

**WERKEN MET
SAMENGESTELDE GEZINNEN**

Leesexemplaar

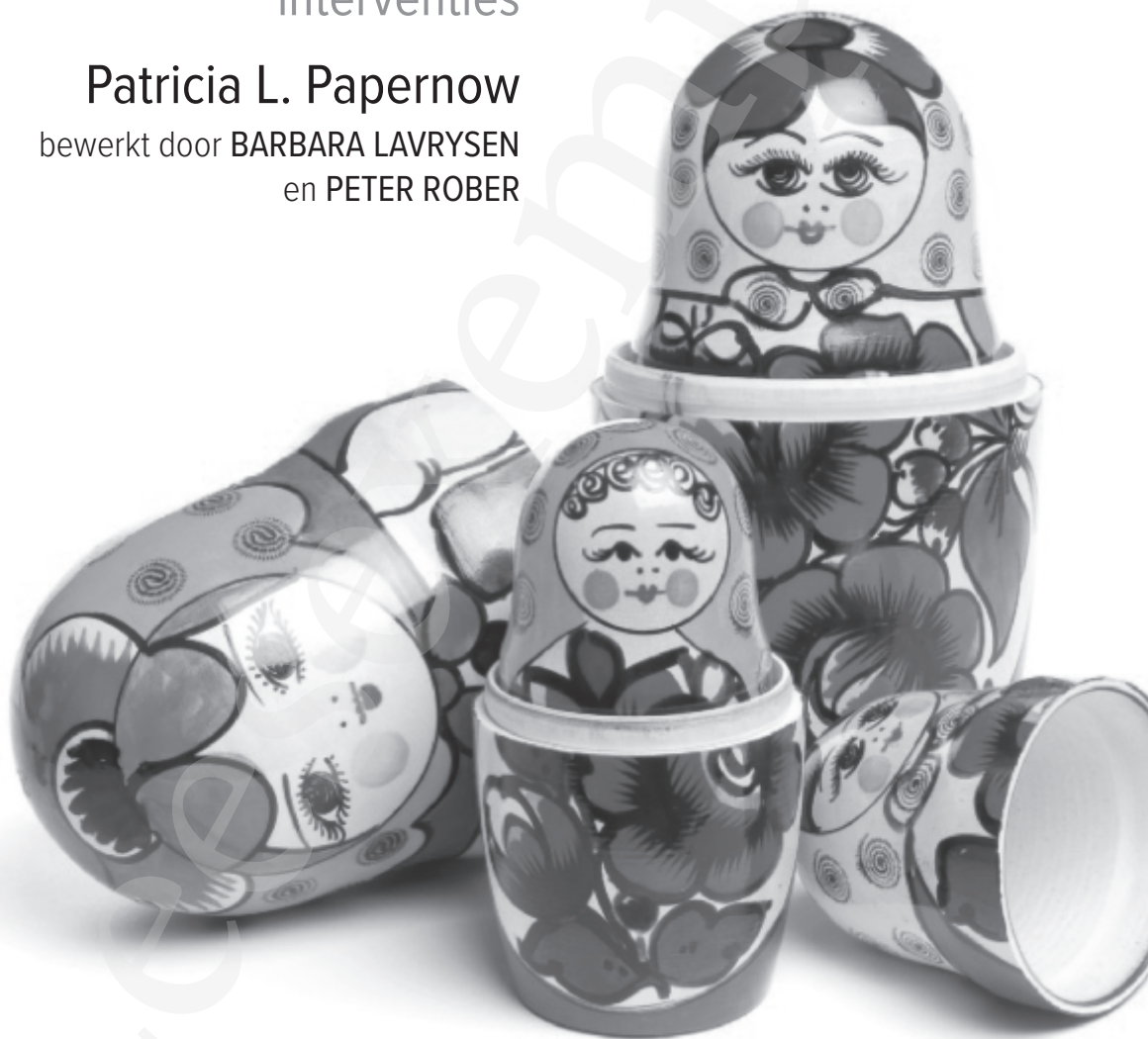
werken met

SAMENGESTELDE GEZINNEN

Mythes,
valkuilen, tips en
interventies

Patricia L. Papernow

bewerkt door **BARBARA LAVRYSEN**
en **PETER ROBER**



P E L C K M A N S

INHOUD

Voorwoord bij de vertaling en bewerking - door Barbara Lavrysen 9

DEEL I

DE FUNDAMENTEN 13

Hoofdstuk 1 Een wegenkaart voor stiefgezinnen 15

Hoofdstuk 2 De emotionele temperatuur in het stiefgebied 29

DEEL II

DE VIJF UITDAGINGEN 43

Hoofdstuk 1 De eerste uitdaging: Intense en vastgeroeste insider- en outsiderposities 47

