

Bijgewoond: 'Het samengestelde gezin'

Een online lezing door Marina Boonman- van der Kroon

Geschreven door Ammelie van Beurden, praktijk Zuiderboomgaard en mede lezer/auteur Monique van Bilderbeek, Instituut voor Toegepaste Haptonomie (ITH)



Monique
van Bilderbeek



Ammelie
van Beurden

“ Als ik dit eerder
geweten had,
dan had ik het
anders gedaan ”

... was het eerste wat ik voelde en uitspraak tijdens de nabespreking van de online lezing van Marina Boonman-van der Kroon. Op dinsdag 7 juli 2020 ging het bij het Instituut voor Toegepaste Haptonomie (ITH) over 'Het samengestelde gezin'.

Gefascineerd keken mijn vriend en ik samen naar de lezing en de dynamiek in samengestelde gezinnen. We realiseerden ons dat we zelf een samengesteld gezin vormen, hij een dochter en ik een dochter, niet thuiswonend maar toch. Zo had ik er nog niet naar gekeken.

Zelf kom ik uit een samengestelde familie, de relaties zijn niet zomaar even uit te leggen. Soms wil ik de ander een plezier doen door er een groot vel A3 bij te pakken en het te tekenen, maar meestal hou ik het op broers en zussen i.p.v. de uitleg over halfbroers, -zussen en iedereen die er nog meer is bijgekomen. En zo voelt het ook, we noemen ons een wereld-familie. Zowel de leuke als de lastige kanten waren voor mij een vanzelfsprekendheid en zag ik niet als iets bijzonders.

Privé mooi en passend maar in mijn werk bleek ik een blinde vlek te hebben. Op twee vlakken:

- 1) Ons vanzelfsprekende principe 'iedereen hoort erbij' bleek niet voor iedereen in samengestelde gezinnen te gelden;
- 2) Ik werkte meestal wel met beide ouders en hun kind, maar in aparte sessies. Ik zag iedereen dus alleen in hun nieuwe samengestelde hoedanigheid.

Door de lezing realiseerde ik me dat ik het oorspronkelijke kerngezin op die manier 'vergat'. Het nieuwe liefdeskoppel wil natuurlijk graag een gezin vormen, zij gaan hun toekomst in. Als haptotherapeut tegemoetkomen aan deze nieuwe werkelijkheid, doet mogelijk onrecht aan het kind uit het oorspronkelijke kerngezin.

De kinderen kunnen hierdoor in de knel komen. Buikpijn, hoofdpijn, bleekneusjes, in hun broek poepen, verlegenheid, faalangst, niet goed voor zichzelf opkomen, (te) boos worden: het kinderlijk geeft het op allerlei manieren aan. Lijfverhalen die gehoord willen worden en vertaling behoeven.

Mijn ervaring is dat beide ouders vrijwel altijd het beste voor hebben met hun kind, nu ieder apart. Met mijn adviezen

over wat er nodig was, zat ik er dan ook zelden naast. Wat ik wel miste, was uitleg geven over de verschillende fases en dynamiek in samengestelde gezinnen en wat dat voor iedereen in de nieuwe gezinnen betekent. Ik had met ouders wel een gemeenschappelijk doel maar: zonder 'kernoverleg'; zonder het oorspronkelijke kerngezin in mijn behandelkamer en zonder een gedeelde kijk en gezamenlijke aanpak. Zo schrijvend bedenk ik me dat vanuit de haptonomie gezien 'de verbinding, de verbondenheid' ontbrak en pijnlijk duidelijk werd. De oorspronkelijke verbondenheid waar het kind nog steeds behoefte aan heeft en vaak (verborgen) loyaal aan is.

