

Stiefgezinnen

Moeder

Vader

Stiefmoeder

Stiefvader

Kinderen

Stiefkinderen

Niet inwonende moeder

Niet inwonende vader

Stiefbroer

Stiefzus

Halfbroer

Halfzus

**Samengesteld door Peter Peeters, sv
van Team Den Bosch**

Maart 2009

Algemeen

1. In Nederland stonden er in 2007 14.900 stiefgezinnen geregistreerd, en het aantal neemt nog altijd toe.

2 De meeste stiefgezinnen ontstaan wanneer gescheiden partners met kinderen een nieuwe relatie aangaan. Echtscheidingen zijn in onze maatschappij bijna net zo ingeburgerd als het huwelijk zelf.

Iedereen komt er, direct of indirect, mee in aanraking.

3 Tegenwoordig strandt een op de drie huwelijken. En dan zijn er nog de vrouwen die, gewild of ongewild, alleenstaand moeder zijn en de gezinnen waarin een van de twee ouders overlijdt.

In veel van deze situaties vindt de overgebleven ouder vroeg of laat een nieuwe levenspartner die soms kinderloos is, of zelf kinderen heeft uit een vorige relatie. Door te gaan samenwonen of te trouwen met deze nieuwe liefde ontstaat weer een nieuwe situatie: een stiefgezin. Vooral stiefgezinnen waarin beide partners kinderen hebben, worden gekenmerkt door grote complexiteit.

Een onderzoek van het National Institute of Child Health and Human Development (1988-1992) komt met een aantal belangrijke conclusies;

- Een stiefgezin heeft zijn eigen natuurlijke levenscyclus. Het leven in een stiefgezin kent 3 belangrijke overgangspunten, bij 2 hiervan wordt het gezin in een tijdelijke crisis gestort.
- Het duurt verscheidene jaren voordat een stiefgezin zich tot een echte eenheid ontwikkelt
- Een stiefgezin loopt in de eerste twee jaar het grootste risico (25% loopt vast) Het is kenmerkend voor een eerste huwelijk dat de bevrediging in het begin groot is en daarna afneemt in een stiefgezin gebeurt het tegenovergestelde; de huwelijks bevrediging begint op een middelmatig niveau en wordt daarna groter.
- Een stiefgezin neemt uiteindelijk een van de 3 hieronder genoemde basisvormen aan;
 - neotraditioneel
 - matriarchaal
 - romantisch.

Het eerste slaagt bijna altijd, het 2^e slaagt meestal het 3^e loopt een groot risico op eindiging in een scheiding

- Een stiefgezin moet 4 basistaken kunnen volbrengen;
 - het integreren van de stiefvader in het leven van het kind
 - het creëren van een 2^e bevredigend huwelijk en het aanbrengen van een scheiding met het eerste (Geesten aan tafel)
 - het op de juiste manier leren omgaan met veranderingen
 - het ontwikkelen van werkbare rollen voor niet-inwonende ouders en ex-huwelijkspartners
- Een stiefgezin kan de wonden die de scheiding heeft achter gelaten, helen

Neotraditionele stief gezinnen.

Het opbouwen van een emotioneel bevredigend huwelijk is de grootste uitdaging. Dit laat zich uitdrukken in huwelijksbevrediging, deze bepaalt de stabiliteit van het gezin. Kenmerken zijn; gedeelde waarden, opvattingen, rituelen, manieren om problemen op te lossen en een gedeelde kijk op de wereld. Men spreekt in de literatuur over een zgn. breed middengebied; de plaats waar de man en vrouw niet als *jij en ik* bestaan maar als *wij*.

Denk in dit kader aan de 4 basistaken van een stiefgezin;

1. het integreren van stiefvader in het leven van het kind
2. het creëren van een bevredigend huwelijk

3. het aanbrengen van een scheiding tussen het 1^e en het 2^e huwelijk
4. het ontwikkelen van werkbare rollen voor de niet inwonende ouders en ex-huwelijkspartners

Punten om in gedachten te houden

- Neotraditionele stiefgezinnen beginnen in de loop van de tijd meer op kerngezinnen te lijken; ze ontwikkelen emotionele cohesie, een hechte huwelijksband en een intieme stiefvader stiefkindrelatie.
- De vorming van een sterke huwelijksband is een van de belangrijkste taken voor alle stiefgezinnen. Hij fungeert als het fundament van het stiefgezin en vergemakkelijkt andere aspecten van het leven in een stiefgezin, zoals het functioneren van de ouders, het ontwikkelen van regels en het definiëren van rollen binnen het gezin.
- Een sterk stiefgezinhuwelijk heeft drie fundamenten. Ten eerste zullen de echtlieden in hun behoeften van volwassenen moeten voorzien en hun relatie moeten onderhouden. Ten tweeden dienen ze een gemeenschappelijke visie op het huwelijk en het gezinsleven te ontwikkelen. En ten derde moeten ze tot overeenstemming komen over de opvoeding en andere kwesties die betrekking op de kinderen hebben. Wat ze overeenkomen, kan, afhankelijk van het type stiefgezin, variëren, maar per saldo moeten ze het erover eens worden hoe er met het kind wordt omgegaan,
- Huwelijksgeeluk heeft in stief- en kerngezinnen een verschillende invloed op kinderen. In kerngezinnen is er een sterk verband tussen het huwelijksgeeluk van de ouders en het functioneren van het kind, terwijl dat in stiefgezinnen juist niet bestaat. Vooral in de eerste jaren heeft huwelijksbevrediging geringe invloed op de aanpassing van een kind. Maar ook in stiefgezinnen draagt het geluk van een kind bij aan het huwelijksgeeluk.
- In de beginperiode van het leven in een stiefgezin is het van cruciaal belang dat de rol van de moeder en de stiefvader goed wordt ingevuld. Het gezin moet een methode ontwikkelen om de stiefvader in het gezin te integreren. Het is bovendien het beste om de rol van de stiefvader in de beginperiode van het leven in een stiefgezin te beperken. Een stiefvader moet een relatie met zijn stiefkind opbouwen voordat hij probeert zijn rol als ouder te gaan vervullen.

Matriarchale stiefgezinnen

De vrouw in de leidende rol. Stiefvader als toezichhouder, niet sterk gericht op het ontwikkelen van een relatie met het kind of het emotionele leven van het kind. Stiefvader helpt bij het huiswerk, doet samen klusjes, gaat met ze mee naar de sport, is de haalbrenger van het gezin en richt zich op gezelligheid. Hij is de ogen en oren voor moeder en daarmee haar steun en toeverlaat. Hij signaleert maar grijpt niet in.

Deze samenlevingsvorm gaat mis als stiefvader zich als vader gaat manifesteren, het kind gaat bekritisieren / corrigeren, bv.; Omdat het kind een grote mond heeft tegen haar moeder. Het kind zal reageren met *jij bent mijn vader niet*. Stiefvader voelt zichzelf afgewezen en zegt dat het kind brutaal is en hij toevallig wel degene is die voor de kost zorgt!. Moeder zegt vervolgens dat stiefvader niet zo tegen haar kind moet praten. Stiefvader zou beter de krant pakken en in de tuin zijn gaan zitten!

In matriarchale gezinnen waar de echtscheidingswonden aanwezig blijven en problemen veroorzaken in de ontwikkeling van het kind veroorzaken, zie je stiefvader zichzelf vaak terugtrekken. Hij weigert op den duur zelfs kleine oudertaken. De relatie komt onder druk en de stiefvader kan geen enkele tolerantie opbrengen voor het kind, hij irriteert zich mateloos. Als een stiefvader zichzelf terugtrekt zegt hij daarmee tegen een kind, wiens gevoel van eigenwaarde al door een echtscheiding is beschadigd; "jij bent niet belangrijk voor mij"

Punten om in gedachten te houden

- Het handelsmerk van het matriarchale stiefgezin is de leidende rol van de vrouw. Zij is en het gezin degene die de beslissingen neemt. De matriarchale man is hoofdzakelijk geïnteresseerd in het gezelschap van zijn vrouw. Zijn belangstelling voor het vervullen van de vaderrol is weliswaar oprecht, maar beperkt. In kwesties die betrekking op het huishouden of het gezin hebben, is hij geneigd haar leiding te volgen. Het matriarchale stiefgezin voedt het huwelijk eerder door activiteiten die het echtpaar samen onderneemt dan door activiteiten die op het kind en het gezin zijn gericht.
- Toezicht houden op de activiteiten van een kind is een uitstekende manier om meer bij de opvoeding van de kinderen betrokken te raken. Hierdoor wordt de biologische moeder geholpen en krijgen de kinderen het signaal dat de stiefvader in hun leven geïnteresseerd is.
- In stiefgezinnen treedt constant verandering op. De verandering is er al in het begin en blijft door de hele levenscyclus van het gezin voortduren. Voor een groot deel is de verandering onbeheersbaar, omdat ze door invloeden van buiten het gezin, zoals die van de niet-inwonende ouder, wordt bepaald. Door zich flexibel op te stellen en verandering te accepteren, kunnen de gezinnen zich het best aan verandering aanpassen.

Romantische stiefgezinnen

Een sterk ideaalbeeld van het kerngezin, sterke verlangens naar hechtheid, geborgenheid en vooral naar datgene wat ze beschouwen als de authenticiteit van het kerngezin. In zekere mate geloven echtparen dat een gezin pas een gezin is als het op een kerngezin lijkt, zich als een kerngezin gedraagt en de leden ervan het gevoel hebben dat ze in een kerngezin leven. Het 2^e zal het ongeluk van het 1^e huwelijk gaan goedmaken.

Meestal wordt deze positieve instelling ondermijnd door hoge en / of irreële verwachtingen. Alle essentiële taken die verricht moeten worden om een stiefgezin te doen slagen, worden veronachtzaamt. Echtparen verwachten dat de problemen zichzelf zullen oplossen.

- geen aandacht voor het voeden van het huwelijk
- geen moeizame discussie over de introductie en de rol van stiefvader
- er worden geen strategieën ontwikkeld over hoe om te gaan met ex-huwelijkspartners en niet – inwonende ouders

(Een kerngezin kent geen ex-huwelijkspartners, dus zijn romantici onwillig om over hen te praten. Hoe kun je bedreigd worden door de ex van je man als je man niet verondersteld wordt een ex-vrouw te hebben!)

Punten om in gedachten te houden

- De meeste echtelieden hopen dat hun nieuwe stiefgezin eens de kenmerken van het kerngezin zal krijgen. Een typerende eigenschap van romantici is dat ze verwachten dat dit ogenblikkelijk zal gebeuren. Een tweede typerende eigenschap van romantici is dat ze veel sterker geneigd zijn aan hun irreële verwachtingen te blijven vasthouden, ook als ze door de werkelijkheid met hun neus op de feiten worden gedrukt.
- Een biologische ouder hoort nooit in het bijzijn van het kind bekritiseerd te worden. In romantische gezinnen gebeurt dit wel vaak en het is dan ook de belangrijkste reden waarom de stiefouder-stiefkindrelatie bij hen het vaak slecht is.
- Doordat het romantische echtpaar aan de mythe van het kerngezin vasthoudt, zijn de echtelieden niet in staat op een duidelijke, open manier met elkaar te communiceren. De mythe maakt het voor hen moeilijk om te bepalen wat hen echt dwarszit en om dit op een heldere manier onder woorden te brengen.

