

Karin Wouters

succesvol Emigreren met kinderen

- HANDBOEK -



Uitgeverij Grenzenloos

Karin Wouters

succesvol Emigreren

met kinderen

- HANDBOEK -

Uitgeverij Grenzenloos

Succesvol emigreren met kinderen

Handboek

Karin Wouters

1e druk maart 2026

Redactie: Eric Jan van Dorp

Tekstcorrecties: Ilona van Hilst

Uitgeverij Grenzenloos is een imprint van VanDorp Uitgevers

www.grenzenloos.nl

ISBN 9789461853875

NUR 512

©2026 Karin Wouters

©2026 Uitgeverij Grenzenloos

Copyright

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt worden in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of door fotokopieën, opname, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Disclaimer

Hoewel bij het samenstellen van deze uitgave de grootste zorgvuldigheid is betracht en de informatie daar waar mogelijk is geactualiseerd, kunnen de auteurs en de uitgever de volledigheid en/of de afwezigheid van fouten in deze informatie niet waarborgen. De lezer kan geen rechten ontleen aan de inhoud van dit boek. Auteur en uitgever aanvaarden geen aansprakelijkheid voor eventuele onjuistheden of verouderde informatie die in dit boek vermeld staat, noch voor gevolgen van het gebruik van de in dit boek opgenomen informatie door derden.

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	10
Inleiding	13
Dromen over emigreren	15
<i>Mijn eigen emigratie met kinderen</i>	<i>16</i>
Waarom wil je eigenlijk weg?	18
Is jullie gezin emigratieproof?	22
De afweging maken	29
Maak het tastbaar	29
Winst én verlies durven nemen	30
Maak vooraf ruimte voor teleurstelling	31
Een opeenstapeling van redenen	33
Emigreren als je gescheiden bent	37
De juridische realiteit	37
De emotionele werkelijkheid van je kind	38
Single ouderschap	41
Wanneer is het juiste moment?	43
Aansluiten bij natuurlijke overgangen	45
Hoe staat je gezin er nu voor?	46
De financiële werkelijkheid is meer dan cijfers	47
Nu willen of nu kunnen	49
Hoe ziet de voorbereiding er globaal uit?	51
Het vertellen aan de kinderen	53
De kinderen betrekken bij de beslissing	54
Inspraak per leeftijd	57
Verwachtingen managen	59
Wanneer een kind echt niet wil	60

School en opvang kiezen 63

De eerste zoektocht	63
Wel of niet kiezen voor een internationale school?	64
Verschillen in onderwijscultuur	65
Je kind gaat de taal zeker leren	67
De eerste schooldag, nog voordat het plaatsvindt	68
Wat veel ouders onderschatten	70
Opvang voor jonge kinderen	72
Culturele verschillen in opvoedstijl	73
Het perfecte systeem bestaat niet	74

Vorbereiden mét je kinderen75

Wat regel jij vóór vertrek en wat doe je samen?	75
Taal en cultuur voorbereiden zonder druk	76
Ruimte maken voor afscheid	77
De laatste weken: spanning in huis	78
Leven in twee tijden	80
Wat als een kind terug wil krabbelen?	80

Afscheid nemen85

Wat een kind werkelijk achterlaat	85
Grootouders en familie	88
Schuldgevoel richting je eigen ouders	89
Emotionele signalen herkennen	91
Wat ouders onderschatten bij afscheid	92
<i>Opgroeien in verschillende landen</i>	94

Verhuizen met kinderen 99

Inpakken is zichtbaar loslaten	99
De verhuisdag zelf	100
Onderweg	102
Aankomen in een leeg huis	103
Wanneer emoties pieken	104
Verwachtingen bijstellen	105