Hoofdstuk 2 De tweede uitdaging: Kinderen worstelen met verlies, loyaliteitsconflicten en te veel veranderingen 69

Hoofdstuk 3 De derde uitdaging: Opvoedingstaken polariseren de partners 99

Hoofdstuk 4 De vierde uitdaging: Een nieuwe gezinscultuur creëren 125

Hoofdstuk 5 De vijfde uitdaging: Ex-partners maken deel uit van het gezin 147

Hoofdstuk 6 Toepassingen 179

DEEL III

STIEFGEZINNEN DOOR DE JAREN HEEN 199

Hoofdstuk 1 De stiefgezinscyclus: Ontwikkelingsfasen van een stiefgezin 201

Hoofdstuk 2 Zes gezinstypes in de ontwikkeling van een stiefgezin 209

Hoofdstuk 3 Stiefgezinnen begeleiden op lange termijn 221

DEEL IV

TOOLS OM STIEFGEZINNEN TE HELPEN VOLHOUDEN 225

Hoofdstuk 1 Interventies op niveau I: Psycho-educatie 227

Hoofdstuk 2 Interventies op niveau II: Interpersoonlijke vaardigheden 233

Hoofdstuk 3 Interventies op niveau III: Intrapsychisch werk 247

BESLUIT 257

REFERENTIES 259

BIJLAGEN 267

Bijlage 1 De gezinnen in dit boek 269

Bijlage 2 Verklaring van de symbolen in de genogrammen 273

Bijlage 3 Lijst met alle illustraties 275

BIO BARBARA LAVRYSEN EN PETER ROBER 279

VOORWOORD BIJ DE VERTALING EN BEWERKING

door Barbara Lavrysen

De eerste prik

Mijn interesse voor stiefgezinnen werd voor het eerst geprikkeld tijdens mijn opleiding tot relatie- en gezinstherapeut bij Context (UPC KU Leuven). Maureen Luyens deed met onze opleidingsgroep een ervaringsgerichte oefening die ze ontleende aan een workshop met John & Emily Visher. De Vishers stonden aan de wieg van de Stepfamily Association of America en hebben, zoals vele andere klinici, hun persoonlijke ervaringen als stiefkoppel ingebracht in hun werk. Tijdens de nabespreking van de oefening werd duidelijk dat onze groep – die hoofdzakelijk bestond uit goedbedoelende, ietwat naïeve hulpverleners afkomstig uit kerngezinnen – amper iets wist over de dynamieken in stiefgezinnen. We wisten al helemaal niets over de stiefgezinscyclus of over de specificiteit van therapie met stiefgezinnen. Ik heb toen besloten om me verder te verdiepen in dit onderwerp en ‘erfde’ deze topic van Maureen toen ik zelf opleider werd bij Context. De Vishers worden tot op de dag van vandaag geciteerd en hun inspirerende oefening leeft verder in de psychotherapeut en opleider die ik geworden ben.

De tweede prik

Begin 2018 volgde ik een workshop over samengestelde gezinnen bij Lieve Cottyn in de Interactie-Academie. Haar ontwapenende stijl en haar kennis van gezinstransities zoals (complexe) scheiding en de overgang naar een samengesteld gezin lieten een diepe indruk op mij na. Cottyn stipte enkele dominante en misleidende aannames over stiefgezinnen aan en gaf me moed om in therapie ook de schaamtelijke en ‘verboden’ gevoelens die in en rond een stiefgezin leven, te adresseren. Die genoemde aannames vertoonden duidelijke overeenkomsten met wat we in onze opleidingsgroep hadden ervaren en besproken tijdens de oefening.

In datzelfde jaar publiceerden Ganong en Coleman een overzichtsartikel van veertig jaar onderzoek naar stiefgezinnen. Patricia Papernow voegde er twee klinische artikels aan toe: een artikel waarin ze zeer helder haar therapeutische werkkader met stiefgezinnen toelicht en een ander over haar klinische inzichten wat betreft het werken met stiefgezinnen die zich op latere leeftijd vormen. Het werkmodel van Papernow bood meteen concrete én evidencebased richtlijnen voor elke hulpverlener.