Ontwikkelingsfasen van een gezin

Marina Boonman-van der Kroon geeft een kijk op dynamiek en fases in samengestelde gezinnen en wat het voor ouders, nieuwe partners en de kinderen kan betekenen. Ze beschrijft hoe de ontwikkeling van jou als mens, de ontwikkeling van de partnerrelatie en de ontwikkelingsfasen van het oorspronkelijke gezin bij elkaar horen. Ouders worden verliefd, leren elkaar beter kennen, er volgt stabiliteit en een gezin. Hechting, vertrouwde verbondenheid, ouder-kind-positie, opgroeien in het gezin, uit huis gaan en later mogelijk voor je ouders zorgen: dit proces heeft een natuurlijk en overzichtelijk verloop.

Gevolgen van een breuk

Marina Boonman stelt de vraag: in welk seizoen zit je als mens?

- De lente staat voor het begin, groei en levenslust.
- De zomer met idealen, toekomstplannen en met 'wie ben ik en hoe zie ik mijn leven voor me'. In de nazomer komt het tot het concretiseren en het gaan leven van deze plannen.
- De herfst is de tijd van bezinning, meer naar binnen gekeerd, acceptatie en rouw over wat wel en niet is uitgekomen.
- In de winter wordt er ruimte gemaakt voor de nieuwe generatie met, het liefst, een gevoel van tevredenheid over het afronden van de taken, er is levenswijsheid.

Wanneer een gezin uit elkaar valt en een nieuw samengesteld gezin ontstaat, komt het nieuwe gezin in een ander levensseizoen bij elkaar dan bij de vorming van het kerngezin. De cyclus van seizoenen is zowel verstoord op individueel niveau als op gezinsniveau. Seizoenen zijn niet afgerond, plannen niet afge maakt en eerdere seizoenen komen terug. Voor kinderen is dit verwarrend. Waar de ene ouder vol levenslust rondhuppelt in een nieuwe zomerweide, is de andere ouder in diepe rouw of verongelijkt met een lijf vol spanning. Ook als beide ouders in goede verstandhouding uit elkaar gaan, komt er in beide huizen een andere sfeer met nieuwe regels, mensen en onuitgesproken verwachtingen. Er kan onzichtbare verwarring ontstaan over de plek, 'erbij horen en op welke manier dan' en de positie tussen kernouders, stiefouders en kinderen. Afstemmen vraagt steeds van de kinderen dubbel werk en hoe doe je dat zonder ik-verlies?

Het nieuwe stel ervaart het nieuwe gezin als het 'echte gezin' van nu. Ze starten in de verliefdheidsfase en beginnen opnieuw. Maar de start is anders. Gezinsbreuken, verlieservaringen en nog niet

geheelde wonden gaan vooraf aan de start. In een samengesteld gezin is er minder tijd om aan de relatie te werken en de oude erfenis uit de vorige relatie te verwerken. Marina Boonman beschrijft de fases in het samengestelde gezin o.a. als:

- de droomfase waarin gedroomd wordt over de fijne toekomst samen;
- de wakker-lig fase;
- de nachtmerrie fase waarin het echt niet zo blijkt te gaan als was gehoopt;
- de fase waarin droom en realiteit met elkaar geïntegreerd kunnen worden.

Twee van de drie samengestelde gezinnen doorstaan deze fases niet en gaan binnen 5 jaar weer uit elkaar! Kinderen worden nogmaals geraakt in hun basis.