Welke samenlevingsvorm een stiefgezin verkiest of gaande weg aanneemt en waarin kinderen uiteindelijk gedrags- problemen gaan ontwikkelen is het essentieel om deze problematiek niet lineair op te hangen aan het construct stiefgezin.

In de jaren '70 werd gesteld dat kinderen in stiefgezinnen een groter ontwikkelings risico lopen dan kinderen uit kerngezinnen. Deze een op een koppeling werd ingegeven door de complexiteit van de vorming van stiefgezinnen, de verwarring, de overspanning door het complex van netwerken, relaties en verplichtingen. Meer recente onderzoeken heeft deze lineaire interpretatie van oorzaak en gevolg weerlegd. Men vond naast de verwarring, onduidelijke rollen en complexe relaties ook veel echtscheidingsproblematiek. Het hebben moeten meemaken van de echtscheiding tussen vader en moeder, meer nog, alles wat aan de echtscheiding vooraf ging. De onzekerheid, spanningen, conflicten tussen hun ouders of de gespannen stilte, waar de kinderen direct of indirect in betrokken zijn geweest. De opstandigheid van kinderen, de gedragsproblemen die soms- uit het niets – optreden in het stiefgezin komen voort uit het zgn. Sleeper-effect op de scheiding van zijn / haar ouders. Deze vertraagde reactie van soms vele jaren, is de oorzaak van veel verwarring bij de volwassen leden van het stiefgezin. Het kind barst plotseling uit als een vulkaan nadat het zich ogenschijnlijk op een gezonde manier aan het leven in een stiefgezin had weten aan te passen.

A good divorce may be much worse than a bad marriage.

The conventional wisdom that followed the rapid spread of divorce in the 1970s and 1980s that children are resilient and usually overcome the shock of divorce has been mugged by a brutal gang of facts. Some children cope well and thrive. But taken as a group, the children of divorce are at serious risk.

For a decade now, the evidence has piled up. Children of divorce are more depressed and aggressive toward parents and teachers than are youngsters from intact families. They are much more likely to develop mental and emotional disorders later in life. They start sexual activity earlier, have more children out of wedlock, are less likely to marry, and if they do marry, are more likely to divorce. They are likelier to abuse drugs, turn to crime, and commit suicide. One study shows that the children of divorce, when they grow up, are significantly less likely than adults from intact families to think they ought to help support their parents in old age. This is an indication that resentments do not fade and that the divorce boom could create disruption between generations. A report in June from the Heritage Foundation began: "American society may have erased the stigma that once accompanied divorce, but it can no longer ignore its massive effects."

Now this discussion among researchers and policy experts is becoming part of the national conversation thanks to Judith Wallerstein and her important new book, *The Unexpected Legacy of Divorce*. The "unexpected" part is that divorce produces "sleeper effects," deep and long-term emotional problems that arise only when the children enter early adulthood and begin to confront issues of romance and marriage. The "powerful ghosts" of their parents' experience rise only in later life.

Kenmerken van het stiefouderschap

Stiefouderschap kan op verschillende manieren ontstaan. Een belangrijke aanleiding is een echtscheiding / overlijden;

- In driekwart van de gezinnen gaat het om stiefvadergezinnen.

Dit zijn gezinnen bestaande uit een moeder met haar kinderen, waaraan een nieuwe man/partner wordt toegevoegd.

- In een op de tien gevallen hebben we te maken met een stiefmoedergezin: een vader met kinderen en een stiefmoeder.
- In een op de zeven van deze gezinnen komt bovendien een dubbelvoudige variant voor, waarbij beide ouders eigen kinderen meebrengen.

Het begrip 'stiefmoeder', dat in minstens twintig bekende sprookjes (Assepoester, Hans en Grietje, Vrouw Holle) voorkomt, staat symbool voor de slechte kant van de moeder. De stiefmoeder in de sprookjes vertegenwoordigt de 'schijn-ik', de onwaarachtige. Het kind moet van de stiefmoeder worden zoals zij het wenst en ze laat het kind niet zijn/haar eigen natuur volgen. Er is geen natuurlijke band. De mythe van de spontane liefde voor kinderen wordt hiermee toegekend aan de bloedbanden.

Stiefouders hebben nog steeds een slechte naam; het lijkt hun per definitie niet te lukken de ontbrekende ouder te vervangen. Het is in de praktijk vaak nog moeilijker om een goede stiefmoeder te zijn dan een goede stiefvader, omdat de gevoelsmatige band met de moeder meestal intensiever is dan met de vaderfiguur. Dit heeft te maken met het feit dat vrouwen – vaker dan mannen – voor meer zorgtaken kiezen.

Gelukkig zijn er ook stiefgezinnen waarin de stiefouder gewaardeerd wordt en deze er uitstekend in slaagt de ingewikkelde rol van de ontbrekende ouder te vervullen.

Een nieuwe vader of moeder

Niet-biologische partners kunnen zich in veel gevallen ontpoppen tot bijzonder kundige en acceptabele ouderfiguren. Toch is het erg lastig om je als nieuwe niet-biologische ouder te vestigen in een bestaande gezinssetting; de partners moeten niet alleen vaak nog aan elkaar wennen als zij voor het eerst samen onder één dak wonen, ook de kinderen moeten aan deze nieuwe partner en diens kinderen wennen.

Dit laatste – niet onbelangrijke – aspect wordt vaak onderschat (Dingelhoff-Lehr) Hiermee wordt immers gesuggereerd dat het je geen probleem lijkt als je eventuele nieuwe partner kinderen heeft uit een eerdere relatie; je 'neemt ze er als het ware zo bij', als een huisdier. Ook wordt gesuggereerd dat je dan 'instant affectie' hebt; kortom, dat je dan direct van ze houdt en zij van jou. Gezinsleden weten bovendien hun plaats niet in het nieuwe gezin, waardoor het gezin gaat lijden aan 'structuurzwakte'. De ouders moeten een nieuwe structuur proberen op te bouwen, en dat valt niet mee.

Naast het wennen aan alle nieuwe persoonlijkheden (en persoonlijkheden in wording, zoals kinderen in het algemeen kunnen worden beschouwd) is het ingewikkeld om te ervaren welke waarden en normen en opvoedingsstijlen de partner tot nu toe had en daar aansluiting bij te vinden. Veel stiefouders voelen zich daarom alleen staan en durven geen eisen te stellen aan de nieuwe partner en zijn of haar kinderen. Anderen willen graag snel orde op zaken stellen en het verstoorde eenoudergezinnetje helpen via een gedisciplineerde opvoeding. Zij nemen, vaak met de beste bedoelingen, het heft in handen en maken zich daardoor niet populair bij de kinderen, die hen nog als een vreemde eend in de bijt kunnen beschouwen; er is immers nog geen gezagssituatie en ook nog geen vertrouwen aanwezig. Vaak heeft voordat de nieuwe partner kwam, één kind – meestal het oudste – taken en rollen overgenomen van de ontbrekende ouder – een verschijnsel dat parentificatie wordt genoemd. Dit kind wordt dan door bovenstaande houding van de stiefouder op ruwe en abrupte wijze van zijn plaats gestoten.

In geval van echtscheiding hebben kinderen naast de verzorgende ouder en zijn of haar partner ook nog te maken met de ontbrekende ouder, die buiten het gezin woont. En deze heeft mogelijk ook weer een partner. Twee derde van de kinderen heeft ook met deze ouder contact en sommigen zouden zelfs liever in dat gezin willen wonen. Over het algemeen blijft een band met een afwezige moeder nadrukkelijker bestaan dan met een afwezige vader, maar andersom kan natuurlijk ook. Waarschijnlijk heeft dat te maken met de kwaliteit en de kwantiteit van de interactie die het kind voor de scheiding had met de ontbrekende

ouderfiguur: jonge kinderen hebben vaker per week contact met de moeder dan met de vader omdat gemiddeld gezien vrouwen meer zorgtaken op zich (willen) nemen dan mannen.

Hoewel de kwaliteit van de interactie belangrijker is dan de kwantiteit, is enige kwantiteit een voorwaarde voor de kwaliteit van de band van de ouders met hun opgroeiende kinderen. Als kinderen de nieuwe ouder niet accepteren, kunnen er allerlei complicaties optreden. Kinderen zien de nieuwe partner dan als een vreemd element of een indringer. Dit komt vooral voor als een eenoudergezin al enige tijd bestaat en een van de kinderen geparentificeerd is, wanneer bijvoorbeeld volwassenen problemen steeds met hem zijn besproken en het kind min of meer naast de overblijvende ouder is komen te staan. Hierdoor moest het kind zich volwassener gaan gedragen dan op basis van zijn leeftijd passend is. Zoals gezegd verstoort een stiefouder die de plaats naast vader of moeder in wil nemen het evenwicht door het kind terug te dwingen in de kinderrol. Ondanks alle (meestal) goede bedoelingen kan het betreffende kind zich hierdoor miskend voelen in de rol die het gedurende langere of kortere tijd op zich heeft genomen.

Problemen met de stiefouder worden bovendien vaak veroorzaakt doordat het kind geen adequaat identificatiemodel heeft. Het kind heeft een andere ouder gehad die model stond voor zijn gedragingen en waarden en normen. De stiefouder houdt er een andere levensstijl en gedragingen op na, waardoor het voorbeeld van de volwassene dat het kind heeft ontwikkeld niet meer opgaat.

Ook kunnen problemen ontstaan als de kinderen de afwezige ouder gaan idealiseren. De stiefouder moet dan opboksen tegen irreële verwachtingen. Anderzijds kan er aan de kant van de stiefouder ook gêne zijn om de plaats van de echte ouder in te nemen.

Een ander belangrijk probleem ontstaat door het verwachtingspatroon dat veel mensen hebben van de stiefouder. Er wordt van hem of haar verwacht dat hij/zij ook van het kind houdt en meteen moederlijke of vaderlijke gevoelens ontwikkelt. Eigenlijk moet de stiefouder 'instant affectie' kunnen opbrengen, maar dat is vrijwel onmogelijk. Al met al dus een lastige taak die gemakkelijk overschat wordt.

Met de komst van een stiefouder ontstaat er een nieuw kerngezin, ofwel een gezin in zijn minimale vorm, met een moeder, vader en kinderen. Maar als het de stiefouder niet lukt om op de een of andere wijze een voor ieder lid aanvaardbare plaats in te nemen binnen het gezin, kan dat leiden tot een blijvende bron van onbegrip en conflicten. Uit onderzoek blijkt zelfs dat kinderen uit stiefgezinnen vaker slachtoffer van mishandeling of seksueel misbruik worden dan kinderen uit reguliere kerngezinnen.

