



# Op eigen koers

Vondellaan 43,  
3818 WN Amersfoort  
tel: 033-461.35.78  
of 06-50.258.174  
Fax 0847-113314  
www.opeigenkoers.nl  
KvK A'foort 31042056  
aangesloten bij NVP, VNGN

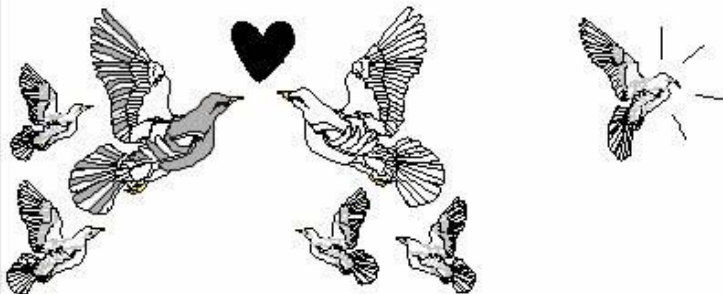
## Stiefgezinnen in een notendop, droom en werkelijkheid

*Het was voor Ans vanzelfsprekend dat ze ook van Kika, de 9 jarige dochter van Ad, zou houden . Ze hoorde immers bij hem. Elke 14 dagen komt ze een weekend bij hen. Nu, 2 jaar verder, realiseert ze zich, dat ze steeds meer opziet tegen die weekenden. Ze trekt zich meer en meer terug en ze is elke keer opgelucht als Ad zijn dochter weer naar haar moeder brengt; zo, die is mooi weer weg! Ze voelt zich schuldig en boos tegelijk.*

Stiefgezinnen, of nieuw samengestelde gezinnen, kwamen vroeger bijna alleen voor na het overlijden van een partner. Met het toenemen van het aantal echtscheidingen groeit ook het aantal stiefgezinnen. In 2004 waren er ongeveer 260.000 stiefgezinnen in ons land. Per jaar komen er ongeveer 10.000 stiefgezinnen bij. Van die nieuwe relaties mislukt 60%. En 37% van de kinderen heeft geen contact met de niet verzorgende ouder. Op het woord stief lijkt geen zegen te rusten. Het woord stief was al niet populair, gezien de boze stiefmoeders o.a. uit de sprookjes van Grimm. Het liep nooit goed met hen af.

Het woord "stief" is terug te voeren tot het oud-Engelse woord "steop": beroofd van de bloedband. Dit is essentieel in het stiefgezin. "Stief" heeft niet dat mysterieuze, onzichtbare draadje, wat zo bindend is bij een bloedband, dat vanuit instinct zorgt voor bescherming, liefde door dik en dun. Stiefouders hebben niet het natuurlijke gezag over de kinderen, zoals biologische ouders dat hebben. De stiefband moet groeien en vraagt vaak veel aandacht en geduld. De leeftijd van de kinderen speelt een grote rol. Het zal

duidelijk zijn dat het baby's en peuters zich gemakkelijker voegen dan pubers. Pas de laatste jaren is er meer literatuur gekomen over stiefgezinnen. Veel paren moesten dus het wiel zelf uitvinden. Nu is er meer onderzoek gedaan en meer gepubliceerd. En in onze praktijk hebben



we er ook vaker mee te maken waardoor we er meer ervaring mee opdoen.

Laten we eerst onderscheid maken tussen een kerngezin en een stiefgezin. Het ontstaan van een kerngezin: twee mensen worden verliefd, gaan samen verder en krijgen kinderen. Eerst is er de relatie tussen twee geliefden, die daarna ouders worden. Samen ontwikkelen ze een gezinscultuur. Alles gaat geleidelijk. We zien overigens veel dat relatieproblemen in kerngezinnen veroorzaakt worden doordat de ouderrelatie zó de overhand krijgt dat ze als minnaars elkaar kwijt raken.

Bij het stiefgezin wordt men verliefd op iemand die kinderen heeft en misschien heeft men zelf ook kinderen. De kinderen worden direct onderdeel van de relatie, wat de opbouw van een goede relatie onontkoombaar beïnvloedt. Dus geliefden krijgen hier direct ook te maken met een ouderrelatie, die voor de ene partner een stiefouderrelatie is.

