


Persoonlijk • 26 nov 00:19

# Mijn kind vs. jouw kind: zo ga je met stiefkinderen om

 Map Oberdorff

De dynamiek van een samengesteld gezin is totaal anders dan die van een kerngezin, ziet stiefoudercoach en relatietherapeut Patricia Heije. Neem de kinderen: in een traditioneel gezin houden ze de boel bij elkaar, in een stiefgezin vaak juist niet. 'Als mensen beter weten waar ze aan beginnen, is de kans ook groter dat ze slagen.'

## Patricia Heije (1971)

Patricia Heije is getrouwd met Marco. Samen hebben ze vijf uitwonende kinderen.

Na een hbo-opleiding in personeelsmanagement werkte ze jaren in het bedrijfsleven, bij onder meer Ahold. Vanaf 2008 volgde ze diverse studies in systemisch werken en relatietherapie bij instituten als Phoenix Opleidingen, de School voor Relatietherapie en de Sociale Academie Utrecht.

Vanuit Stiefgoed, dat ze in 2016 oprichtte, zijn inmiddels ruim drieduizend samengestelde gezinnen begeleid. De opleiding is sinds dit jaar officieel geaccrediteerd door Stichting Kwaliteitsregister Jeugd.

In 2020 verscheen haar boek voor professionals *'Als ik dit eerder had geweten'*.

'Het leek allemaal zo mooi. Mijn man en ik waren een jaar samen en tot over onze oren verliefd. We waren dol op elkaars kinderen – hij heeft een zoon en dochter en ik drie zoons. Ook zij leken goed met elkaar overweg te kunnen. Speciaal voor de zomer hadden we een grote camper gekocht, met plek voor ons allemaal. Als een soort Von Trapp-familie wilden we daarmee door Frankrijk reizen. Het zou een fantastische vakantie worden.'

'Het liep anders. Al op de eerste camping ontstond er oorlog tussen de stiefbroers en -zus. De ruzies gingen over kleine dingen, zoals smakken tijdens het eten of schoenen die verstopt waren, maar ze liepen voortdurend uit de hand. De kinderen vlogen elkaar echt aan. Door al het gedoe ontstonden er ook spanningen tussen mijn man en mij. Op een gegeven moment zei ik: "Als jullie nog één keer ruziemaken, pakken we onze spullen en gaan we naar huis." Dezelfde dag nog ging het weer mis en zijn we inderdaad vertrokken. In één klap was ik van mijn roze wolk gelazerd.'

'Het is een van de belangrijkste redenen voor de breuk van een samengesteld gezin: als het niet klikt tussen de kinderen. Bij ruzies ga je als ouder automatisch achter je eigen kind staan, wat er ook speelt en wie er ook schuld heeft. Maar zodra je dat doet, raak je verwijderd van je eigen partner.'

'Met het aantal scheidingen neemt ook het aantal samengestelde gezinnen toe, nu zo'n driehonderdduizend in Nederland. Gemiddeld leeft een op de vijf kinderen op de basisschool in een samengesteld gezin. Van die gezinnen vallen er binnen vijf jaar twee van de drie weer uit elkaar. Mensen stappen er vaak in met dezelfde verwachtingen als ze hebben van een kerngezin. Maar de dynamiek van een samengesteld gezin is totaal anders. Terwijl in een traditioneel gezin de kinderen de boel bij elkaar houden, zijn ze in een stiefgezin vaak juist de oorzaak van de breuk. Als je samen kinderen op de wereld hebt gezet, voel je dezelfde onvoorwaardelijke liefde en sta je als ouders naast elkaar. Tussen stiefouders en kinderen kan die liefde er uiteindelijk ook komen, maar is die zeker niet vanzelfsprekend. Het enige wat zo'n gezin bindt, is de liefde van de partners voor elkaar. En die kan nog zo fantastisch zijn, de krachten eromheen kunnen de boel ontwrichten.'

'Ook ik stapte erin met het perspectief van een regulier gezin. Ik dacht: we doen de opvoeding samen en gaan voor elkaars kinderen door het vuur. Maar al snel bleek dat onze opvoedingswaarden ver uit elkaar lagen. Ik ben een echte kartrekker en was steeds bezig alles te regelen voor de kinderen. Ook vanwege onze scheidingen wilde ik ze in de gaten houden. Als een havik keek ik of alles goed met ze ging. Hij leunde juist achterover en vond dat ik te weinig aan de kinderen overliet. Als ze ons nodig hadden, zouden ze zelf wel aan de bel trekken, vond hij.'

'Ondertussen hadden de kinderen dus veel ruzie. Dat leek aan de oppervlakte nergens over te gaan, maar er speelden natuurlijk allerlei emoties mee, zoals: doe ik er nog toe, word ik hier gezien, hoor ik er wel bij? Hun oude, vertrouwde leventje waren ze kwijt. De kinderen van mijn man zagen hem nog maar een weekend in de twee weken en moesten hem dan ook nog delen met ons. Het kon niet anders dan dat ze zich tekortgedaan voelden.'