Psychisch hertrouwen

Een stiefouder moet eigenlijk 'psychisch hertrouwen'. Dit betekent dat de betreffende persoon een andere identiteit gaat innemen en een andere status krijgt. Voor een partner van de gescheiden vader of moeder, weduwe of weduwnaar betekent dit dat hij of zij niet alleen deel wordt van een echtpaar, maar ook gezinslid: hij of zij krijgt er een heel gezin bij. Iemand wordt plotseling vader of moeder en krijgt gezinsverantwoordelijkheid; dat vergt een uitgebreid psychisch aanpassingsproces. Vooral voor mensen die niet eerder gehuwd waren of geen kinderen hadden is dit een pittige opgave.

Maar psychisch hertrouwen kan voor iedereen een andere betekenis hebben. Voor traditioneel ingestelde mannen en vrouwen kan het herstel van waarden betekenen en het verkrijgen van een identiteit als vader of moeder. Voor minder traditionele mensen kan het juist betekenen dat verworven onafhankelijkheid gedeeltelijk moeten worden ingeleverd. Er kan een discrepantie optreden tussen hoe de ouders en de kinderen tegen het hertrouwen aankijken. Ouders kunnen hertrouwen als winst zien, omdat er weer een partner is, warmte, aandacht, geborgenheid en veiligheid. Voor de kinderen kan deze verandering juist inhouden dat zij hun vader of moeder voortaan moeten delen met een vreemde ouderfiguur en hun ruimte met nieuwe broertjes en zusjes.

Maatschappelijk hertrouwen

Behalve psychisch hertrouwen, moeten stiefouders als het ware ook maatschappelijk hertrouwen. Ze zijn alleenstaande ouder af, en dat heeft mogelijk consequenties voor contacten met familie, vrienden en kennissen. Als die zich niet hebben aangepast aan de positie van hun alleenstaande gescheiden of verweduwd vriend of familielid, kan een nieuwe duurzame relatie hun rauw op hun dak vallen. Ze kunnen zich bijvoorbeeld afvragen hoe hij of zij de vorige relatie zomaar vergeten kan zijn.

Emotioneel hertrouwen

Ten slotte is er sprake van emotioneel hertrouwen. Dit is het proces waarin de partners langzaam weer vertrouwen krijgen in de vaardigheid een nieuwe relatie aan te gaan en een nieuw gezin te vormen.

Deze taak wordt echter bemoeilijkt door de aanwezigheid van kinderen. Met hen moet altijd rekening worden gehouden bij het maken van afspraakjes, uitstapjes en gesprekken.

Kinderen kunnen bovendien heel lastige vragen stellen: 'Word jij nu onze nieuwe papa?'

Daarnaast kan het bestaan van een ex-partner de nieuwe relatie bemoeilijken. Met deze partner zullen namelijk veel zaken met betrekking tot de gezamenlijke kinderen moeten worden besproken en daarbij kunnen sterke emoties naar voren komen. Bij de nieuwe partner kunnen gevoelens van jaloezie of weerstand ontstaan, waardoor de kinderen soms worden meegetrokken en uitgehoord over de nieuwe vriend of partner. Dit maakt het hechten aan en de omgang met de stiefkinderen er niet eenvoudiger op.

Emotioneel hertrouwen betekent daarom dat de partners moeten gaan voor openheid, flexibiliteit, creativiteit, en dat ze zich een tolerante levenshouding moeten aanmeten, wil de nieuwe levenssituatie een kans van slagen hebben.

Kinderen in het stiefgezin

* **halfwezen** (ofwel kinderen die het overlijden van een van hun ouders hebben meegemaakt); Halfwezen kunnen enerzijds verlangen naar een nieuwe mama of papa, maar anderzijds sterk gehecht blijven aan de overledene, van wie ze een ideaalbeeld koesteren. In het laatste geval kunnen ze het fenomeen van de nieuwe partner van de overgebleven ouder evengoed als verraad ten opzichte van hun overleden ouder beschouwen.

* **echtscheidingskinderen**; Kinderen van gescheiden ouders hebben over het algemeen het liefst dat hun (biologische) ouders van elkaar houden en bij elkaar blijven. De loyaliteit van kinderen naar de beide ouders is over het algemeen zeer groot, en zelfs als een van de ouders hen slecht behandelt, blijft die vaak bestaan. Deze kinderen zien de vreemde stief(ouder) daarom vaak als iemand om wie ze niet gevraagd hebben en ervaren de nieuwe liefdesrelatie van hun vader of moeder met deze 'vreemde' als verraad ten opzichte van de andere biologische ouder. Als kinderen na de scheiding gewend zijn geraakt aan het hebben van één ouder – meestal de moeder – kan dit in sommige gevallen leiden tot een grotere wederzijdse gebondenheid met die ene ouder (overkoestering). Ook kan het gebeuren dat zij zo zwaar worden belast met huishoudelijke en organisatorische taken binnen het gezin, dat ze een deel van hun jeugd moeten missen. Zij nemen de taken van de ontbrekende ouder over of parentificeren.

Deze kinderen moeten de kans krijgen rustig aan de nieuwe situatie te wennen, want ook zij kennen geen instant liefde en affectie.

Daarnaast zien zij de nieuwe ouder nogal eens als een indringer, die de plaats van hun ontbrekende ouder inneemt en de sfeer in het gezin verandert. Ook is het voor kinderen moeilijk als de nieuwe partner ineens eisen aan hen gaat stellen die voorheen niet golden. Stiefouders kunnen aan de ene kant pas eisen aan hun nieuwe kinderen stellen als er een goede vertrouwensband tussen hen is opgebouwd, en dat gaat niet van de ene op de andere dag. Toch zullen zij aan de andere kant bepaalde eisen vanaf het begin moeten stellen, wil het samenleven mogelijk worden. Dit brengt hen in een spagaatstand.

Het is ook allesbehalve eenvoudig om de eventuele andere kinderen van de stiefouder als broertjes en zusjes te aanvaarden. Vaak hebben de kinderen een andere achtergrond, golden er in het vroegere gezin andere eisen en regels en hebben zij verschillende ervaringen opgedaan. Zo kan het gebeuren dat alle kinderen in het nieuwe stiefgezin met soms strijdige normen en waarden worden geconfronteerd. Hiertoe kunnen ook de verschillende relaties die zij met hun biologische ouders hebben opgebouwd bijdragen, al was het maar dat de relatie met de eigen ouder vertrouwder en intiemer is. Kinderen menen daarom vaak meer recht te hebben op de aandacht en liefde van de eigen biologische ouder, wat tot problematische concurrentie kan leiden met de kinderen van de partner.

Cycli die het stiefgezin doorloopt

Cyclus 1: de eerste twee jaar

Zelfs stiefgezinnen die in de toekomst gelukkig zullen worden, zijn in deze fase, die gekenmerkt wordt door veel stress, ontgoocheling, conflicten en verdeeldheid, niet gelukkig. Mannen voelen zich in de eerste cyclus vaak geïsoleerd, vrouwen voelen zich vaak verscheurd, kinderen voelen zich vaak verward en angstig, en bijna allemaal zijn ze teleurgesteld. Het is voor jonge stiefgezinnen vaak een zware opgave om het verdeelde gezin te herenigen en het van realistische ideeën en opvattingen te voorzien.

Punten om in gedachten te houden

- Conflicten en onenigheid horen nu eenmaal bij de eerste periode van het leven in een stiefgezin. Iedereen is gestrest.
- Irreële verwachtingen dragen vaak bij aan de stress. Maar dergelijke verwachtingen zijn ook normaal; iedereen begint aan het leven in een stiefgezin met een droom.
- De mythe van het kerngezin is de meest verleidelijke verwachting over het leven in het stiefgezin. Alle echtparen, behalve de matriarchale, willen het stiefgezin een kerngezin veranderen.
- De echtelieden moeten elkaar niet de schuld van teleurstellingen geven. Ze moeten erkennen dat een zekere mate van ontgoocheling nu eenmaal bij het leven in een stiefgezin hoort.

Cyclus 2: de periode van eind 2^e jaar tot het 5^e jaar

Dit is de gelukkigste periode van het stiefgezin. De gezinsleden hebben nu een realistischere ideeën over het stiefgezin, er is een einde aan de interne verdeeldheid gekomen (althans voorlopig) en er is een organisatie structuur ontwikkeld. De 2^e cyclus valt vaak samen met de latentie-periode van de inwonende kinderen

Punten om in gedachten te houden

- Omdat het gewenningsproces nu voltooid of bijna voltooid is en het kind in de latentieperiode zit, wordt de tweede cyclus, de rustigste periode van de jeugd, gekenmerkt door minder stress, een grotere gezinscohesie en een betere aanpassing van het kind.
- In neotraditionele en matriarchale stiefgezinnen is de rust en de aanpassing van de kinderen in deze cyclus het grootst omdat ze hun irreële verwachtingen hebben laten varen, hebben ze de grootste problemen van de eerste cyclus kunnen oplossen. Romantische gezinnen hebben vaak nog problemen in deze cyclus, omdat hun hardnekkige illusies over de aard van het leven in een stiefgezin verhinderen dat ze de problemen uit de eerste cyclus op een eerlijke manier doorpraten.

- Ongeveer twintig procent van de kinderen verhuist in begin van de puberteit en gaat bij de vader wonen. Dit is meestal een verandering die bij hun ontwikkelingsfase past omdat de puber erdoor geholpen wordt met problemen rondom zelfstandigheid en zijn eigen identiteit om te gaan. In sommige gevallen verhuist de puber echter vanwege problemen in het stiefgezin. In dit geval is de kans groter dan puber meer gedrag- en ontwikkelingsproblemen gaat vertonen.
- Poreusheid is een kenmerk van het leven in stiefgezinnen daar wordt mee bedoeld dat de grenzen van het stiefgezin relatief doordringbaar zijn en dat het gevoeliger is voor invloeden van buitenaf, zoals die van de niet inwonende ouder.
- Stiefgezinnen moeten leren om met constante veranderingen om te gaan. Vaak hebben ze geen beheersing over veranderingen, die onder andere teweeg gebracht kunnen worden door de niet-inwonende ouder en zijn familie.
- Hertrouwde vrouwen kunnen met de stress en de spanning die door problemen met de ex-vrouw van hun echtgenoot veroorzaakt worden, omgaan door een “vakantie te nemen” van hun gebruikelijke gedragspatronen, door tijdelijk “niet meer in staat te zijn” om gezinsproblemen op te lossen zodat andere gezinsleden dat kunnen doen en door zich de kritiek van de biologische moeder van het kind niet langer persoonlijk aan te trekken en haar om raad en suggesties te vragen.
- Goede communicatieve vaardigheden en het vrijmaken van tijd om belangrijke kwesties te bespreken is van essentieel belang voor het oplossen van problemen en het wegnemen van zorgen.
- Het ontwikkelen van gezinsrituelen die positieve interactie tussen de gezinsleden bevorderen is ook belangrijk. Het stellen van een vaste avond waarop de gezinsleden samen eten en het ontwikkelen van activiteiten die de stiefgezinnen samen met het stiefkind kan ondernemen, kunnen ook helpen om de betrekkingen tussen de gezinsleden te verbeteren.