Intussen was haar boek *Surviving and Thriving in Stepfamily Relationships: What Works and What Doesn't* (2013) al een tijdje verschenen. Het inspirerende artikel in *Family Process*, dat in feite een beknopte samenvatting van haar boek is, zorgde ervoor dat ik het boek meteen heb gekocht en meermaals heb herlezen. Elke leesbeurt belichtte nieuwe aspecten. Dat therapeuten zich moeten baseren op evidencebased modellen was me eerder al duidelijk. Maar het expliciet aanbieden van psycho-educatie en het werken in subsystemen bij stiefgezinnen waren toch eerder nieuwe paden voor mij. Papernow benadrukt dat stiefgezinnen het nodig hebben en waarderen dat de therapeut weet waarover hij of zij spreekt en dus thuis is in de materie. Net zoals de Vishers is zijzelf een goed voorbeeld van hoe de therapeut de eigen ervaring met de complexiteit van een stiefgezin impliciet kan aanwenden in de vorm van inleving en empathie. Door zelf stiefouder te zijn heeft meerzijdige partijdigheid ook in mijn werkcontext (relatie- en gezinstherapie) bijkomende, specifieke invullingen kunnen krijgen.

Het viel me op dat collega's en studenten waarmee ik de afgelopen jaren over dit onderwerp heb gesproken Papernows werk eigenlijk ook nog niet ten gronde kenden. Daarom heb ik niet alleen in mijn therapiekamer, maar ook in mijn werk als opleider Papernows inzichten zoveel mogelijk binnengebracht.

De boosterprik

Ik heb Papernow de afgelopen jaren vanaf de zijlijn gevolgd. De interviews en lezingen die ze geeft, maken haar klinisch werkkader voor mij nog begrijpelijker en toepasbaarder. Begin 2020 reisde ik naar de Verenigde Staten om een workshop met haar te volgen in het Ackerman Institute for the Family. Ik wilde haar persoonlijk ontmoeten en besloot haar uit te nodigen om naar België te komen voor een tweedaagse workshop. Tijdens de Covid-golven die volgden op deze ontmoeting hadden we vele gesprekken, gaven we samen een online workshop en wisselden we professionele en persoonlijke inzichten uit.

Waarom dit boek?

Papernow is wereldwijd een van de invloedrijkste inspiratoren in het klinisch werken met samengestelde gezinnen. In 2017 ontving ze van de American Psychological Association's Couple and Family Therapy Division een prijs voor haar noemenswaardige bijdrage aan de gezinstherapie. Ze is niet alleen klinisch zeer sterk. Ze is belezen en weet helder uit te leggen wat ze doet en waarom. Papernow wil niets liever dan stiefgezinnen de specifieke hulp bieden die ze nodig hebben en verdienen. In haar boeken, artikels, lezingen, workshops en interviews is ze daarom zeer vrijgevig in het delen van haar inzichten. Ze had niet veel nodig om volmondig 'ja' te zeggen toen ik voorstelde om haar boek *Surviving and Thriving in Stepfamily Relations* te laten vertalen naar het Nederlands. Het gebeurde al in andere landen. Voor mij was de keuze voor een samenwerking met Peter Rober en Pelckmans Uitgevers ook snel gemaakt. Zij hadden al vaker samengewerkt en Peter is een van mijn trouwe collega's en mentoren. Zijn klinische ervaring, zijn erkenning van de sterkte van Papernows werk en zijn vlotte pen kwamen goed van pas in dit project.

We hebben bij de bewerking van de vertaling een aantal keuzes gemaakt die hier en daar wat afwijken van het originele manuscript. Eerder dan het onderzoek van de afgelopen tien jaar uitvoerig te updaten, hebben we ons beperkt tot 1) het toevoegen van enkele noemenswaardige en nieuwere bronnen die het klinisch werkkader van Papernow impliciet en expliciet ondersteunen en 2) een vertaalslag maken van een Amerikaans boek naar onze contreien. We kozen ervoor om het klinisch werkkader van Papernow in de verf te zetten en de inzichten die zij opdeed uit de literatuur daarbij als achtergrond te gebruiken. Het geciteerde onderzoek in het originele boek is intussen niet meer geheel up-to-date en is hoofdzakelijk gebaseerd op Amerikaanse studies. Specifieke verwijzingen naar Amerikaanse gewoonten, normen, cijfers en wetten hebben we geschrapt. Onze keuzes voor bepaalde (vak)termen worden toegelicht, leunen maximaal aan bij de keuzes van Papernow en zijn conform de klinische literatuur uit onze contreien.