## 'Als er een halfbroertje of -zusje wordt geboren, is het een ander verhaal. Dat is een bloedband'

### Crisissituatie

'Mijn man en ik waren niet bij machte om over die spanningen te praten en groeiden steeds verder uit elkaar. We wisten dat, als we zo door zou gaan, een breuk onvermijdelijk was, en we besloten hulp te zoeken. Maar al snel kwamen we erachter dat niemand ons kon vertellen welke patronen binnen een samengesteld gezin kunnen optreden en hoe we daarmee om konden gaan. Dus ben ik zelf maar op onderzoek uit gegaan.'

'In de jaren daarna heb ik verschillende therapieopleidingen gedaan. Ze waren allemaal gericht op traditionele relaties en gezinnen. Scheidingen werden ook nog meegenomen, maar niets over het leven daarna. Uiteindelijk heb ik zelf met mijn opgedane kennis en na veel sessies met koppels een eigen methodiek ontwikkeld. Via mijn organisatie Stiefgoed ben ik die gaan toepassen. Inmiddels heb ik 24 coaches opgeleid. Ook zij zijn allemaal ervaringsdeskundigen.'

'Ieder traject beginnen we met een zogenoemde stiefscan. We brengen in kaart welke rugzak alle gezinsleden hebben meegenomen, wat ze samen al hebben meegemaakt en hoe de kring eromheen, van bijvoorbeeld exen en grootouders, eruitziet. Daarna kijken we wat zich onder de waterlijn afspeelt. Hoe lopen de lijntjes, welke spanningen treden op en welke gevoelens spelen een rol? Vervolgens bespreken we hoe de communicatie verloopt en welke waarden je allebei aan je kinderen wilt meegeven. Ten slotte bedenken we hoe je samen een steviger fundament kunt neerzetten en welke regels je voor het samenleven kunt afspreken.'

'We spreken vooral met de koppels zelf. Zij staan aan de basis van het gezin en moeten dus aan de bak. Maar als het nodig is, luisteren we ook naar het verhaal van de kinderen. Het merendeel van de koppels die bij ons aankloppen, zit al in een crisissituatie en is de wanhoop nabij. Slechts twintig procent komt ter voorbereiding op het samenwonen. Ik hoop dat dat percentage hoger wordt, want we merken dat we met psycho-educatie al een heel eind komen. Als mensen beter weten waar ze aan beginnen, is de kans ook groter dat ze slagen. Negentig procent van de stellen die bij ons aankloppen, is na een jaar nog bij elkaar.'

'Onze eigen kinderen zijn nu volwassen. Ik zie dat de relatie tussen de biologische broers en zus enorm sterk is. Als het erop aankomt zullen mijn zonen altijd voor elkaar strijden, net als de zoon en dochter van mijn man dat zullen doen. Maar onderschat ook zeker niet de band die ze met zijn vijven hebben. Ze hebben een eigen appgroep en gaan regelmatig samen stappen. Binnenkort gaan ze met zijn allen een dagje skiën in Duitsland. Ze vroegen ons wel mee, maar dat was meer voor de vorm. Ik denk dat ze in de loop van de tijd elkaars kwaliteiten meer zijn gaan waarderen. Ze zijn toch voor een deel samen opgegroeid en hebben veel meegemaakt. Tussen mijn middelste zoon en de dochter van mijn man is altijd een sterke klik geweest. Zij zijn dikke vrienden en kunnen alles tegen elkaar zeggen. Daar heb ik grote bewondering voor.'



Gemiddeld leeft een op de vijf kinderen op de basisschool in een samengesteld gezin. Illustratie: Lucia Lenders voor het FD.

### One big happy family

'Dat onze kinderen elkaar mogen, is vooral een kwestie van geluk en niet onze verdienste. Als ouders kun je die band niet afdwingen. Geef ze tijd om het met elkaar uit te zoeken en leg geen druk op de relatie. Jullie hebben als partners voor elkaar gekozen en de kinderen moeten daar maar mee dealen. In het beste geval vinden ze hun stiefouder en elkaar leuk, maar ze kunnen ook gewoonweg te verschillend zijn.'

'Als er een halfbroertje of -zusje wordt geboren, is het een ander verhaal. Daarmee hebben ze een bloedband. Die lijn zal altijd blijven bestaan, terwijl een stiefbroer of -zus helemaal uit je leven kan verdwijnen. Maar het is hoe dan ook ingewikkeld, want je plek in het gezin verandert. Ineens ben je bij je vader misschien niet meer de jongste maar de middelste, terwijl je dat bij je moeder nog wel bent. Dat kan heel verwarrend zijn.'

'We krijgen weleens de vraag of het goed is met het hele gezin gezamenlijke activiteiten te ondernemen. Vraag de kinderen zelf of ze dat willen, zeg ik dan. En respecteer het als ze nee zeggen. Soms is het de vraag of het überhaupt wel goed is samen te gaan wonen. We zijn geneigd te veel in verlangen te denken en te voldoen aan het standaardplaatje. Dat je met elkaar in één huis gaat wonen en *one big happy family* wordt. Ik zou mensen gunnen om eens wat meer achterover te leunen en na te denken over wat er gebeurt als je dat verlangen gaat verzilveren. Wat betekent dat voor de kinderen? Wie weet kom je dan tot de conclusie dat je ze daar simpelweg te veel geweld mee aandoet.'