Cyclus 3: de periode van het 5^e t/m het 9^e jaar

In cyclus 3 treden er weer veranderingen op, ditmaal meestal ten kwade. Tussen het 5^e en 9 jaar komen relaties, regels en geaccepteerde manieren om de dingen te doen- de organisatie structuur van het stiefgezin- voor de 2^e keer onder druk te staan. Een belangrijke oorzaak van deze terugkeer naar de chaos is dat het kind in de puberteit komt.

Punten om in gedachten te houden

- De hernieuwde spanningen en conflicten in de derde cyclus ontstaan niet door problemen binnen het stiefgezin, maar door de overgang van het kind naar de puberteit, een stormachtige periode voor alle gezinnen.
- De huwelijksbevrediging in de derde cyclus neemt toe, maar de echtelieden maken ook meer ruzie. Het is belangrijk daar op te letten, want al hebben de ruzies vaak alleen met stress te maken -de tiener gedraagt zich weer onmogelijk- ze kunnen het huwelijk toch schade berokkenen als de echtelieden zich niet inhouden.
- Ouders, vooral stiefouders en niet inwonende ouders moeten zich het gedrag van de tiener niet persoonlijk aantrekken. Het afzeggen van bezoeken, onbeschikbaarheid en andere irritante gewoonten van tieners zijn normale bijproducten van het ontwikkelingsproces dat de puber doormaakt.
- Een actieve betrokkenheid van de stiefvader bij de opvoeding kan op de lange termijn een gunstige invloed op de tiener hebben. Maar stiefvaders laten zich te vaak door uitdagen en nors pubergedrag ontmoedigen.
- De puberteit is voor het kind en voor het gezin een gemakkelijkere periode als de ouders ‘de teugels een beetje laten vieren’. Door een tiener toe te staan er een paar persoonlijke eigenaardigheden op na te houden- bijvoorbeeld dat hij of zij het in zijn kamer een rommeltje laat worden of een raar kapsel neemt- zullen er niet alleen

- minder conflicten in het gezin voorkomen, maar zal de tiener ook gemakkelijker een eigen identiteit kunnen ontwikkelen.
- Kledingvoorschriften en gedragsregels ook voor volwassenen kunnen voorkomen dat seksualiteit in een stiefgezin met een kind in de puberteit een probleem wordt.

De verschillende leeftijdsspecifieke levensfasen in het stiefgezin

Geboorte tot twee jaar

Het kind leert vanaf de geboorte via leerprocessen en lichamelijke en gevoelsuitdrukkingen wie zijn of haar vader of moeder is. Het is op zich niet erg als er een hechtingspersoon bij komt, maar het plotseling ontbreken van een van de ouders kan een jong kind angstig maken. Het is dus belangrijk dat de afwezige hechtingspersoon contact met het kind houdt.

Twee tot zes jaar

Peuters en kleuters zijn bezig hun twee ouders als de belangrijkste personen in hun leven te leren zien. Als een ouder dan plotseling verdwijnt, geeft dit een enorme schok. Voor peuters en kleuters kan de komst van een nieuwe ouder, gecombineerd met een onvoltooid rouwproces, voor grote verwarring zorgen, want zij zijn op dat moment in hun leven immers juist bezig met het onderscheiden van hun ouders. Het is heel belangrijk voor het verdere hechtingsproces dat zij beide ouders blijven zien. De band die het kind net is aangegaan met de ontbrekende ouder hoeft zo niet weer te worden verbroken.

Zes tot twaalf jaar

Voor jonge kinderen kan het verlies van een ouder er bovendien toe leiden dat zij zichzelf als de schuldige gaan zien van de echtscheiding of zijn of haar overlijden. Als kinderen zich in het preoperationele denkstadium bevinden, kunnen zij een eens gemaakte opmerking als 'stout kind' of 'vervelend kind' opblazen in hun fantasie en dat als de oorzaak zien van het vertrek van de ene ouder. Dit maakt het voor hen extra verdrietig. Zij uiten hun verdriet vaak op een lichamelijke manier, ofwel psychosomatisch, en klagen over buik-, keel- of hoofdpijn. Dit is een onbewust proces, waardoor de link met het probleem vaak niet wordt gelegd. Het kind kan ook regressiegedrag gaan vertonen, gedrag dat bij een vroegere fase hoort, zoals bedplassen en duimzuigen, terwijl het dat al niet meer deed. Dit soort afweermechanismen maken het voor kinderen niet gemakkelijk om aan een nieuwe ouderfiguur te wennen; ze zitten dan niet goed in hun vel.

Specifieke reacties van kinderen in een stiefgezin kunnen bij jonge kinderen zijn:

- driftbuien
- slapeloosheid
- extreem aanhankelijk worden
- tijdelijke terugval in de ontwikkeling
- zich terugtrekken
- schijnbare aanpassing
- extreem verzet of extreme inzet

Puberteit

De grootste groep kinderen die terechtkomt in een stiefgezin zit in de puberteit of de adolescentiefase. Het huwelijk van hun ouders heeft meestal een aantal jaren geduurd voor de echtscheiding, en na een langere tijd volgt een nieuwe relatie. Pubers en adolescenten kunnen afwerend en onverschillig reageren. 'Het kan me niets schelen wat jullie doen, als je mij er maar buiten laat.' Enerzijds hebben zij nog affectie en veiligheid nodig, anderzijds willen ze op een volwassen wijze worden aangesproken. Deze groep kinderen ondergaat grote veranderingen; een verandering in de gezinsstructuur vormt dan een extra belasting bij het volwassen worden. Verder hebben zij een veel langere gezins-historie, met een bekend referentiekader, dan bijvoorbeeld kleuters. Hierdoor hebben ze minder behoefte aan een nieuwe vader of moeder.

Oudere kinderen kunnen er soms voor kiezen de achtergebleven ouder uit medelijden niet op te zadelen met hun verdriet, waardoor ze hun gevoelens wegstoppen en niet toekomen aan hun eigen verwerking. Het lijkt dan of ze het allemaal heel goed begrijpen en aankunnen, terwijl dat niet het geval is.

Een puber is op zoek naar zichzelf. Als hij een echtscheiding mee maakt kan het zijn dat de verwarring hem naar het hoofd stijgt. Pubers hebben van hun ouders emotionele rust nodig om de chaos in hun eigen hoofd aan te kunnen. Als de ouder dan met een nieuwe liefde thuiskomt, kan dat erg verwarrend werken. Het is voor nieuwe ouders vaak moeilijk zich voor te stellen hoe het kind de situatie van het gezin ervaart. Als het kind deze gevoelens uitvoelen ze zich persoonlijk aangevallen en gaan ze zich dien overeenkomstig verdedigen. Ieder gezinslid kijkt met zijn of haar ogen naar het gezin en de gezinsleden. Voor die ogen staat een bril, gevormd door herinneringen, ervaringen en begrippen. Hieruit komen gevoelens voort. Deze gevoelens zijn er en vragen om erkenning, een luisterend oor en vooral begrip.

In alle gezinnen zijn er onzekerheden en problemen. Maar in samengestelde gezinnen liggen alle onzekerheden en problemen van de puberteit onder een vergrootglas. Samengestelde gezinnen streven naar saamhorigheid en jongeren willen zich juist losmaken. In samengestelde gezinnen stampen de jongeren met een aantal decibellen meer de trap op en voelen ze zich nog eenzamer dan in kerngezinnen (ouders met hun biologische kinderen). De eerst goede relatie tussen stiefouder en stiefkind kan in de puberteit verslechteren. De relatie met de stiefouder komt dan namelijk onder druk te staan door het verzet van de puber. De oorzaak hiervan kunnen we mogelijk vinden in het feit dat het incasservermogen van de stiefouder niet zo groot is als van de natuurlijke ouder door het ontbreken van de bloedband.

Onder dat vergrootglas kun je elkaar nog harder raken en kan het kind nog effectiever wegrennen (er is immers nog een onderdak).

Alles is groter: liefde en haat, rivaliteit en strijd om aandacht, onzekerheid en het zoeken naar eigen identiteit.

Een gegeven, maar wat doe je er nu mee?

Kijk door de ogen van je opgroeiend kind.

- Neem als ouder en stiefouder samen de tijd om je te verplaatsen in de wereld van je puber.
- Ga uit van zijn/haar voorgeschiedenis, ontwikkeling en leeftijd.
- Vraag je af hoe het voor hem/haar moet zijn om in dit gezin te wonen.
- Probeer samen uit te vinden wat het gedrag van je puber vertelt over wat hij/zij graag wil. Kijk door die evt. irritante houding heen naar wat de oorzaak kan zijn van dit gedrag. Veel agressieve jongeren verbergen achter hun stoere houding een poel van verdriet.
- Zoek als partners samen naar manieren waarop je deze bijna-volwassene tegemoet kunt komen.

Gezinsregels.

Bijna alle pubers in alle gezinnen schoppen tegen regels, maar die schop komt bij ouder en stiefouder in het samengesteld gezin harder aan. Vaak omdat in samengestelde gezinnen de worsteling over nieuwe regels en oude regels nog aan de gang is.

Hoe meer verdeeldheid er is over regels, hoe meer de puber zal schoppen. Regels gaan over zaken die regelmatig terugkomen. Onvrede over een heel andere dieper gevoel kan zich uiten in regels negeren of uitdagen.

- Vecht als ouder en stiefouder opvoedkundige regels eerst samen uit voor ze aan de kinderen gepresenteerd worden. Vooral de puber moet er vanuit kunnen gaan dat ouder en stiefouder hier als team samen achterstaan.
- Laat de eigen ouder de regels doorgeven aan de puber en deze corrigeren bij overtreding.

Houd je als stiefouder op de achtergrond als er nog geen goede band is met je stiefkind.

- Heb geduld en blijf regels herhalen. Er is tijd voor nodig om aan nieuwe regels te wennen; een overtreding kan ook komen doordat de regels nog niet automatisch worden toegepast. Praat er openlijk over en vraag naar redenen bij een overtreding.

Twee huizen.