De klinische ervaring van Papernow is zeer rijk en goed vertaalbaar naar ons vakgebied. We laten haar daarom expliciet aan het woord. Haar werk belicht op een sublieme manier de specifieke uitdagingen waar samengestelde gezinnen mee te maken krijgen. Je zal leren waarom samengestelde gezinnen fundamenteel anders zijn dan andere gezinsvormen en hoe je kan helpen bij hun problemen en zorgen. Je ontdekt welke de typische valkuilen zijn in het werken met samengestelde gezinnen. Je ontwikkelt praktijkvaardigheden op drie niveaus: psycho-educatie (wat werkt en wat werkt niet?), interpersoonlijk (hoe anders en beter communiceren?) en intrapsychisch (waarom maken verborgen kwetsuren deze uitdagingen moeilijker?). Papernows model is een bruikbaar kompas om te werken met samengestelde gezinnen en is nuttig voor een brede groep van hulpverleners (psychologen, therapeuten, (huis)artsen, (zorg)leerkrachten, bemiddelaars...) én voor de gezinnen zelf.

Barbara Lavrysen, januari 2022

Exemplaar



DEEL I

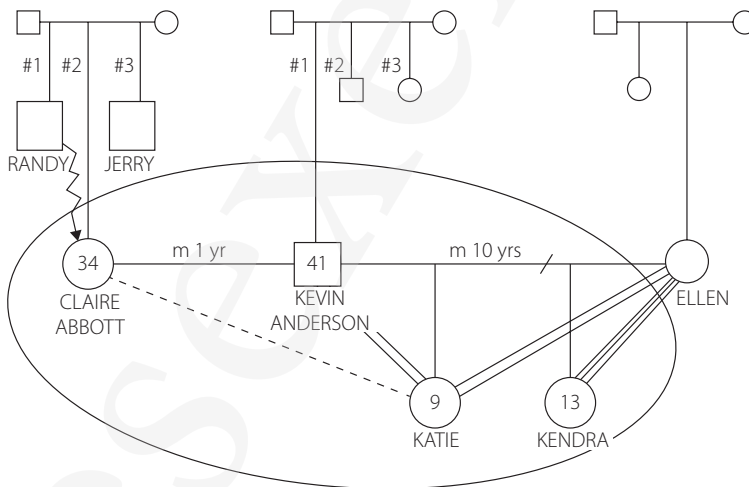
**DE
FUNDAMENTEN**

HOOFDSTUK 1

EEN WEGENKAART VOOR STIEFGEZINNEN

Een mix of een mismatch?

Claire Abbott en Kevin Anderson zijn in therapie omdat ze willen leren om 'beter te communiceren'. Kevin heeft twee kinderen, Kendra en Katie, uit een vorig huwelijk. Claire en Kevin omschrijven zichzelf als een samengesteld gezin. 'We dachten dat we een goede mix waren,' zegt Kevin met een zucht, 'maar het lijkt me eerder een mismatch.' Tijdens de eerste ontmoeting met de therapeut vertellen ze het volgende:



Figuur 1.1 Het gezin Abbott-Anderson in hun tweede jaar samen (gevolgd tot en met het zevende jaar).



Claire: Als je kinderen hier zijn, lijkt het alsof ik niet eens meer besta.

Kevin: (zuchtend) Daar gaan we weer. Hoe vaak heb ik het je al niet gezegd? Alsjeblief. Doe me niet kiezen!

Claire: Maar Katie komt binnen en ploft zich neer op de bank, pal tussen ons tweeën! En jij doet *niks*.

Kevin: (met opeengeklemd kaken) Je begrijpt het niet. Ze wil gewoon een knuffel! Dat doen kinderen gewoon. Wat is je probleem?

Claire: Je neemt het altijd op voor *hen*.

Kevin: Het zijn mijn kinderen! Wat wil je dat ik doe?

Claire: En ik dan? Ik ben je vrouw; (met luide stem) wanneer kom ik eens op de eerste plaats? Zij krijgen *al* je aandacht!

Kevin: (ergert zich steeds meer) Begrijp je het dan niet, *het zijn mijn kinderen*. Natuurlijk krijgen ze al mijn aandacht.

Claire: Maar begrijp *jij* dan niet dat Kendra me behandelt als een stuk meubilair, en zelfs dat niet!

Kevin: Tja, als jij niet zo kortaf was tegen haar, zou ze misschien minder afstandelijk zijn.

Claire: Wat? Ik neem vrij op mijn werk om een taart te bakken voor Kendra's verjaardag, haar lievelingstaart dan nog, en ze heeft er amper van gegeten. Haar moeder zou nog geen kant-en-klare cake kopen, laat staan dat ze een hele dag in de keuken zou staan om een worteltaart te bakken. En Kendra heeft me niet eens bedankt. Maar daar heb jij niks van gezegd. *Niks!*

Kevin: (zakt dieper in zijn stoel en zegt tegen de therapeut) Zie je. We kunnen nergens over praten zonder dat Claire zich opwindt.