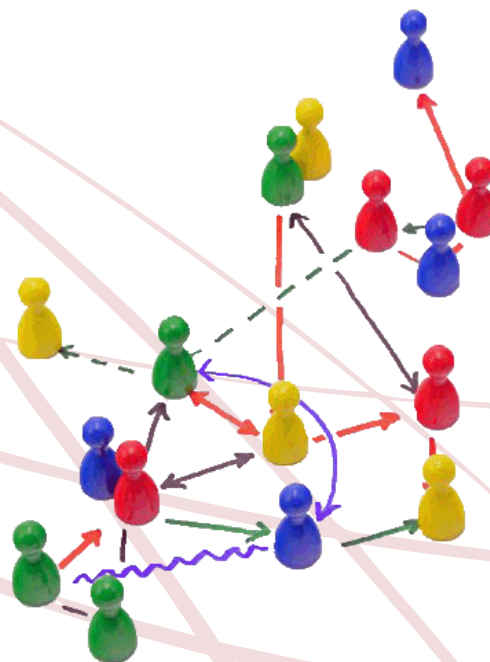
Loyaliteit aan het kerngezin

Kinderen zijn in principe niet bezig met de nieuwe dynamiek van hun opnieuw beginnende ouders. Voor hen ligt de verlieservaring op de voorgrond. Zij blijven loyaal aan het oorspronkelijke gezin, wat voor hen ook altijd hun kerngezin blijft. Het is belangrijk dat alle volwassenen in al de verschillende gezinnen zich

dit realiseren en de loyaliteit mogelijk blijven maken voor de kinderen.

Wat zien we vaak bij kinderen ontstaan?

- Kindjes van 3-5 jaar denken dat het hun schuld is dat de ouders uit elkaar zijn. Ze hebben het keer op keer nodig om te horen dat het niet door hen kwam, dat ze welkom zijn.
- Kinderen tussen de 5 en 8 jaar willen de verdrietige ouder troosten, de kans op parentificatie is groot. Tegelijkertijd kunnen ze dit verdriet nooit wegnemen, waardoor ze een gevoel van falen krijgen. Het is belangrijk dat de verdrietige ouder genoeg steunfiguren en/of therapie heeft om weer eigen veerkracht te gaan voelen en verder te kunnen gaan na de rouw. Dat het kind ervaart dat er belangrijke anderen zijn die de verdrietige ouder ondersteunen en verder helpen. Dit geldt voor alle leeftijden.



- Kinderen van 8-12 jaar trekken veel met vriendjes op als afleiding. Een goede band met beide ouders is extra belangrijk. Ze moeten kunnen voelen dat ze ook hun eigen leven mogen en kunnen gaan opbouwen, zelf de wereld in mogen gaan.
- Jongeren tussen de 12 en 18 jaar laten vaker een heftige reactie op de scheiding zien. Ze gaan nog meer de wereld in en verdragen hun emoties soms door te blowen, te drinken, te gamen of laten soms meer introvert of extra-vert gedrag zien.

Alles en iedereen heeft een plek nodig

Een samengesteld gezin wordt gebouwd op een verlieservaring. Niet geheelde wonden verdienen aandacht. Herken en benoem het verlies voor ieder afzonderlijk. Maak ruimte voor verdriet, boosheid en verwarring. Ouders kunnen na een jaar de wens hebben dat hun kind gewend is aan de veranderingen. Kinderen hebben een eigen proces wat niet altijd gelijk opgaat met dat van ouders.

Na de scheiding is er emotionele rust nodig. De meeste ouders gunnen het kind een warme band met de andere ouder en stiefouder, maar dat is helaas niet altijd het geval. Ultieme situatie is dat de ex-partners een team blijven, ze prettig met elkaar omgaan en samen vertellen dat ze gaan scheiden. Zo komt er geen dader-slachtofferrol en komen de kinderen minder in een innerlijk loyaliteitsconflict terecht. Kinderen worden geschaad als de andere ouder ontkend wordt, als ze niet durven komen met hun vertwijfeling bij wie ze dit jaar hun verjaardag willen vieren. Mocht voor een van de ouders het verdriet of andere emoties te groot zijn, dan hebben ook de kinderen een psychotherapeut nodig.