Vanuit de kinderen gezien gebeurt hier veel. In het begin is een nieuwe partner vaak wel interessant en welkom, maar als de relatie serieuzer wordt en hij zich met de gang van zaken gaat bemoeien wordt hij al gauw als een indringer gezien, wat zich vaak uit in opstandig gedrag van de kinderen. De nieuwe partner maakt dat de positie van de andere ouder, de ex, verandert. Dat raakt het loyaliteitsgevoel van de kinderen. Elk kind heeft de hoop dat papa en mama weer bij elkaar komen. Dus is een nieuwe partner bedreigend. Het kan voor een kind ook voelen alsof de ouder die een nieuwe partner heeft niet loyaal meer is aan de andere ouder, die dit gevoel gemakkelijk kan aanwakkeren; de verontwaardiging daarover wordt dan gemakkelijk op de nieuwe partner afgereageerd. En de aandacht van de ouder moet nu verdeeld worden tussen de kinderen en de nieuwe partner, wat al gauw een concurrentiepositie oplevert. Ieder kind moet opnieuw z'n plekje bepalen, letterlijk (verhuizing en/of delen van ruimte) en figuurlijk. Vanuit de positie van de geliefden is er ook een groot verschil met het kerngezin, n.l. een stiefgezin heeft behalve liefde, ook verdriet en rouw als fundament. Er is een overlijden of echtscheiding aan vooraf gegaan en misschien een (gedwongen) verhuizing waarbij de kinderen hun oude vriendjes moesten achterlaten. De ex moet worden losgelaten en de levensles uit de vorige relatie moet vaak nog worden geleerd. En, last but not least, de "exen" blijven de rol van ouder behouden. Die is hen niet af te nemen. Die ouderrol kan zeer bemoeilijkt worden als de ex de vroegere partner niet loslaat. Exen zijn gemakkelijk bang dat ze hun kinderen

aan de nieuwe partner van de andere ouder kwijt raken. Het is nodig om goede afspraken met ze te maken over de kinderen. Er kan sprake zijn van jaloezie en onenigheid over de opvoeding van de kinderen (regels thuis en regels in het weekendgezin).

Veel mensen beginnen vol goede moed aan een stiefgezin zonder goed zicht op de vele valkuilen. Vooral stiefmoeders hebben vaak hoge verwachtingen en denken dat als ze er maar genoeg liefde in stoppen en zich inzetten, alles wel goed zal komen. Om dan vervolgens jaren later te ontdekken dat ze geleidelijk aan zijn veranderd in een "boze stiefmoeder". (Stiefvaders houden in het begin vaak meer afstand en gaan niet zo snel "vaderen"). De vraag is dan: hoe heeft het zo ver kunnen komen?

Een stiefgezin doorloopt globaal genomen 4 fasen. Er zijn stiefgezinnen waarbij die fasen vrij snel en gemakkelijk doorlopen worden, maar hier staan we stil bij de gezinnen die langere tijd nodig hebben om een nieuw evenwicht te vinden.

### **Fase 1: de droomperiode**

De ouder en zijn nieuwe partner zijn verliefd en hebben het gevoel alles aan te kunnen. Ze dromen van een toekomst in harmonie. Ze maken plannen, vol vertrouwen. Natuurlijk zullen er problemen zijn, maar samen staan ze sterk. Ze hebben het vertrouwen dat droom en werkelijkheid overeen gaan komen. Op de voorgrond staat de verliefdheid en de nieuwe start. De valkuilen die hen mogelijk te wachten staan zijn nog niet voelbaar, zelfs als de geliefden zich heel bewust proberen voor te bereiden. Een van de valkuilen is de illusie dat ze weer een kerngezin kunnen vormen. Ieder verandert echter van plaats en het nieuwe veld verandert zodanig dat heel lastig in te schatten is hoe ieder daadwerkelijk op de nieuwe situatie zal reageren. De tijd en de ervaring zal het moeten leren.

*Zo droomden Ad en Ans over hun toekomst. Ze wilden zelf ook nog kinderen en dan zou Kika de oudste zus zijn. Kika zou het fijn hebben bij hen in de weekenden en vakanties. Ans kon het goed met haar vinden en ze deden leuke dingen samen.*



De nieuwe bloesem reikt tot in de hemel.

### **droom begint te wankelen**

In de praktijk loopt het toch vaak anders. Er komen irritaties en “negatieve” gevoelens die echter, vooral in het begin, snel worden weggedrukt, en meestal niet worden geuit. De “sensatie” (boog van Zinker) is er mogelijk wel, maar ze laten hun werkelijke gevoelens niet echt toe, horen niet op welke wensen dat wijst, of ze slikken die wensen in. Dit gaat wringen. Er wordt veel in stilte geleden. Ze snappen niet waarom het fout gaat, terwijl ze zo hun best doen. Het inslikken wordt zelfs wel als liefdesdaad gezien om de lieve vrede te bewaren. Maar het helpt niet; sterker nog, ze krijgen er geen erkenning voor. De stiefouder krijgt vaak het gevoel te moeten vechten voor zijn of haar plek. En de biologische ouder voelt zich gemakkelijk klem tussen de stiefouder en de eigen kinderen.