Aankomen en aarden108

De eerste weken	108
-----------------------	-----

Overprikkeling: wat je concreet kunt doen.....	111
Heimwee, vergelijking en twijfel.....	112
Worstelen kost tijd.....	114
<i>Van Vlaanderen naar Frankrijk.....</i>	<i>115</i>
Schoolstart en integratie.....	117
De eerste schoolweek.....	117
Taal is meer dan een praktisch obstakel.....	120
Wanneer schoolstress lichamelijk wordt.....	124
Integratie buiten het klaslokaal.....	125
De zegen van een tweede taal.....	127
Taal: meedoen of toekijken.....	128
De stille periode.....	130
Tweetaligheid: tijdelijk rommel, blijvend waardevol.....	128
<i>Mijn ervaring met tweetaligheid bij kinderen.....</i>	<i>131</i>
Het flexibele kinderbrein.....	132
Rol van de thuistaal.....	134
Taalontwikkeling verloopt niet gelijkmatig.....	136
Schoolprestaties en taal.....	137
Cultuurschok bij kinderen.....	139
Omgaan met een cultuurschok.....	139
Dagelijkse cultuur: kleine verschillen, grote impact.....	141
Aanpassen of jezelf verliezen?.....	142
Tussen twee werelden.....	143
Als het tegenzit.....	145
Omgaan met heimwee.....	146
Loyaliteit en innerlijk conflict.....	148
Vergelijken als verwerking.....	150
Wanneer twijfel binnenkomt.....	150
Wanneer wordt het meer dan heimwee?.....	152
Wanneer hulp inschakelen?.....	152
Wanneer sociale aansluiting uitblijft.....	154
Professionele hulp in het buitenland.....	155
Wanneer direct handelen noodzakelijk is.....	156

Vrijwel altijd komt het weer goed	157
Lange termijn en terugkeer	159
Opgroeien tussen twee culturen	159
Tussen twee landen: mijn eigen ervaring	161
<i>Een kind is niet zoals jij</i>	163
Emotionele taal.....	165
De lange termijn	165
De balans opmaken	165
Terugkeren is óók een vorm van emigreren	167
Teruggaan als bewuste keuze	168
Identiteit na terugkeer	169
 Nawoord	 170
 Dossier Onderwijs en schoolkeuze.....	 172
1. Onderwijs is meer dan lesstof	172
2. Hoe het onderwijssysteem is opgebouwd.....	174
3. Schoolsoorten en praktische keuzes.....	178
4. Leeftijd en het juiste overstapmoment.....	181
5. Taal en instromen als nieuwkomer.....	185
6. Extra hulp, vrijstellingen en examen in een ander land..	189
7. Lokaal, semi-privé, of internationaal.....	193
8. Terugkeer, doorstroom en diploma's.....	199
 Verantwoording en aanbevelingen	 206

**Al onze dromen kunnen uitkomen, als we maar
de moed hebben om hen na te jagen.**

Walt Disney
Amerikaans producent 1901-1966

VOORWOORD

Sinds 2024 werk ik mee aan de handboeken in de serie *Succesvol emigreren naar....*. In korte tijd groeide deze reeks uit tot een vertrouwde gids voor mensen die nadenken over een leven buiten Nederland. Tijdens het werken aan deze boeken kwam steeds één vraag terug: hoe pak je emigreren goed aan als je kinderen hebt?

Precies vanuit die vraag is dit boek ontstaan.

Mijn betrokkenheid bij dit onderwerp komt uit verschillende kanten samen. Ik werkte jarenlang als directeur in het onderwijs in Nederland, maar ook op scholen in Engeland en Australië, en werk sinds januari 2025 als directeur van een grote internationale school in Centraal-Europa. In mijn werk heb ik dagelijks contact met kinderen en ouders die vaak nog maar kort geleden zijn geëmigreerd. Ik zie hoe verschillend kinderen reageren op zo'n grote stap en hoe ouders soms verrast worden door wat er onder de oppervlakte speelt.

Ik ben zelf meerdere keren geëmigreerd, ook met mijn eigen kinderen. Daardoor weet ik uit ervaring hoe ingrijpend een verhuizing naar een ander land kan zijn.

Tijdens het schrijven van de bestsellerreeks *Succesvol emigreren naar...* bezocht ik verschillende landen en sprak ik met veel Nederlandse ouders die deze stap al hadden gezet. Daardoor bevat dit boek niet alleen mijn eigen ervaringen en die uit het onderwijs, maar ook de lessen, twijfels en inzichten van vele anderen. Daarnaast heb ik gebruikgemaakt van internationale literatuur en onderzoek over emigratie, interculturele ontwikkeling en het welzijn van kinderen. Samen vormt dat de basis van dit boek. Dat maakt dit boek wat mij betreft niet alleen informatief, maar ook eerlijk en herkenbaar.

Ik schreef dit boek als praktische ondersteuning voor ouders die emigratieplannen hebben, er middenin zitten, of achteraf beter willen begrijpen wat deze stap met hun gezin doet. Geen theoretisch boek op afstand, maar een gids die naast je kan liggen tijdens dit proces, om beter te kijken, betere vragen te stellen en met meer rust en bewustzijn keuzes te maken.