Pubers identificeren zich met hun ouders. Zijn ze grotendeels door b.v. hun moeder opgevoed, dan krijgen ze vaak in hun puberteit meer behoefte om hun biologische vader van dichtbij mee te maken. Dit gegeven heeft niets met het wel of niet goed functioneren van hun samengesteld gezin te maken, het is een natuurlijke ontwikkeling. Vaak zijn deze processen, ook voor de puber, onbewust. Maar hij/zij gaat wel een reden zoeken en argumenteren om deze behoefte kracht bij te zetten. Vaak wordt de situatie in het samengesteld gezin als onleefbaar bestempeld om ruimte te krijgen om te verhuizen naar de elders wonende biologische ouder.

Probeer te voorkomen dat er een machtsstrijd ontstaat met het gevaar dat ouder en stiefouder te toegevend worden uit angst dat het kind verhuist.

- Hoe pijnlijk dit ook ervaren wordt door ouder en stiefouder, want je hebt veel geïnvesteerd in het kind, probeer toch voorzichtig te achterhalen wat de werkelijke reden is voor deze verhuismens. Denk en praat met in je hoofd het belang van je kind.
- Beleg indien mogelijk een bespreking met de diverse ouders, stiefouders en de puber. Laat ook de regels in het evt. toekomstige huis de revue passeren, zodat het kind een reële schets heeft van hoe men daar leeft en werkt. Dit om te voorkomen dat de fantasie te rooskleurig was en het kind gaat "hoppen" van het ene gezin naar het andere.
- Houd jezelf en je gezinsleden in de gaten als het komt tot een verhuizing. Bij het vertrek van een gezinslid heeft iedereen gevoelens van teleurstelling, verdriet, opluchting, boosheid en onzekerheid. Zoek als partners steun bij elkaar en uit je hierover. Wees er samen voor je kinderen.

Sexualiteit.

Pubers ontwikkelen hun sexualiteit en zijn, in hun groeiend lijf, hier veel mee bezig. Daarnaast zijn ouder en stiefouder bezig met de opbouw van hun relatie en sexueel actief. Pubers schamen zich voor hun verliefde ouder die opeens sexuele gevoelens blijkt te hebben.

- Loop als ouders niet te koop met je sexuele gevoelens, sex hoort (in dit geval) achter de slaapkamerdeur.
- Stel regels over privacy op. Eerst kloppen op de slaapkamerdeur en wachten op antwoord voor je naar binnen gaat, ook als (stief)ouder! Dit geldt zowel voor de ouderslaapkamer als voor de andere slaapkamers. Let op privacy in de badkamer en let op kleding aan de ontbijttafel. Sommige stiefvaders zijn overkritisch of afstandelijk naar hun puberstiefdochter uit angst dat hun partner hun interesse in de stiefdochter sexueel zal interpreteren of jaloers zal worden. Daarnaast zijn er legio verhalen bekend over destructieve stiefvader - stiefdochter relaties.
- Accentueer als stiefvader naar je puberstiefdochter dat er grenzen zijn, voor jou, maar ook voor haar. Vraag toestemming voor een aanraking, ook al is je puberdochter b.v. in tranen, vraag: "Vind je het goed dat ik een arm om je heen sla?" En "nee" betekent niet dat er een verwijdering ontstaat, maar dat dit gerespecteerd wordt.
- Toestemming krijgen voor een aanraking betekent niet dat dit vervolgens in elke situatie geoorloofd is. Door steeds deze grenzen aan te geven zal de stiefvader, maar ook de stiefdochter zich zekerder gaan voelen doordat dit onderwerp over aanraken bespreekbaar is.

Een groeiende identiteit

Lichaam en geest groeien tijdens de puberteit naar volwassenheid.

Pubers die trauma's hebben ervaren, hebben meestal last van onzekerheid. Hun "ik" is nog klein en kwetsbaar. Maar vooral een klein "ik" wordt door pubers heftig verdedigd, anders blijft er niets van over. Houd hier als ouder/stiefouder rekening mee.

- Vermijd scheldpartijen over en weer. Neem niet je toevlucht tot minachtende opmerkingen of cynisme. Dit maakt de situatie nog erger. Zeg tegen jezelf en je puber: "Stop, hiermee doen we elkaar pijn" of "Stop, dit werkt niet. Vanavond als we allebei afgekoeld zijn, praten we verder. Ik ga erover nadenken, wil jij dat ook doen?"
- Pubers kunnen het bloed onder je nagels vandaan halen. Je bent als ouder/stiefouder ook maar een mens, ook jij zegt dingen die je niet had moeten zeggen. Geef het goede voorbeeld en bied je excuses aan: "Sorry dat ik zo boos werd en dat heb gezegd. Ik wil het zo graag anders. Hoe zouden we het samen anders kunnen doen". Negen van de tien keer zegt je puber dan ook sorry en heeft hij/zij een idee hoe e.e.a. te voorkomen is. Pubers zijn vindingrijk en creatief. Ze houden van humor. Vaak doet een grapje het ijs breken.

Een groeiende identiteit heeft net als een plant water en mest nodig. 'Water' is voedsel, kleding, regels en dagelijkse dingen. 'Mest' in de vorm van complimenten en waardering maakt de identiteit fris, sterk en bloeiend.

- Doorbreek irritatiecirkels, corrigeer kort en ga dan op iets anders over.
- Ga niet preken en moraliseren. Sommige pubers krijgen alleen nog aandacht door hun negatieve gedrag. Zij zijn niet bij machte dit te veranderen. Jij als ouder moet dit doorbreken.
- Koppel gedrag en persoon los: "Ik vind je een leuk jong, leuke meid. Alleen wat je nu doet, vind ik niet leuk. Wat kunnen we hier samen in doen".

De zondebok.

Sommige pubers kunnen heel moeilijk zijn. Het kan nog moeilijker worden als ze gedrag vertonen dat lijkt op het gedrag van de ex-partner, die veel problemen veroorzaakt in het samengesteld gezin. Zonder het zelf te willen, reageren ouder en stiefouder feller op dit gedrag. Vaak weten ouders diep in hun hart wel waarom ze zo reageren op dit kind, maar machteloze woede belet hen om dit te veranderen. Voor de puber is deze situatie uiterst verwarrend en meestal heeft hij/zij de dubbele bodem van de kritieken allang gevoeld, maar volhardt de puber in het gedrag uit liefde voor de elders wonende biologische ouder. Het is belangrijk om deze kluwen te ontwarren en te zien dat deze puber, onder andere, eigenschappen heeft van beide biologische ouders, maar vooral vraagt om bescherming, acceptatie, steun en liefdevolle begeleiding.

- Probeer te vermijden dat er een zondebok ontstaat in het samengesteld gezin en uit je zorg, boosheid en verdriet over het gedrag van de ex-partner naar elkaar in de partner-relatie.
- Weet dat bijna alle ouders in stiefgezinnen worstelen met dit gegeven als er sprake is van een problematische relatie met de ex-partner. Gevoelens zijn er en hebben een uitlaatklep nodig, maar spaar je kind. Door openlijk en vijandig de andere ouder van het kind af te wijzen, wijs je voor zijn/haar gevoel ook een stuk van hem/haarzelf af.

De erfenis van het eenoudergezin.

Oudste kinderen hebben in een eenoudergezin vaak een belangrijke plek gehad. Als vanzelf werden ze een praatpaal en steun in de opvoeding van de jongere kinderen. Als er een nieuwe partner voor hun ouder komt, voelen ze zich opzij geschoven. Er ontstaat angst om, na het verlies van hun elders wonende biologische ouder, nu ook deze ouder te verliezen. In hun ogen gaat hun ouder "vreemd". Deze puber worstelt om zijn/haar uitzonderingspositie te behouden. De stiefouder wordt gezien als een rivaal die hem/haar na jaren trouwe dienst

voorbijstreeft en terugzet op een lagere plek. Terugvallen op een vriendenkring is meestal niet mogelijk omdat het kind geen gelegenheid heeft gehad om deze op te bouwen, daarnaast voorzagt de ouder in de behoefte aan gezelschap.

- Handel als ouder en stiefouder zorgvuldig; dit kind heeft een grote bijdrage geleverd aan het vorige gezin en aan de ouder en dient hiervoor de nodige waardering te krijgen.
- Geef deze puber officieel eervol ontslag, b.v. door een feestelijk etentje met een speech, een oorkonde en/of een cadeau (een soort emotionele gouden handdruk).
- Motiveer en ondersteun de puber in de tijd daarna bij het zelf opbouwen van een vriendenkring.

Kenmerken van een stiefgezin:

- een stiefgezin begint vanuit een verliessituatie (scheiding of overlijden) ookwel fundamenteel verdriet genaamd
- er hebben ingrijpende veranderingen na elkaar plaatsgevonden: overlijden, eenouder-periode, komst van een nieuwe partner
- de partners kiezen allereerst voor elkaar. Een nieuwe partner is zelden een keuze van de kinderen
- de relatie met de niet verzorgende partner of ex-partner blijft van invloed. De andere biologisch ouder blijft aanwezig ook is hij / zij niet aanwezig
- De ouder – kind relatie was er eerder dan de stiefouder-kind relatie
- er kan vanuit hoge en/of onduidelijke verwachtingen gestart worden
- de rolverdeling binnen het nieuwe gezin kan onduidelijk zijn, de (vertrouwde) eigen positie is er niet meer (je was de oudste, nu ben je de jongste)
- De onderlinge historie. Ouder en kind hebben al een leven gedeeld De stiefoudermoet nog geschiedenis opbouwen
- in een stiefgezin kunnen loyaliteitsconflicten spelen
- twee gezinsculturen komen bij elkaar en van daaruit een nieuwe gezinscultuur creëren is niet eenvoudig
- de leden van een stiefgezin krijgen te maken met een uitgebreider en ingewikkeld geheel van familieleden
- de beleving van intimiteit en seksualiteit binnen het nieuwe gezin is, zowel bij verzorgers als bij kinderen, aan verandering onderhevig. Onderlinge grenzen kunnen verschuiven

In een stiefgezin kunnen zich naast gewone gezinsproblemen problemen voordoen die te maken hebben met de complexe leefsituatie binnen een stiefgezin.

Zowel binnen het stiefgezin als daarbuiten onderkent men de specifieke situatie niet. Interne en externe druk om als een gewoon gezin te functioneren kan groot zijn. De ingrijpende veranderingen geven met name kinderen een gevoel van onveiligheid en onzekerheid. De niet gedeelde voorgeschiedenis geeft de stiefouder het gevoel buitenstaander te zijn.

Loyaliteitsconflicten zijn dikwijls het kernprobleem.

Door deze problemen komen nieuwe partners weinig toe aan het uitbouwen van hun eigen nieuwe relatie. Onduidelijkheid over nieuwe rollen binnen het stiefgezin kan de oorzaak zijn van frustraties en conflicten.