In de nieuwe systemen is het belangrijk dat iedereen elkaars eigenaardigheden leert kennen en accepteren. Dat iedereen goed is zoals die is en 'niet op de

IK@NRC.NL

Interesse

Terwijl ik sta te koken, kletsen onze vier kinderen met elkaar bij. De jongste, mijn bonuszoon van 9, kijkt op van zijn vaders iPad en uit het niets stelt hij me de vraag: „Wanneer hebben jij en Papa elkaar ontmoet?” Zijn grote ogen kijken me vragend aan en ik ben verrast door zijn interesse. Glunderend vraag ik hem of hij wil weten wanneer we elkaar ontmoet hebben of wanneer we echt wat met elkaar kregen? Hij denkt na en zegt: „Nou, ik denk wanneer jullie wat kregen.” Ik noem de datum en vertel hoe bijzonder dat etentje was terwijl hij wat intikt op de iPad. Terwijl hij wegloopt mompelt hij: „Ja, de code klopt, dankjewel.”

Debby van Schuppen

*Kinder ikjes: de mooiste ikjes over kinderen van ik@nrc.nl.
Redactie Arjen Ribbens. P. 273.*

tenen lopend zich aan moet passen'. Een samengesteld gezin heeft 7 jaar nodig om een gezin te vormen! De stiefouder kent het kind niet in zijn eigenheid en geschiedenis. Als stiefouder hoef je ook (nog) niet te weten wat goed is voor het kind. Het is lastig voor stiefouders dat ze soms veel geven en weinig krijgen, ze staan altijd op de tweede plaats. Het opbouwen van een band kan jaren duren, er is geen aangeboren verticale loyaliteit. Ook de stiefouder moet het kerngezin steunen en erkennen. Er kunnen andere loyaliteiten ontstaan door tijd, ruimte en ervaringen gedurende jaren. Aandacht en verbinding met het kind, één-op-één tijd doorbrengen, ook door de stiefouder, geeft kinderen de kans om een nieuwe basis erbij te gaan ervaren. In therapie kan gekeken worden hoe horizontale loyaliteit vorm kan gaan krijgen/uitgenodigd kan worden.

Het advies is om veranderingen geleidelijk door te voeren. Betrek kinderen bij plannen waar dit bij hun leeftijd en plaats

in het gezin past. Het ontstaan van nieuwe rituelen in het samengestelde gezin zoals 'vrijdagavond pizza avond' kan op termijn zorgen voor vertrouwde en verbinding, maar sta ook open als stiefouder voor de rituelen uit het voormalige kerngezin.

Conclusie

De kernvisie van het ITH is dat de ontwikkeling van het ene gezinslid niet ten koste mag gaan van de ontwikkeling van een ander gezinslid. Het delen van de informatie (psycho-educatie) over de gezinsdynamiek en de gelaagdheid van de problematiek is essentieel in de begeleiding van één of meerdere leden van een samengesteld gezin.

Als haptotherapeut begeleiden we vaak maar een stukje van het systeem. Het zou mooi zijn als we zoveel mogelijk mensen van de systemen erbij betrekken. Idealerweise beide (biologische) ouders van het oorspronkelijke kerngezin inclusief het kind.

Signalen, lijfelijk, emotioneel en in het gedrag, tonen of het kind klem zit. Mogelijk in eigen emoties, emoties van ouders, loyaliteit of in de nieuwe gezinsculturen. Wij kunnen (stief)ouders en kind begeleiden om ruimte te maken voor signalen waaruit blijkt dat het kind gevoelsmatig en verbaal knel zit. Ondersteunen om verwarring inzichtelijk te maken. Het weer gaan voelen van hun lijfelijke basis en het affectief afstemmen op elkaar. We kunnen meekijken vanuit ons vak naar wat er nodig is om ieder te laten voelen dat hij/zij goed is zoals hij/zij is en ieder een plek krijgt die past bij de leeftijd, de positie, de fase en de gezinnen waarin ze leven.

Het kind zegt:
 “Houdt alsjeblieft rekening met mijn gevoel, mijn angst, mijn stress ...
 Laat tenminste de vorm van al dat nieuwe mede door mij bepalen.”

Ammelie van Beurden: info@zuiderboomgaard.nl

Monique van Bilderbeek: moniquevanbilderbeek@ith-haptonomie.nl