Tegelijk zie ik in mijn werk ook hoe waardevol een internationale ervaring voor kinderen kan zijn. Nieuwe talen, andere culturen, nieuwe vriendschappen en een bredere blik op de wereld kunnen hen enorm verrijken. Maar dat gebeurt niet vanzelf. Het vraagt aandacht, tijd en ouders die beseffen dat de praktische verhuizing maar één deel van het verhaal is.

In dit boek vind je daarom praktische handvatten, inzichten van deskundigen, concrete aandachtspunten per fase van het emigratieproces en persoonlijke verhalen die laten zien hoe verschillend emigreren met kinderen kan verlopen. Geen enkel gezin is hetzelfde en geen enkel kind reageert op precies dezelfde manier. Juist daarom geloof ik niet in standaardoplossingen, maar wel in goede voorbereiding, aandacht en openheid.

Je kunt dit boek van begin tot eind lezen om een compleet beeld te krijgen, maar je kunt het ook als naslagwerk gebruiken wanneer een bepaald thema voor jullie actueel wordt. Misschien ben je nog aan het nadenken over de vraag óf je wilt emigreren. Misschien zijn de plannen al concreet. Of misschien woon je inmiddels in het buitenland en merk je dat sommige dingen anders lopen dan je had verwacht. In al die fases hoop ik dat dit boek steun en richting geeft.



Ik wens jullie wijsheid, vertrouwen en helderheid bij het maken van jullie keuzes. En bovenal hoop ik dat dit boek een steun is in een periode die niet alleen groot en spannend is, maar ook vormend kan zijn voor het hele gezin.

Karin Wouters, maart 2026



INLEIDING

Had je een paar jaar geleden kunnen bedenken dat je ooit een boek zou lezen over emigreren met kinderen? Misschien niet. Toch zit je hier nu. Blijkbaar is er een wens, een idee of op zijn minst een serieuze overweging om met je gezin een leven in het buitenland op te bouwen.

Emigreren is een grote stap. Je laat een vertrouwde omgeving achter en begint ergens anders opnieuw. Als volwassene kun je die keuze redelijk overzien. Maar zodra kinderen onderdeel zijn van die beslissing, verandert de vraag. Dan gaat het niet alleen meer over werk, huisvesting of praktische regelzaken, maar ook over wat deze verhuizing betekent voor je kinderen.

Hoe zullen zij reageren op een nieuw land, een andere taal en een andere school? Wat hebben zij nodig om zich veilig te voelen bij zo'n grote verandering? En wat vraagt dat van jou als ouder?

In dit boek zul je geen kant-en-klare antwoorden vinden. Elk gezin is anders en elk kind reageert op zijn eigen manier op verandering. Wat voor het ene gezin werkt, kan voor een ander gezin juist niet passend zijn. In mijn werk met internationale gezinnen en in mijn eigen emigratie-ervaring heb ik gezien hoe verschillend kinderen op zo'n verandering reageren. Daarom stel ik in dit boek vooral heel erg veel vragen. Vragen die je helpen om beter na te denken over jullie situatie, jullie motivatie en de behoeften van jullie kinderen.

Tijdens het lezen kom je regelmatig blauwe zinnen tegen met een checkbox ervoor. Dat zijn belangrijke aandachtspunten. Zie ze als momenten om even stil te staan bij een vraag of inzicht dat je als ouder eigenlijk goed moet doordenken voordat je zo'n grote stap zet. Wanneer je deze punten samen bespreekt en eerlijk beantwoordt, leg je een stevigere basis onder jullie beslissing.



Dromen over emigreren

Weet je nog hoe het idee om te emigreren voor het eerst serieus werd? Was het tijdens een vakantie waarin alles net even lichter voelde dan thuis? Of kwam het doordat je jouw kinderen zag spelen en dacht: Wat zou het mooi zijn als dit hun dagelijkse werkelijkheid was? Misschien bracht je partner het ter sprake. Misschien droeg je het zelf al jaren stilletjes met je mee.

In dit hoofdstuk onderzoek ik samen met jou waarom je met kinderen zou willen emigreren en wat er onder die wens ligt. Gaat het om avontuur, rust, ruimte, of een toekomst die beter past bij jullie gezin? Je ontdekt dat emigreren met kinderen niet alleen een praktische stap is, maar vooral een gezinskeuze die vraagt om eerlijkheid, afstemming en zelfinzicht.

Daarna kijken we naar de vraag of jullie gezin 'emigratieproof' is. Hoe gaan jullie om met verandering, spanning en onzekerheid? Hoe flexibel zijn je kinderen, en hoe stevig sta jij als ouder wanneer het even schuurt? Ik nodig je uit om niet alleen naar de aantrekkelijke kanten te kijken, maar ook naar de kwetsbare plekken die aandacht vragen.