De niet inwonende ouder

- Niet inwonende ouders, meestal vaders, hebben in de loop van de levenscyclus van het stiefgezin veranderende relaties met hun kinderen en ex-huwelijkspartners. Vaders ontwikkelen na de scheiding en nadat het stiefgezin is gevormd een aantal verschillende soorten relaties. de plotseling verdwijnende vader was voor de

scheiding sterk bij de opvoeding van de kinderen betrokken, maar laat het erna afweten omdat het hem te veel pijn doet dat hij zijn kinderen niet regelmatig kan zien. De door de scheiding geactiveerde vader was voor de scheiding minimaal bij de opvoeding van zijn kinderen betrokken, maar komt in actie wanneer hij, na de scheiding, beseft dat hij zijn kinderen kan kwijtraken. Dit is vaak een bron van verwarring voor de moeder en de kinderen, en het vereist enige aanpassing om de vader als betrokken ouder in het leven van het stiefgezin op te nemen. De door het hertrouwen van zijn vrouw geactiveerde vader had een beperkte of marginale relatie met zijn kinderen, maar raakt bij hun opvoeding betrokken nadat zijn vrouw is hertrouwd, meestal uit jaloezie omdat de stiefvader zijn plaats inneemt of omdat hij door de rechter is verplicht tot het betalen van kinderalimentatie. De moeder en de stiefvader realiseren zich vaak niet dat de vader weer in beeld kan komen als gevolg van het proces dat ze tegen hem hebben aangespannen.

- Kinderen krijgen vaak niet te horen waarom hun ouders zijn gescheiden. Omdat ze het niet weten, verzinnen ze zelf redenen voor de scheiding die een negatieve invloed op hen kunnen hebben. Ouders dienen hun kinderen op een beknopte manier te vertellen waarom ze gescheiden zijn en ze moeten zich realiseren dat de kinderen om meer details kunnen vragen als ze ouder worden. Het is belangrijk om het van de feiten op de hoogte te brengen, maar ouders hoeven hun kinderen niet het hele verhaal over de scheiding in geuren en kleuren te vertellen.
- Sommige mannen die een zeer beperkt of geen contact met hun biologische kinderen hebben, zijn zeer betrokken stiefvaders die goed voor hun stiefkinderen zorgen. Deze mannen hebben het gevoel dat hen onrecht wordt aangedaan, omdat ze waardeloze vaders worden genoemd, terwijl ze volledig in het levensonderhoud van hun stiefkinderen voorzien.

De parttime fulltime stiefmoeder

- Parttime en fulltime stiefmoeders worden voor een groot deel met dezelfde problemen geconfronteerd als stiefvaders, maar er is een groot verschil: door een combinatie van sociale verwachtingen, socialisatie en het mannelijke geloof in het moeders staan vrouwen sterker onder druk om zich met de opvoeding van hun stiefkinderen te bemoeien.
- Het is absoluut noodzakelijk om overeenstemming te bereiken over de regels die voor bezoekende stiefkinderen gelden.
- Het is voor bezoekende kinderen normaal om bezitterig ten opzichte van hun vader te zijn en daardoor kan een stiefmoeder jaloers worden. Dit is een ander aspect van het insider-outsider verschijsel en het dient binnen het gezin besproken te worden.
- Een man die een kind dumpst, is iemand die van zijn vrouw verwacht dat ze de volledige, of bijna volledige verantwoordelijkheid voor de verzorging van zijn bezoekende kinderen op zich zal nemen. Conflicten over het dumpen van zijn kind kunnen voor een man aanleiding zijn om zijn kinderen niet meer te zien en stiefmoeders kunnen stiefkinderen helpen met hun vader over dit probleem te praten.
- Ongeveer twintig procent van de pubers wisselen van adres en gaan bij hun vader wonen, gewoonlijk als ze een jaar of dertien zijn. Dit is vanuit de ontwikkeling van het kind gezien over het algemeen een gunstige periode voor de verandering, maar om een verhuizing succesvol te laten worden, dienen de vader en de stiefmoeder opnieuw over de invulling van hun rol als ouder te onderhandelen en manieren te ontwikkelen om het nieuwe kind in hun gezin te integreren.

Het overbruggen van de kloof inside / outside

- De kloof tussen insiders en outsiders is normaal. Mensen uit verschillende gezinsculturen en met een verschillende geschiedenis zullen onvermijdelijk op verschillende manieren tegen het stiefgezin aan kijken.
- Accepteer de werkelijkheid. De eerste twee jaar van het leven in een stiefgezin worden gekenmerkt door ernstige spanningen die vaak onverwacht optreden. Vasthouden aan irreële verwachtingen verergert deze spanningen en belemmert outsiders te overbruggen en van twee gezinnen één gezin te maken.
- Het sluiten van voor beide partijen bevredigen compromissen is de beste strategie om de tussen insiders en outsiders te overbruggen. De beste manier om van het nieuwe stiefgezin een eenheid te maken, is oplossingen te creëren die iedereen, vooral de outsider, laten zien dat zijn stem ertoe doet. Vaak wordt door deze strategie ook bewerkstelligd dat de outsider meer inzet aan de dag legt om van het gezin een succes te maken.
- Om succesvol bruggen te kunnen slaan, zijn zes vaardigheden nodig. De echtelieden moeten het vermogen hebben hun gevoelens te identificeren en duidelijk onder woorden brengen, de brandhaarden van het gezin in kaart te brengen, constructief ruzie te maken, empathie bij de ander te wekken bij het naar voren brengen van problemen, gezinsrituelen creëren en de ander accepteren zoals hij / zij is.

Interventiemogelijkheden

De meeste mensen besluiten niet zomaar een stiefgezin samen te stellen. De meeste ouders hebben er goed over nagedacht en geprobeerd hun kinderen zo goed mogelijk voor te bereiden. Toch kan het heel moeizaam gaan. Voordat beide ouders hun pogingen tot gezamenlijk geluk opgeven, kunnen ze bijvoorbeeld via gezinstherapie proberen de interactie tussen de verschillende gezinsleden aan te pakken en te verbeteren.

Bij systeemtherapie wordt ervan uitgegaan dat een systeem, zoals het gezin, niet te begrijpen is als je de individuen als losse onderdelen ziet. Een probleem wordt in stand gehouden door het sociale systeem, en beïnvloedt dat systeem op zijn beurt ook weer. De onderstaande vormen van interventies bij problemen in gezinnen zijn soorten systeemtherapie.;

Communicatietherapie

Er kan bijvoorbeeld aandacht worden geschonken aan de verschillende vormen van communicatie, zodat deze na een bewustwordingsproces van de betrokkenen verbetert. Het kan dan gaan over communicatie via lichaamstaal (op de bank neerploffen en gaan zappen), of er kan ruis in de communicatie optreden omdat de een vooral let op de inhoud van de boodschap en de ander op de boodschap zelf.

Intergenerationele benadering

De intergenerationele benadering van Nagy gaat ervan uit dat de problemen uit de context van de familiegeschiedenis zijn te herleiden en dat de biologische ouders bij conflicten vaak tot in het onredelijke geneigd zijn voor hun eigen kinderen op te komen. Dit wordt verklaard vanuit de zogeheten zijnsloyaliteit of verticale loyaliteit van het eigen vlees en bloed. Hierbij wordt ook duidelijk dat het vanuit loyaliteitsoverwegingen moeilijk is de stiefouder op de plek van de biologische ouder te accepteren.

Probleemgerichte integratieve benadering

De probleemgerichte integratieve benadering sluit aan bij de manier waarop de gezinsleden hun problematiek zelf verwoorden. Men verkent met het gezin de oplossingen die de

gezinsleden zelf wenselijk achten en zoekt met hen naar oplossingen om uit de problemen te komen.

Stress

Leven in een samengesteld gezin geeft bij tijd en wijle spanning. Een mens onder stress vertoont een aantal eigenschappen die grote invloed hebben op onszelf, op onze relatie en ons gezinsleven.

Bijna altijd vertellen deze ouders dat ze op dat moment gespannen waren door andere bijkomende zaken. En dat verklaart een hoop.

Onder stress produceert ons lichaam stoffen die het individu helpen te overleven maar die helaas ook 'bijwerkingen' hebben.

Stress veroorzaakt namelijk de volgende verschijnselen:

- Stress vermindert het inlevingsvermogen naar anderen, zelfs naar je eigen kinderen. De mens bundelt alle krachten om zelf te overleven.
- Stress blokkeert het vermogen om waarschuwingssignalen van anderen op te vangen.
- Stress blokkeert het vermogen tot het geven van ouderlijke zorg.

Voor de partnerrelatie heeft stress ook een grote betekenis:

- Stress veroorzaakt een vermindering van je relationele vaardigheden.
- Stress vermindert of blokkeert het vermogen om met elkaar te communiceren.

Kinderen die te maken hebben met stress vertonen de volgende verschijnselen:

- Stress bij kinderen veroorzaakt gedrag waarin emoties op een negatieve manier worden afgereageerd. Agressie, grote monden, slaan, schoppen, pesten, "klieren", afstand nemen, in zichzelf keren of ander afwijkend gedrag.
- Stress bij kinderen veroorzaakt gedrag dat hoort bij een vroegere levensfase, dan waar ze zich op dit moment in bevinden. Ze plassen weer in bed of gedragen zich "als een klein kind", of klampen zich aan hun ouders vast.

Als alle gezinsleden gestresst zijn, wat in samengestelde gezinnen nogal eens voorkomt, kun je je voorstellen dat men door elkaars stressverschijnselen nog gestresster wordt.

In het boek "Therapy with stepfamilies" uit 1996 van Emily en John Visher staat een lijst van spanningverhogende situaties voor kinderen in samengestelde gezinnen.

Door middel van een vragenlijst die kinderen tussen de 12 en 19 jaar oud hadden ingevuld, heeft men de "top dertien" kunnen samenstellen.

Ze zijn hieronder in volgorde van belangrijkheid weergegeven:

1. Je biologische ouders horen ruziën over de telefoon of aan de deur en meemaken dat je ouders elkaar over en weer zwart maken.
2. Je andere ouder niet om je heen hebben.
3. Je ouder en stiefouder horen of zien ruzie maken.
4. Klem zitten tussen je beide biologische ouders.
5. Aanpassen aan nieuwe regels die je stiefouder heeft ingesteld.
6. Je stiefouder moeten gehoorzamen.
7. De schuld krijgen van alles wat er verkeerd gaat.
8. Merken dat je eigen ouder meer doet voor de stiefkinderen dan voor jou.
9. Je kamer moeten delen met andere kinderen uit het gezin.
10. Het gevoel krijgen dat ze je liever niet om zich heen zouden willen hebben.
11. Wensen dat het allemaal kon veranderen en zou kunnen worden als voor de scheiding.
12. Een stiefouder hebben die jou vertelt wat je moet doen.
13. Het gevoel hebben dat het van jou afhangt of dit gezin een succes wordt.

