier beleeft en die bijdragen aan uw gevoel van eigenwaarde.

5 Probeer loyaliteitsconflicten te voorkomen. Bekritiseer de ex-partner, die nog steeds de ouder van het kind is, niet.

6 Meer dan in het kerngezin kunnen in het stiefgezin seksuele spanningen worden ervaren. Het incesttaboe is afwezig, waardoor vooral pubers eerder tot seksueel contact of zelfs misbruik van stiefbroertjes of -zusjes kunnen overgaan. Maak seksualiteit onderwerp van gesprek en stel regels, bijvoorbeeld over hoe (on)aangekleed gezinsleden door het huis lopen of over kloppen voordat iemand een reeds bezette badkamer inloopt. Het biedt geen oplossing om uit ongemak dit onderwerp te mijden.

7 Houd goede hoop en moed dat uw stiefgezin een succes wordt! Probeer te voorkomen dat het kind voor de tweede keer te maken krijgt met een verlies.

LITERATUROPGAVE

Einstein, E and Albert, Linda (2006). *Strengthening your stepfamily*. Impact Publishers, California.

Feenstra, Margreet (2004). *Samengestelde gezinnen. Over de relatie tussen stiefouders en stiefkinderen*. Uitgeverij MOM, Houten.

Heybroek-Hessels, I. en Overgaauw, Boukje (2004). *Samen gesteld. De dynamiek van het stiefgezin*. Uitgeverij SWP, Amsterdam.