Vervolgens help ik je om de afweging zorgvuldig en realistisch te maken. Wat weegt zwaarder: het verlangen naar iets nieuws, of de stabiliteit die je nu hebt? En hoe neem je een besluit waar je later met vertrouwen op terugkijkt? Ook sta ik stil bij emigreren na een scheiding, omdat er dan meerdere belangen meespelen en heldere afspraken extra belangrijk zijn.

Tot slot gaat het over timing. Wanneer is het juiste moment, en wanneer ben je er echt klaar voor? Er bestaat zelden een perfect moment, maar wel een moment dat voor jullie klopt. Met een praktische checklist maak je die afweging concreet, zodat je je besluit zorgvuldig kunt onderbouwen.

Mijn eigen emigratie met kinderen

Wij woonden al jaren in Australië en kregen er twee kinderen. Toen ze nog klein waren, twee en vijf jaar oud bestond hun wereld uit zon, strand, buiten spelen en het vanzelfsprekende Engels van het schoolplein. Voor hen was Australië geen avontuur, maar gewoon thuis. Daar waren hun vrienden, hun gewoontes en hun vertrouwde ritme. Ze wisten niet beter dan dat dit hun wereld was, en ook voor ons voelde het leven ruim en vrij: ver weg van Nederland, maar hecht als gezin.

Verlangen naar een nieuw hoofdstuk

Toch begon er na verloop van tijd iets te schuiven. Niet omdat het leven daar niet goed was, maar omdat ik merkte dat ik zelf verlangde naar een



nieuw hoofdstuk. Ik had jaren aan de andere kant van de wereld gewoond, een bestaan opgebouwd, vriendschappen gesloten en herinneringen gemaakt. En juist toen alles stabiel was, groeide het gevoel dat ik opnieuw wilde bewegen. Niet uit onvrede, maar uit nieuwsgierigheid. Ik wilde mijn kinderen ook het land laten leren kennen waar ik vandaan kwam.

Nederland was voor mij vertrouwd terrein, maar voor hen was het een onbekende plek aan de andere kant van de wereld. Het land van mama, waar opa en oma woonden, maar dat in hun beleving net zo exotisch was als elk ander ver land. Toen we besloten te emigreren, merkte ik hoe anders deze stap voor hen voelde dan voor mij. Waar ik sprak over teruggaan, beleefden zij het als vertrekken. Waar ik wortels herkende, zagen zij alleen iets nieuws en onbekends.

Zoeken naar houvast

In de maanden rond ons vertrek zag ik van dichtbij wat emigreren met kinderen doet. De vragen die ze stelden, het stille afscheid van vriendjes, het zoeken naar houvast in een besluit dat zij niet zelf hadden genomen. Ik zag enthousiasme en spanning naast elkaar bestaan. Ik voelde hoe groot de verantwoordelijkheid is wanneer jij als ouder kiest voor verandering.

Door deze verhuizing heb ik aan den lijve ondervonden dat emigreren met kinderen niet alleen gaat over kansen en plannen, maar over identiteit, veiligheid en vertrouwen. Je neemt niet alleen koffers mee, maar ook hun gevoel van thuis. En juist omdat Nederland voor mij bekend was en voor hen niet, leerde ik hoe relatief het begrip 'terugkeer' is. Voor een kind is het simpel: het is een nieuw land, een nieuwe taal, een nieuwe start.

Waarom willen we dit ook alweer?

Die ervaring heeft mij geleerd dat elke emigratie begint bij dezelfde vraag: is dit verlangen van ons als ouders in balans met wat onze kinderen nodig hebben, en zijn wij bereid hen daarin echt te begeleiden?

Daarom begint elke emigratie uiteindelijk met dezelfde belangrijke vraag: *waarom willen wij dit ook alweer, en wat betekent dat voor onze kinderen?*

Waarom wil je eigenlijk weg?

Ik wil dat je de tijd neemt om deze vraag echt te beantwoorden. Niet in algemene termen als 'we zijn toe aan iets anders' of 'het lijkt ons een avontuur', maar concreet. Wat maakt dat je denkt dat jullie leven daar beter past bij wie jullie zijn? Wat verwacht je dat het je kinderen oplevert in het dagelijks leven? En hoe ziet jullie gezin eruit wanneer de eerste glans verdwenen is en het gewone leven zich aandient?

Je motivatie hoeft niet perfect te zijn. Maar ze moet wel eerlijk zijn. Hoe helderder je zelf weet waarom je deze stap wilt zetten, hoe steviger je staat wanneer je kind twijfelt of weerstand voelt.