Stress kun je niet volledig uitbannen, het hoort helaas bij het leven en bij onze samenleving. Maar we kunnen wel proberen extra alert te zijn op de probleemgebieden, nu we de verschijnselen en gevolgen van stress kennen. Ook door deze "top-dertien" lijst te kennen, kunnen we voor onze kinderen en onszelf alert zijn in stressvolle tijden, erover praten en bewust momenten van ontspanning creëren. En daardoor ervaren wij, als ouder en stiefouder, ook weer wat minder stress.

Acht valkuilen voor stiefmoeders

door Ietje Heybroek

In mijn praktijk zie ik veel stiefproblemen, die misschien voorkomen hadden kunnen worden als de desbetreffende stiefmoeders zich vooraf bewust waren geweest van een aantal gevaren die er op de loer liggen. Hieronder zal ik aangeven welke gevaren dat zijn, en hoe je ze kunt vermijden.

□ **Het té goed willen doen** - Veel stiefmoeders voelen het verdriet (door scheiding of overlijden) van het hele gezin. Ze nemen dat verdriet op hun schouders. Ze denken dat alles goed zal komen als ze maar héél erg hun best doen.

Maar: jammer genoeg kunnen de pijn en het verdriet van de kinderen en de partner niet zomaar weggenomen worden. De stiefmoeder kan dat in ieder geval niet in haar eentje bewerkstelligen, hoe hard ze ook haar best doet. Stel uw verwachtingen dus niet al te hoog.

□ **Te weinig tijd nemen** - Veel stiefmoeders denken dat ze binnen de kortste keren een gelukkig en harmonieus gezin moeten hebben. Ze gaan dan voorbij aan de vuistregel dat het bereiken van een nieuw evenwicht zo'n 4 tot 7 jaar duurt.

De haast om (te) snel klaar te zijn, is overigens mede te wijten aan de omgeving. Die vindt meestal dat het na een tijdje gewoon over moet zijn met het gedoe en het gezeur.

□ **Jezelf wegcijferen** - Veel stiefmoeders hebben de neiging om hun eigen wensen en behoeften te onderdrukken. Dat kan een tijd goed gaan, maar op een gegeven loopt het spaak.

Pas op het moment dat er een crisis ontstaat, kom je erachter dat je ook zélf wensen en behoeften hebt. De stiefmoeder moet dan opnieuw overwegen wat zij eigenlijk wil...

□ **Negatieve gevoelens wegstoppen** - Doorgaans kunnen stiefmoeders heel lang hun nare gevoelens en gedachten wegstoppen. Tot de bom barst.

Op een gegeven moment kun je het echt niet meer opbrengen om leuk en vrolijk te blijven doen. Een uitbarsting van alle nare gevoelens en gedachten kan dan het gevolg zijn. Er is crisis in het gezin, en er zal gepraat moeten worden. Veel handiger is natuurlijk om die ellende voor te zijn, en niet te lang te wachten met het uiten van datgene wat je dwars zit.

□ **Denken dat je het niet kunt** - Stiefmoeders kunnen zich in de nieuwe situatie heel onzeker voelen. Dat is normaal en begrijpelijk. Het *zijn* nu eenmaal moeilijke omstandigheden waar je in zit. Funest is echter om hieruit af te leiden dat je faalt in je moederschap en te denken dat het allemaal aan jou ligt. Ook de schuldgevoelens die hiervan het gevolg kunnen zijn, zijn zeer schadelijk. Zowel voor jezelf als voor het gezin.

Veel stiefmoeder betrekken te snel alles op zichzelf, op hun eigen tekortkomingen. Natuurlijk heeft u tekortkomingen, maar die hebben we allemaal. Daar bent u echt niet de enige in. Het is dus zaak om de dingen in proportie te zien, en zo helder mogelijk te analyseren waar de werkelijke problemen zitten. Soms is daar hulp van buitenaf bij nodig.

□ **Je te sterk richten op je stiefkinderen** - Veel stiefmoeders hebben het idee dat de relatie met hun partner pas echt goed is als ze een moeder kunnen zijn voor de kinderen. Voor de kinderen is het echter veel belangrijker om te zien dat de relatie met uw partner (hun vader) goed is. Ze hebben immers de relatie van hun ouders ook al stuk zien gaan. Het advies is dus om je als stiefmoeder in eerste instantie te richten op je partner en niet op de kinderen.

Bewust of onbewust zullen veel kinderen de nieuwe relatie gaan uittesten, om te zien of die wel krachtig genoeg is, en of ze erop kunnen vertrouwen dat die relatie blijvend zal zijn. Het is dus belangrijk dat de kinderen voelen dat er niemand tussen u en uw partner kan komen, ook zijzelf niet. Met name kinderen die een echtscheiding hebben meegemaakt, kunnen daar nog wel eens op uit zijn.

Effectieve methodes om je niet al te veel op de kinderen te hoeven richten, zijn: werk en hobby's. Hoe meer je je daarmee bezighoudt, hoe beter. Het kan heel wat irritaties voorkomen.

□ **De kinderen de schuld geven** - Veel stiefmoeders hebben de neiging om alles wat er fout gaat in een stiefgezin, te betrekken op de stiefkinderen. In die valkuil trap je heel gemakkelijk. Het stiefkind krijgt vaak de schuld, terwijl het in veel gevallen om een communicatieprobleem tussen de stiefmoeder en haar partner gaat.

Waak er dus voor dat de stiefkinderen niet de schuld krijgen van iets dat in werkelijkheid thuishoort bij de relatie met uw partner.

□ **Denken dat je de vorige moeder kunt vervangen** - Sommige stiefmoeders denken dat ze een echte moeder voor hun stiefkinderen kunnen worden. Dat kan helaas niet. Meer dan een stiefmoeder kun je nooit worden. De kinderen hebben namelijk al een moeder, ook al is die overleden of niet dagelijks aanwezig.

Elke poging om de moederrol over te nemen is misplaatst en tot mislukken gedoemd. Probeer je dat wel, dan verlies je vaak meer dan je wint. Maar niet getreurd: een goede stiefmoeder is ook heel wat waard!

Valkuilen voor stiefvaders

door Ietje Heybroek

□ **Onmiddellijke volgzzaamheid van de kinderen verlangen**

Gezagskwesties kunnen vaak problemen geven, net als in een 'gewoon' gezin. Zo is de ene ouder misschien veel strenger dan de ander. Het verschil is echter dat ouders die altijd samen voor hun kinderen hebben gezorgd, de tijd hebben gehad om een evenwicht te vinden tussen hun verschillende opvoedingsstijlen. Bij een stiefvader die er middenin valt, is dat evenwicht er nog niet. Een bijkomend probleem kan zijn dat het gezin waarin hij terecht komt, nog allerlei oud zeer moet verwerken.

In stiefgezinnen kunnen gezagsproblemen groter worden als de stiefvader onmiddellijke volgzzaamheid van zijn stiefkinderen verlangt met wie hij een veel kortere relatie heeft dan de moeder.

Soms krijgt hij ook een dubbele boodschap van de moeder, wat het extra moeilijk kan maken. Aan de ene kant wil zij dat haar kinderen ook naar hem luisteren, terwijl ze aan de andere kant geen bemoeial wil. Ze kan het immer best alleen af en ze wil niet dat er iemand tussen haar en haar kinderen komt. In zo'n geval weet de stiefvader dan niet goed waar hij aan toe is, wat er van hem verwacht wordt. Vooral oudere kinderen zijn van streek als een stiefvader een gezagsrol ten opzichte van hen aanneemt. Zij voelen het verlies van de autonomie die zij in het eenoudergezin hadden verworven.

Tip: voor stiefvaders is het goed als zij zich in het begin wat afzijdig houden van gezagskwesties. Dat is best moeilijk, want hij moet zich dan maar aanpassen aan de opvoedingsstijl van de moeder, terwijl hij het er niet mee eens is. Toch is dit wel de succesvolste strategie.

□ **De reddersrol willen aannemen**

Stiefvaders kunnen soms menen dat zij eens grondig orde op zaken moeten stellen, omdat er lange tijd een man ontbroken heeft in het huis (als er sprake was van een periode van eenoudergezin). Een man kan zich dan al gauw een soort reddersrol aanmeten, wat veel spanningen kan opleveren.

Tip: probeer de reddersrol te vermijden. De kans op ongelukken is erg groot.

□ **Klachten van je stiefkinderen te letterlijk nemen**

Stel: je benadert je stiefkinderen positief, je toont begrip voor hun problemen, en je bent niet overdreven streng in de opvoeding. Kortom: je hebt het gevoel dat je het best goed doet. En toch vinden ze je een klootzak. Hoe kan dat nou? Antwoord: dat vinden ze helemaal niet, ze zeggen het alleen maar (en ze bedoelen iets anders).

Meestal worstelen deze kinderen met veel verdriet en woede over het verlies van hun biologische vader, of die nu overleden of gescheiden is. En in veel gevallen richt de woede zich dan op hun stiefvader. Dit staat bekend als het zondebok-principe. Het kind voelt zich akelig, en daar moet een schuldige voor gevonden worden. De eigen vader kan dat niet zijn, hetzij omdat die er domweg niet meer is (want overleden), hetzij omdat het kind hem graag terug zou zien als echte vader. Zo iemand kun je het natuurlijk niet al te moeilijk maken, want dan komt-ie zeker niet meer terug. Dus wordt het de stiefvader die de klappen moet opvangen.

Tip: begrijp hoe het zondebok-principe in elkaar zit, vat de klachten niet persoonlijk op, houd je de eerste tijd een beetje afzijdig van de opvoeding, en overweeg de mogelijkheid om je stiefkind(eren) deel te laten nemen aan een praatgroep. De meeste kinderen vinden dat geweldig!

□ **Concurreren met de biologische vader** - Als een stiefvader gaat concurreren met de biologische vader, bijvoorbeeld door óók te gaan voetballen of te gaan dansen maar dan net ietsje beter, bestaat het risico dat de kinderen worden aangemoedigd om beide vaders met

elkaar te gaan vergelijken. Veel kinderen zullen dan kiezen voor hun biologische vader, met teksten als: "Waarom zouden we het op jouw manier doen, je bent onze vader niet."

Tip: probeer als stiefvader die strijd niet aan te gaan. Doe je dat wel, dan graaf je misschien je eigen graf. Dan zullen je stiefkinderen zeggen dat hun eigen vader het veel beter doet.

□ **De kinderen veroordelen vanwege hun erfelijke belasting** - Als stiefvader heb je vaak een eenzijdig beeld van de biologische vader. Bijna alles wat je over hem weet, weet je van je partner, die soms niet al te beste herinneringen heeft aan haar vorige relatie.

Dat kan z'n weerslag hebben op de kinderen. Het risico is dat je de slechte eigenschappen van de biologische vader (zoals beschreven door je partner) gaat terugzien in de kinderen. Met alle spanningen vandien.

Tip: probeer je stiefkinderen zo veel mogelijk te beoordelen op wie ze zélf zijn, zonder daarbij te denken aan hun biologische vader.