*Toen ze echt samen woonden, merkte Ans dat Kika stugger werd naar haar. Toen Ad zijn dochter hier op aansprak, zei ze: “mama vindt Ans een trut en ik vind haar eigenlijk ook niet aardig, ze doet zo bazig” en barstte in huilen uit. Ad probeerde zijn dochter te troosten en besteedde extra aandacht aan haar, want ze had het al zo moeilijk met de*

*scheiding. Ans voelde zich meer en meer op een zijspoor gezet als Kika er was en ze trok zich steeds vaker terug. Kika, begroette haar soms niet eens meer. Ans merkte dat ze geleidelijk aan een hekel kreeg aan Kika en daar voelde ze zich schuldig over. Ze begon zich ook af te vragen of ze wel een goede moeder zou zijn, moesten ze wel aan kinderen beginnen? Ze voelde zich ongelukkig. Dit was niet wat ze had verwacht.*

### **Fase 3: de periode van de nachtmerries; nu de droom aan diggelen is**

Het wordt onmogelijk de frustraties nog langer te verbergen. De werkelijkheid staat zo ver van hun droom en ze vragen zich af of ze het wel redden. Ze delen nu hun “negatieve” gevoelens, zijn zich hun vrede gewaar en brengen die in, vaak in de vorm van verwijten zonder zich nog bewust te zijn van de wensen erachter. Verwijten geven bijna altijd het startschot voor strijd: wie past zich aan en wie wint? Op het ene punt wint de een en op het andere punt levert hij weer in. Zo ontstaat gemakkelijk een patroon van geven en nemen waarin geen van beide zichzelf kan zijn. Het voelt niet als thuis.

Als je een genogram maakt van het nieuwe gezin vergelijkt met het genogram van een van de oorspronkelijke kerngezinnen, worden de grote verschuivingen goed zichtbaar. Behalve 2 ouders zijn er ook 1 of meer stiefouders, stiefbroers of /zusters en misschien wel 8 opa’s en oma’s. In het kader van familieopstellingen vergt dit een nieuwe ordening en is het belangrijk dat ieder z’n plek krijgt en daar erkenning voor krijgt. Het blijkt belangrijk te zijn dat de nieuwe geliefden als minnaars en als partners naast elkaar staan om goed als team naar de kinderen te kunnen opereren. Zij samen zorgen voor een nieuwe bedding voor de kinderen. Dit geeft duidelijkheid naar de kinderen. Dat betekent niet dat de nieuwe partner meteen ook belast moet worden met de opvoeding of zich

ermee mag bemoeien. Hij of zij heeft namelijk niet de positie van de ouder; door dit te erkennen en ernaar te handelen wordt de positie van de ex geëerd.

Ze zijn zich bewust van hun onvrede, ze erkennen dat het allemaal niet zo gaat als ze zich voorgesteld hadden.

Problemen worden vaak te oppervlakkig beschouwd waardoor de “oplossingen” juist tot meer onrust en verwijdering leiden.

Meestal zoeken ze in déze fase pas hulp. Dan is de belangrijkste stap het opnieuw verbinding leggen, contact maken: “zonder open telefoonlijn is geen overleg mogelijk”. De geliefden hebben vervolgens meer inzicht nodig in de onderlinge verhoudingen en ieders plek in het nieuwe veld (familieopstellingen). Wensen en behoeften, die achter de verwijten lagen worden in contact gebracht. In termen van de boog van Zinker: het blijkt hierbij nodig dat de geliefden royaal de tijd nemen voor het delen van de fase van sensatie en awareness, vóór ze tot mobiliseren (plannen) en acties e.v. overgaan. *Ans verweet Ad dat hij heel anders was als zijn dochter er was. Kika leek de sfeer van het hele weekend te bepalen.*



Verwijten werken als oogkleppen.