Ga samen met je partner zitten aan een tafel, ieder met een blanco A4'tje en een pen en beantwoord deze drie vragen op papier zonder met elkaar te overleggen:

- Waarom willen wij weg uit Nederland (of Vlaanderen)?
- Wat willen we concreet bereiken in een ander land?
- Wat hebben onze kinderen nodig om te slagen in hun nieuwe omgeving?

Lees daarna je antwoorden op voor elkaar en kijk of jullie op dezelfde lijn zitten. Dit is namelijk heel erg belangrijk, maar daarover verderop meer.

Als het goed is zijn jullie antwoorden op de eerste en de tweede vraag met elkaar verbonden. Je wil iets bereiken in een ander land, wat je in Nederland (of Vlaanderen) niet kunt bereiken.

Ga nooit weg uit frustratie

Zorg dat je niet wil emigreren puur uit frustratie. Ik kan je verzekeren dat het een groot verschil maakt of je ergens naartoe beweegt of uitsluitend ergens weg probeert te komen. Er zit namelijk een wereld van verschil tussen: 'Wij willen emigreren omdat we onze kinderen meer rust, ruimte en natuur willen bieden' of 'Wij willen emigreren omdat het hier overal druk, volgebouwd en stressvol is.'

De eerste uitspraak is een positieve keuze. De tweede is vooral een vlucht. En naar een ander land verhuizen om weg te komen uit een kwade omgeving maakt je een vluchteling, geen emigrant.

In de praktijk zijn motieven dus vaak gemengd. Je kunt verlangen naar rust en ruimte, en tegelijk moe zijn van de drukte hier. Dat is niet ver-

keerd, zolang het maar niet uitsluitend onvrede is wat je drijft, want geloof me, verstokte negativiteit verhuist gewoon mee.

Legitieme redenen om te emigreren

Er zijn veel goede redenen om te emigreren. Vaak gaat het niet om één enkele motivatie, maar om een combinatie van factoren die samen richting geven aan jullie besluit. Denk bijvoorbeeld aan:

- In een minder drukke samenleving willen wonen.
- Je kinderen in een veilige en overzichtelijkere omgeving laten opgroeien.
- Dichter bij natuur willen leven.
- Meer tijd als gezin willen creëren.
- Een concreet werk- of ondernemingsperspectief in het buitenland.
- Tweektaligheid en internationale ervaring belangrijk vinden.

Allemaal legitieme redenen. Zeker wanneer meerdere samenkomen.



Verkeerde redenen om te emigreren

En wat zijn dan géén goede redenen om je koffers te pakken en in een ander land te gaan wonen? Ik noem er een aantal. Deze motieven zijn absoluut geen stevige basis voor de toekomst.

- ‘Onze relatie wordt vast beter in het buitenland.’

Nou vergeet het maar. Relatieproblemen gaan als eerste in je koffer en komen er als eerste weer uit. In de eerste periode in het buitenland ben je bovendien nóg meer op elkaar aangewezen. Als de basis van je relatie niet goed is, wordt dat eerder groter dan kleiner.

- ‘Mijn partner wil dit heel graag, dus laten we het maar doen.’

Emigreren doe je niet om de ander te plezieren. Kinderen voelen het feilloos aan wanneer één ouder eigenlijk niet wil. Dat gaat later absoluut spanning geven.



- ‘Een nieuwe start lost *alles* op.’

Een nieuw land is geen resetknop. Onzekerheden, karaktertrekken en gezinsdynamiek verhuizen gewoon mee en zullen in de gloednieuwe omgeving alleen maar uitvergroet worden.

Als een van deze drie argumenten om te gaan emigreren op jou of je partner van toepassing is, zet je plannen dan een tijdje in de koelkast, want ik verzeker je dat dit geen succesvolle emigratie op gaat leveren. Pas als je jouw verkeerde redenen hebt opgelost kun je een nieuwe poging wagen.

Twijfel is geen slecht teken

Vrijwel iedere ouder die nadenkt over mogelijk emigreren kent het moment waarop de gedachte opkomt: doen we hier wel goed aan? Misschien op momenten dat je je kinderen ziet spelen met hun vrienden. Misschien wanneer je beseft dat opa en oma straks niet meer om de hoek wonen.