□ **De rol van de grootouders niet goed inschatten** - Veel grootouders vinden het moeilijk om te accepteren dat hun dochter (of hun zoon) een nieuwe partner heeft. Ze zijn dan al snel geneigd om hun afkeuring over te dragen op hun kleinkinderen. Voor de kinderen wordt het dan wel heel moeilijk om hun stiefvader nog aardig te vinden, of zich aan hem te hechten.

Tip: houd er rekening mee dat het gedrag van de kinderen ingegeven kan zijn door hun grootouders. Probeer anderzijds ook wel begrip op te brengen voor de grootouders, omdat veranderingen altijd moeilijk zijn, voor iedereen.

□ **Voorbijgaan aan je eigen schuldgevoelens** - Veel stiefvaders die zelf al kinderen hebben, hebben te kampen met schuldgevoelens tegenover hun eigen kinderen (die meestal nog bij hun ex-partner wonen). Ze hebben het gevoel dat ze hun kinderen in de steek hebben gelaten. Soms zijn die schuldgevoelens zo sterk dat de stiefvader geen ruimte heeft voor de stiefkinderen met wie hij samenleeft.

Tip: probeer je bewust te worden van eventuele schuldgevoelens en probeer die gevoelens – als ze er zijn – los te koppelen van je stiefkinderen.

□ **Ten prooi vallen aan loyaliteitsconflicten** - Wanneer een stiefvader een goede relatie heeft met zijn stiefkinderen, kan dit de relatie met zijn eigen kinderen beïnvloeden. Die zien hem bijvoorbeeld alleen in de weekends en in de vakanties, waardoor ze jaloers kunnen worden op de aandacht die hij aan zijn stiefkinderen geeft. Zelf kan de stiefvader in een loyaliteitsconflict terechtkomen als hij het gevoel krijgt dat hij zijn eigen kinderen in de steek laat.

Tip: ook hier is het belangrijk om goed bij jezelf na te gaan in hoeverre er dit soort loyaliteitsconflicten kunnen spelen. Daarmee is het probleem nog niet opgelost, maar zien wat er speelt is wel de eerste stap.

□ **Gevoelens van je stiefkinderen verkeerd inschatten** - Een stiefvader kan denken dat hij zijn eigen kinderen en zijn stiefkinderen gelijk behandelt, maar zijn stiefkinderen kunnen daar heel anders over denken. Die kunnen het idee hebben dat ze achtergesteld worden, wat natuurlijk niet bevorderlijk is voor een fijn contact.

Tip: af en toe een gesprek met het hele gezin kan nuttig zijn om alle sluimerende gevoelens van onvrede boven tafel te krijgen (en af te spreken wat ermee gedaan gaat worden).

□ **De aandacht te veel concentreren** - Vooral in het begin van een (nieuwe) relatie kan een stiefvader de neiging hebben om extra veel tijd te besteden aan zijn eigen kinderen of juist aan zijn stiefkinderen. In beide gevallen is er tijd nodig om een goede balans te vinden. Maar ondertussen kunnen zowel zijn eigen kinderen als zijn stiefkinderen wel boos op hem zijn.

Tip: neem de tijd voor het vinden van een goede balans tussen je eigen kinderen en je stiefkinderen.

☐ **Je buitengesloten voelen**

Veel stiefvaders voelen zich buitengesloten. Ze voelen zich soms het vijfde wiel aan de wagen en de moeder kiest altijd partij voor haar kinderen.

Voorals stiefvaders zonder eigen kinderen kunnen zich eenzaam voelen. De moeder heeft een geschiedenis met haar kinderen, maar de stiefvader niet. Die heeft tijd nodig om zelf een geschiedenis met zijn stiefkinderen op te bouwen.

Tip: probeer het gevoel te accepteren als iets wat erbij hoort. Het is verklaarbaar en begrijpelijk. Op den duur zal het vanzelf slijten. Af en toe eerlijk erover praten met de partner kan helpen (vooropgesteld dat het niet op verwijtende toon gebeurt; de moeder en de kinderen kunnen er immers niets aan doen).

☐ **Conflicten aangaan over geld**

Stiefvaders die wettelijk gehuwd zijn, zijn onderhoudsplichtig aan hun stiefkinderen (bij ongehuwd samenwonen geldt deze verplichting niet). Een stiefvader die zelf gescheiden is, en zijn eigen kinderen heeft achtergelaten in het vorige gezin, kan best moeite hebben met een financiële bijdrage voor het onderhoud van zijn stiefkinderen.

Uit onopgeloste geldkwesties kan veel bitterheid ontstaan, die vaak over de hoofden van de kinderen wordt uitgevochten. Probeer dat te voorkomen.

De valkuilen voor stiefkinderen

1. Geen inspraak ; Meestal word je als kind voor een voldongen feit gesteld en heb je geen inspraak. De meeste kinderen worden van de ene dag op de andere geconfronteerd met het samengaan van een ouder met een nieuwe partner.

2. Verhuizen ; Over het algemeen betekent het gaan wonen in een stiefgezin dat er verhuisd wordt, met alle gevolgen van dien, andere school, omgeving, vriendjes, familie. Dat kan voor een kind betekenen, dat je naar een andere plaats verhuisd, een andere omgeving, weg van de vertrouwde omgeving, je vrienden en soms ook je familie. Voor kinderen die al een scheiding of overlijden van een ouder heeft meegemaakt, kan dat heel onveilig aanvoelen. Alles is nieuw en dat kan behoorlijk veel angst geven.

3. Bemoeien ; Er is een volwassene die ze nauwelijks kennen en met hen bemoeit. Ook al kijken veel stiefouders in het begin de kat uit de boom, ze zijn er elke dag en zitten bij jou aan tafel, lopen door het huis. Je kan als kind ze niet ontlopen of je wil of niet. 4. Andere regels Elke volwassene neemt zijn eigen opvoeding mee. Het kan zijn en dat is meestal het geval, dat je stiefouder veel strenger is of juist veel makkelijker. Het blijft wennen aan die regels.

4. Aanpassen ; Kinderen en volwassenen moet zich aanpassen of ze willen of niet. Als je met zijn allen in een huis woont, zal je als kind je moeten aanpassen. Natuurlijk kan je heel vervelend gaan doen, maar daar schiet jij niks mee op, want ook jijzelf zal je daar niet lekker bij voelen. Het zal aanpassen zijn en als je kan praten, zou je in een gesprek kunnen vragen of bepaalde zaken mogen blijven zoals ze zijn.

5. Jaloezie ; Er kan jaloezie zijn bij een kind naar zijn stiefouder, ouder heeft minder aandacht voor kind. Als kind kan je heel bang zijn dat je ouder geen aandacht meer voor je heeft, nu hij/ zijn verliefd is. Dat kan je jaloers maken. Misschien kan je aan je ouder vragen of hij/zij af en toe met jou wat wil doen en als je heel sterk bent, kan je aan je ouder zeggen dat je jaloers bent op alle aandacht die hij/zijn aan de nieuwe partner geeft. Je ouder zal je vast vertellen, dat hij/zijn heel veel van je houdt en graag wat met je wil doen.

6. Feit; ouders komen niet meer bij elkaar. Door de nieuwe relatie van je ouder realiseer je je dat je ouders niet meer bij elkaar komen, een wens die alle kinderen van gescheiden ouders koesteren.

7. Scheidingsangst; Als de relatie een tijd duurt, kan je bang zijn als kind dat er weer een scheiding kan plaats vinden (angst als het goed gaat dat het fout kan gaan) Een kind dat een scheiding heeft meegemaakt, kan erg bang zijn, dat dit weer gaat gebeuren. Een scheiding is voor kinderen moeilijk te verwerken. Kinderen hebben een stabiele omgeving nodig om zich goed te ontwikkelen.

8. Je moet meer rekening houden met meer mensen. ; In een stiefgezin heb je met meer mensen rekening te houden, dus er wordt een beroep gedaan op je flexibiliteit.

9. Trouwen ;Een kind kan het trouwen van de ouder met de stiefouder geweldig vinden omdat ze veel liefde en plezier met elkaar hebben. De ouder is weer gelukkig. Het kan zijn dat een kind het helemaal niet fijn vindt als een ouder gaat trouwen, om allerlei redenen. De ouders komen niet meer bij elkaar, ze vinden de stiefouder niet aardig.

10. Parentificatie (de rol van een ouder als kind op je nemen)

Bekommeren over de eenzaamheid van de andere ouder, die geen partner heeft. Als kind kan je verantwoordelijk voelen voor de ouder die alleen is. Je kan het idee hebben, dat je voor deze ouder moet zorgen. Een tijdje zorgen voor je ouder is niet erg, als je maar erkenning krijgt voor wat je allemaal doet. Het mag niet te lang duren, anders spreken we van parentificatie. Het betekent dat je als kind de rol van een ouder overneemt, wat natuurlijk niet de bedoeling is van kind zijn.

11. Eenzaamheid van kind vanwege onbegrip; Een kind kan zich eenzaam voelen in de nieuwe situatie. Zijn/haar ouders is verliefd en heeft geen oog meer voor de behoefte van het kind. Als kind is het enige dat je kan doen, proberen met je ouder te praten en te vragen om aandacht, waar je recht op hebt. Niet alle ouders hebben door dat je dat graag wil. Probeer wel te praten en te vragen om wat je graag wil. Over het algemeen willen ouders ook dat jij het als kind fijn hebt. Door te vertellen wat je allemaal voelt, kan een ouder reageren.

12. Broers en zussen zijn verdeeld over stiefouder; Elk mens is uniek zo ook kinderen. Het ene kind zal blij zijn dat de ouder weer een nieuw partner heeft, want die maak hem/haar weer blij. Een ander kind zal er moeite mee hebben om de ouder met een andere partner te zien. Zelfs tussen broers en zussen kan daar verschillend over worden gedacht. Je hebt elkaar na een scheiding en in een stiefgezin als broers en/of zussen zo nodig. Het kan rot zijn als de een het wel fijn vindt, en de ander niet.

13. Manier van omgaan met stief door opa's en oma's ; Veel opa's en oma's hebben moeite met de scheiding van hun kinderen en zijn bang hun kleinkinderen niet meer te zien. Als er een nieuwe partner komt, kunnen ze daar zeer afwijzend tegenover staan. Met als gevolg dat de ouder en nieuwe partner niet meer komen. Ook veel opa's en oma's zijn blij. Helaas zijn er velen die de stiefkinderen niet meerekenen. Er zijn geen foto's, ze worden niet uitgenodigd op familie-uitjes.

Literatuurlijst o.a.

- Stiefouders en stiefkinderen; James Bray & John Kelly
- The expanded family life cycle; Betty Carter & Monica Mc Goldrick
- Stepfamily relationships; Development, Dynamics & interventions; Lawrence H. Ganong & Marilyn Coleman
- Stepfamilies a multi-dimensional perspective
- Samengesteld- de dynamiek van het stiefgezin; Ietje Heybroek