*Het was net of Ad dan onbereikbaar was voor Ans. Ze voelde zich door Ad in de*

*steek gelaten. Ad verweet Ans dat ze nooit meer gezellig mee deed, dat hij alles alleen moest doen en ze overal over ging zeuren. Ze kon zelfs niet meer verdragen dat Kika in hún slaapkamer kwam, het domein waar ze zich dan terugtrok. Ze merkten dat de onvrede vooral naar voren kwam als Kika er was en enkele dagen voordat ze zou komen. De rest van de tijd hadden ze het fijn met elkaar. Voor Ans lag het aan “dat moeilijke kind” en voor Ad lag het aan Ans. Ze gingen in therapie. Daar merkten ze dat ze tijdens zo’n weekend elkaar als man en vrouw kwijt raakten. Ad was dan helemaal vader en leek alleen oog te hebben voor Kika. Ans voelde zich buitengesloten. Kika richtte zich steeds meer op haar vader en negeerde Ans. Ad liet dat toe. Ze besloten hoe dan ook samen contact te houden tijdens het weekend. Ad vertelde aan Kika dat Ans bij hem hoorde als vrouw en dat hij niet meer toestond dat ze onbeleefd was tegen haar. Ook naar Kika werd geluisterd. Haar moeder had het vaak over die stomme trut Ans, die niet deugde. Ze kwam in een loyaliteitsconflict als ze een band met Ans zou opbouwen, dat zou verraad aan haar moeder zijn. Ad besloot ook met zijn ex te praten. Heel geleidelijk aan kwam er beweging in. Het bleek gemakkelijker voor Kika als ze ook af en toe een vriendinnetje mee mocht nemen en ze haar moeder tussendoor even mocht bellen als ze heimwee kreeg.*

#### **Fase 4: een droom van een werkelijkheid: en zij leefden nog lang en gelukkig**

Ze hebben de wervelstormen overleefd en er is weer een vorm van harmonie. Er ontstaat een nieuwe gezinscultuur. Het is dan leuk om nieuwe rituelen te bedenken die typisch horen bij dit gezin. Ze hebben nu ervaren dat ze een aantal zaken, waar ze aan begonnen zijn, goed konden afmaken. Het traject van het elkaar helpen om de sensatie / onrust te vertalen in wensen en behoeften, vervolgens het afstemmen om elkaar zoveel mogelijk recht te doen, het mobiliseren van de energie, actie, enz.

(Zinker) hebben ze nu een aantal keren tot tevredenheid doorlopen en dat geeft ze vertrouwen. En het belangrijkste: de verbinding is er weer en de liefde kan weer stromen; de minnaars hebben elkaar weer gevonden. Nieuwe problemen kunnen ze dan beter aan. *Ans en Ad hebben inmiddels een dochter van 2 jaar. De kleine meid is heel blij als haar grote zus komt. En Kika geniet van de privileges die ze heeft als oudere zus. Als de kleine s'avonds op bed ligt, wordt er tijd gemaakt voor thee met iets lekkers (soms door Ans en Kika gebakken). Er is extra aandacht voor haar tot ook zij naar bed gaat. Ad gaat overdag een paar uur alleen met Kika op stap, wat ze heerlijk vindt. Ans en Ad houden steeds even contact, al is het maar even een aai en er wordt meteen overlegd als iets niet goed loopt, met elkaar, zonder de kinderen erin te betrekken. Kika is niet langer het moeilijke kind en Ans voelt zich niet meer buitengesloten. Ans heeft Kika erkenning gegeven voor háár probleem en begrip getoond. Ans en Kika kunnen weer goed met elkaar opschieten. Kika's moeder weet nu dat Ans er niet op uit is "moedertje" te spelen over haar dochter.*

Het blijkt dat een stiefgezin er gemiddeld zo'n zeven jaar over doet om tot rust te komen. Als het niet lukt en het gezin gaat weer uit elkaar, kan dat opluchting geven, maar ook een teleurstelling vanwege de nieuwe mislukking.

Zelf heb ik met mijn man Paul al bijna 12 jaar en stiefgezin. De eerste 7 jaar hebben we veel gevochten en misverstanden gehad. Onze relatie liep bijna op een scheiding uit. Die crisis was nodig om het samen te redden. We zijn er **achteraf** zeer dankbaar voor. Maar goed dat we vooraf niet geweten hebben hoe moeilijk het kon zijn. Samen hebben we 7 kinderen, Paul drie dochters en ik twee zonen en twee dochters. De oudste dochter van Paul en die van mij verschillen een jaar en voelen zich nu als zussen. Alle kinderen zijn nu de deur uit, we wonen en werken veel samen en hopen met elkaar 90 te worden, genieten van onze kinderen en 2 (en volgende) kleinkinderen en van het leven.

Amersfoort, oktober 2005

### Literatuur:

- "Samen gesteld, de dynamiek van het stiefgezin", door Ietje Heybroek - Hessels
- "Samengestelde gezinnen" door Margreet Feenstra
- "Stiefouders en stiefkinderen" door James Bray & John Kelly
- "Familieopstellingen voor paren" door Marlies Holitzka en Elisabeth Remmert



**De auteurs:** Marianne van Berkel en Paul van Beuzekom, beide gestalttherapeut in hun eigen praktijk "Op eigen koers" voor gestalttherapie, relatietherapie, managementcoaching, reïntegratietherapie en begeleiding van stiefgezinnen, Amersfoort, [www.opeigenkoers.nl](http://www.opeigenkoers.nl)