Die twijfel hoort er gewoon bij. Het dwingt je om zorgvuldig na te denken over de voor- en nadelen die verbonden zijn aan zo'n avontuur. Stel jezelf daarom ook deze vragen:

- Kunnen we verdragen dat onze kinderen het tijdelijk moeilijk hebben?
- Zijn we bereid om ons tijdspad aan te passen als één van hen meer tijd nodig heeft?
- Hebben we samen alle voors en tegens goed besproken?
- Hebben we beiden net zoveel gewicht in de schaal te leggen voor de uiteindelijke afweging?

Emigreren met kinderen vraagt geen absolute zekerheid, want die kun je nooit krijgen. Het vraagt van jullie als ouders wel volwassenheid om een goed doordachte, verantwoordelijke beslissing te nemen. Want emigreren met kinderen is geen impulsbeslissing en ook geen roekeloos avontuur. Het is een bewuste keuze voor een bepaalde manier van leven en opvoeden. Zo'n keuze maak je niet alleen op gevoel.

Daarom nodig ik jullie uit om stil te staan bij een vraag die hier direct op aansluit: *is jullie gezin eigenlijk emigratieproof?* Dat klinkt misschien wat zakelijk, maar het gaat om iets heel concreets.

Is jullie gezin emigratieproof?

Emigreren is geen lange vakantie. Het is een ingrijpende verandering die energie kost, onzekerheid oproept en veel van jullie vraagt. Je stapt uit alles wat vertrouwd is: taal, school, vrienden, routines, netwerk. En je begint opnieuw. En dat geldt voor ieder gezinslid, ouders en kinderen.

Emigratieproof is geen persoonlijkheidstest

Sommige ouders zien zichzelf als flexibel en avontuurlijk. Ze passen zich snel aan, maken makkelijk contact en blijven relatief rustig als iets anders loopt dan gepland. Dat helpt. Maar emigratieproof ben je niet alleen in je eentje, je hebt ook nog een partner.

En misschien nog belangrijker: hoe reageren jullie kinderen meestal op verandering? Ik zie vaak kinderen die een verhuizing spannend én leuk vinden. Ze zien het als een nieuw hoofdstuk. Maar ik kom ook kinderen tegen die meer tijd nodig hebben. Ze hechten sterk aan hun omgeving, aan school, aan vriendjes, aan voorspelbaarheid. Een nieuwe klas kan voor het ene kind een frisse start zijn en voor het andere een bron van stress.

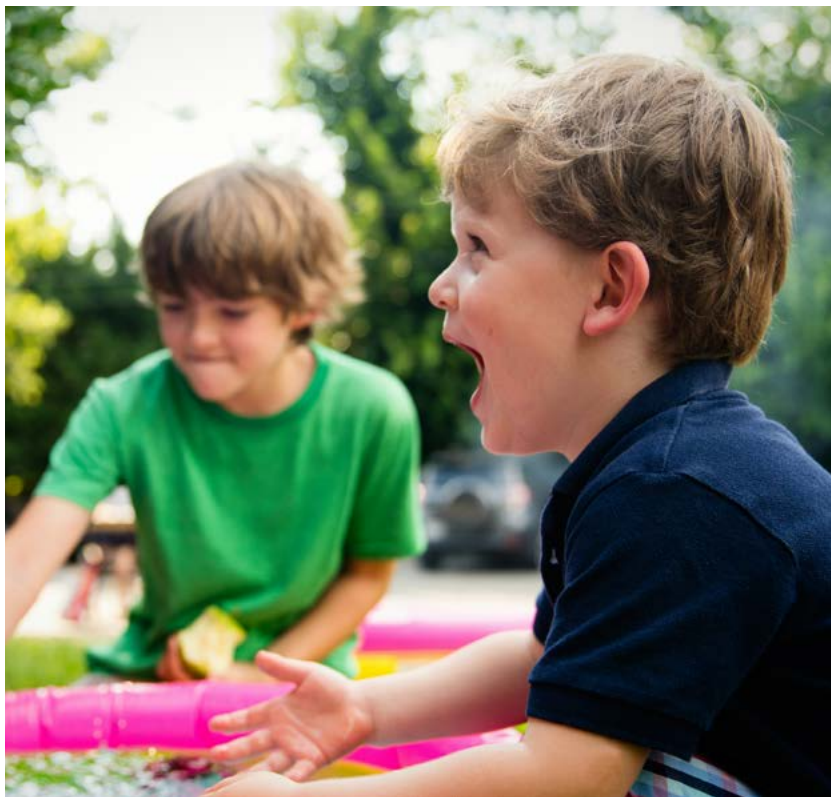
In veel gezinnen is er (vaak zonder dat je het van tevoren precies weet) één kind dat gevoeliger reageert op verandering dan de rest. Wat voor verandering het ook is. Dat betekent niet dat emigreren niet kan. Het betekent wel dat jullie tempo en verwachtingen daarop afgestemd moeten worden. Durf daarom te benoemen wie binnen jullie gezin waarschijnlijk de meeste begeleiding nodig heeft. Niet om dat kind als 'zwak' te zien, maar om te zorgen dat het hele gezin klaar is op het moment van vertrek.

Karakters onder een vergrootglas

Emigreren vraagt geen perfect gezin, maar het zet wel een vergrootglas op jullie gewoontes, wanneer je straks in het buitenland zit. De ouder die thuis al graag controle hield, kan ineens streng worden op regels en planning, terwijl de ander juist meer gaat vermijden en alles voor zich uitschuift, met irritatie als logisch gevolg omdat één iemand het gevoel krijgt alles te moeten dragen. In jullie relatie worden verschillen scherper: de één wil praten en samen besluiten, de ander wil stilte en rust, en juist dat kan voor afstand zorgen als je elkaar misloopt.

Bij kinderen zie je hetzelfde: een gevoelig kind kan sneller overprikkeld raken en boos worden of juist dichtklappen, en een kind dat graag zelf be-

paalt kan ineens overal 'nee' op zeggen, omdat het ergens controle terug wil pakken. Wat thuis nog wegzakte in het ritme van de week, komt in het buitenland soms op de voorgrond; niet omdat jullie slechter zijn geworden, maar omdat de rek er sneller uit is en herstelmomenten schaarser zijn.



Praktisch: jullie gezinsprofiel

Ga eens samen zitten met je partner en bespreek deze vragen om op een rijtje te krijgen wat jullie gezinsprofiel is. In je hoofd heb je dit wel zitten, maar het is heel nuttig om dit samen uit te spreken. Ik kan ook aanraden om ze eerst elk apart op te schrijven en daarna te bespreken. Daarmee kun je meteen checken of jullie op een lijn zitten qua gedachten over de kinderen en jullie als paar.

- Hoe reageerden onze kinderen bij een eerdere verhuizing, schoolwissel of grote verandering?
- Maken ze makkelijk nieuwe vrienden, of kost dat hen veel energie?
- Hoe gaan ze om met afscheid nemen?
- Hebben we als gezin een stevige basis van samen-tijd, of leeft iedereen vooral zijn eigen leven?
- Wat gebeurt er thuis als er spanning is: praten we, maken we ruzie of zwijgen we?
- Kan ik als ouder rustig blijven wanneer mijn kind het moeilijk heeft, óók als ikzelf onder druk sta?

Flexibiliteit of vermijding?

Let bij jullie antwoorden goed op het verschil tussen de karaktereigenschappen flexibiliteit en vermijding.

Flexibel zijn betekent: je kunt meebewegen met verandering, emoties verdragen en bijsturen. Bij een grote gebeurtenis als een emigratie is dit een eigenschap die je goed kunt gebruiken.

Vermijden betekent: je schuift lastige onderwerpen weg, hoopt dat het vanzelf oplost, praat er liever niet over. Je begrijpt het al, voor een verhuizing naar een compleet ander land is dit niet een ideale benadering van lastige situaties. Bovendien is emigreren niet het moment waarop vermijding ‘ineens verdwijnt’. Sterker nog: in een nieuwe omgeving, met meer stress en minder steun, kan vermijding juist groter worden.

Het is belangrijk om vermijdingsgedrag bij jezelf en/of je partner of een van je kinderen te herkennen en te erkennen. Want veerkracht groeit niet door problemen te negeren, maar door ze samen aan te kijken.

Raak niet in paniek als ik je met al deze vragen aan het denken zet. Het doel is niet dat je nu je plannen schrappt. Het doel is dat je jezelf serieus neemt, zodat je straks niet overvallen wordt door situaties die je vooraf had kunnen inschatten.

En jullie relatie dan?

In het buitenland zijn jullie elkaars vangnet. Familie en vrienden zijn niet meer om de hoek. Dat kan jullie dichter bij elkaar brengen, maar het kan ook uitvergroten wat er al speelt.

Vraag jezelf daarom eerlijk af:

- Willen we dit echt allebei, of is één van ons vooral de kartrekker?
- Kunnen we ruimte maken voor elkaars twijfel, zonder elkaar te overtuigen of weg te duwen?



Twijfel mag er zijn. Maar structurele tegenzin ondermijnt de basis. Kinderen voelen dat feilloos aan. Niet omdat ze alles begrijpen, maar omdat ze haarfijn aanvoelen of hun ouders samen een team zijn. Bovendien is het van groot belang dat je beiden straks met een positieve houding in je nieuwe omgeving leeft. Wanneer jij positiviteit uitstraalt zullen je kinderen zelf ook veel eerder de leuke kanten van de verhuizing zien. En uiteraard geldt dat ook als een van de ouders straks alleen de negatieve dingen van de nieuwe omgeving aankaart.

- ☑ **Kinderen kopiëren het gedrag van hun ouders, dus zorg ervoor dat je het juiste positieve voorbeeld bent voor je kind.**

Emigreren is geen resetknop

Het geldt ook voor kinderen: als een kind in eigen land al worstelt met onzekerheid, angsten of sociale spanning, dan vraagt dat daar minstens zoveel aandacht. Emigreren kan een frisse start zijn, jazeker. Maar het is geen resetknop.

- ☑ **Realistisch zijn is absoluut geen vorm van negativiteit, maar veel meer een volwassen vorm van verantwoordelijkheid.**

Terugkijken helpt: hoe functioneren wij moeilijke fases?

Misschien helpt het om terug te denken aan eerdere intensieve periodes die jullie als gezin hebben meegemaakt.

Denk daarbij bijvoorbeeld aan:

- ziekte
- verlies van een baan
- verhuizing
- pittige tijden met de kinderen
- rouw, stress, overbelasting

Hoe gingen jullie daar als partners samen doorheen?

- Was er ruimte om te praten?
- Werd er steun gezocht?
- Bleef jullie team overeind of trok iedereen zich terug op zijn eigen eiland?

Emigreren is natuurlijk geen constante crisis, stel je voor. Maar de eerste periode kan wél intens zijn: nieuwe regels, een andere taal, een onbekend schoolsysteem, andere verwachtingen. Je kind kan huilend thuiskomen omdat het niets verstaat. Jij kunt 's avonds uitgeput zijn omdat alles energie kost: het regelen, het uitleggen, het opnieuw beginnen.

Ik kan je verzekeren dat in die eerste maanden er één ding is dat het belangrijkste verschil maakt: kunnen jullie samen dragen wat moeilijk is?

- ☑ **Emigratieproof zijn is niet dat alles soepel verloopt, maar dat jullie gewend zijn om als gezin door een moeilijke fase heen te bewegen.**

De eilandvraag

Stel jezelf eens deze vraag: als we met elkaar op een onbewoond eiland zouden zitten, ver weg van vrienden en familie, zouden we dan samen een team vormen? Of zouden er al snel barsten zichtbaar worden?

Het klinkt overdreven, maar in de eerste maanden in het buitenland voelt het soms echt zo. Je moet veel zelf oplossen. En juist dan worden onderlinge communicatie, verdraagkracht en samenwerking belangrijk.

Wat kinderen vooral nodig hebben

Kinderen hoeven niet de meest perfecte ouders te hebben, maar ouders die altijd beschikbaar blijven. Die hun twijfel niet ontkennen, maar ook niet laten overheersen. Die verdriet ruimte geven en tegelijk vertrouwen uitstralen. Kinderen kunnen verrassend veel aan, zolang ze voelen dat hun basis veilig is. Dat betekent ook dat je als ouder het tempo aanpast als dat nodig is. Niet doorduwen omdat 'we dit nu eenmaal besloten hebben', maar luisteren naar wat jullie als gezin laten zien.

☒ **Kinderen hebben in zo'n periode vooral behoefte aan één ding: voorspelbare ouders.**

Samenvattend

Je kunt denk ik zeggen dat jullie emigratieproof zijn én een stevige basis hebben als jullie deze drie punten kunnen beamen:

- Eerlijk durven te kijken naar jullie sterke en kwetsbare kanten.
- Bereid zijn om bij te sturen.
- Samen voor de volle 100% achter de keuze staan.

Sluit ik af met een laatste vraag, waarvan ik hoop dat jullie die in alle eerlijkheid met ja kunnen beantwoorden: *Als één van de kinderen het zes maanden moeilijk heeft, kunnen wij dat samen dragen zonder elkaar verwijten te maken?*

Als je deze vraag niet met ja kunt beantwoorden, dan wordt het lastig om met vertrouwen een verhuizing naar het buitenland tegemoet te zien.

Naast de vraag of jullie het aankunnen, wil ik je ook laten nadenken over hoe je de afweging maakt (doen we het of niet?) en wanneer het juiste moment is om het wel te doen?