Claire: (begint te huilen) Wat moet ik dan doen? Hij snapt het gewoon niet. Hij snapt het nooit.

Ondertussen is Kendra, de dertienjarige dochter van Kevin, op school in gesprek met de zorgleerkracht. Dit is wat ze vertelt:



Kendra: Ik haat het om een stiefmoeder te hebben.

Zorgleerkracht: Hoezo?

Kendra: Het lijkt alsof ik geen papa meer heb.

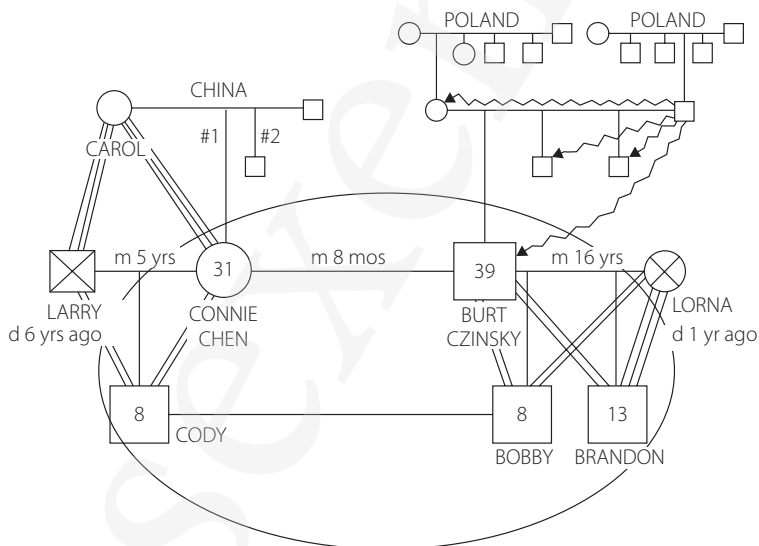
Zorgleerkracht: Hoe bedoel je?

Kendra: Weet ik niet. Ik kan het niet uitleggen. Het is alsof hij veranderd is sinds hij met Claire samen is. Hij is precies mijn papa niet meer.

Wanneer stiefgezinnen zich bij een hulpverlener aanmelden, schuiven ze vaak de stiefrelaties naar voren als hun grootste zorg. Maar zelfs als het aanmeldingsprobleem niet over de stiefrelaties zelf gaat, kunnen de dynamieken die eigen zijn aan deze gezinsvorm krachtig aanwezig zijn op de achtergrond. Vooral tijdens de eerste jaren in een stiefgezin, en soms nog vele jaren daarna, krijgt iedereen die deel uitmaakt van wat we zonder nadenken een ‘samengesteld gezin’ noemen, te maken met grote uitdagingen. In dit boek volgen we twaalf gezinnen die hun weg zoeken met de uitdagingen die voortkomen uit wat we verder de ‘architectuur van een stiefgezin’ zullen noemen.

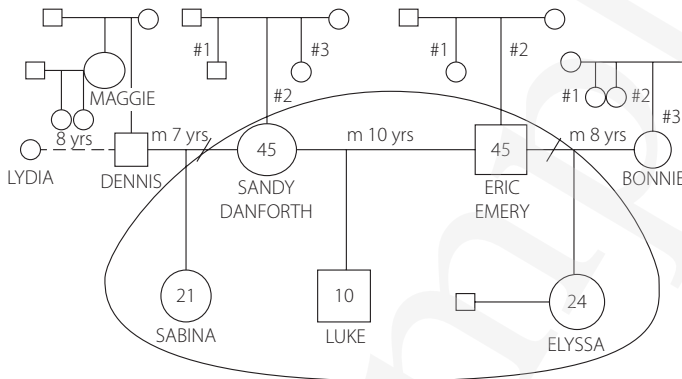
Laten we alvast enkele gezinnen voorstellen die verderop in het boek aan bod komen:

Connie Chen en Burt Czinsky verloren beiden hun partner aan kanker en begonnen hoopvol aan een nieuw gezin. Connie was zes jaar lang een alleenstaande moeder geweest. De vrouw van Burt was nog niet zo lang geleden overleden na een lange strijd. Acht maanden na de start van hun nieuwe gezin vond Connie dat Brandon, de tienerzoon van Burt, ‘alles om zeep hielp’. In diezelfde periode vertelde Brandon aan zijn therapeut dat hij probeerde ‘een marathon te lopen met twee gebroken benen’.



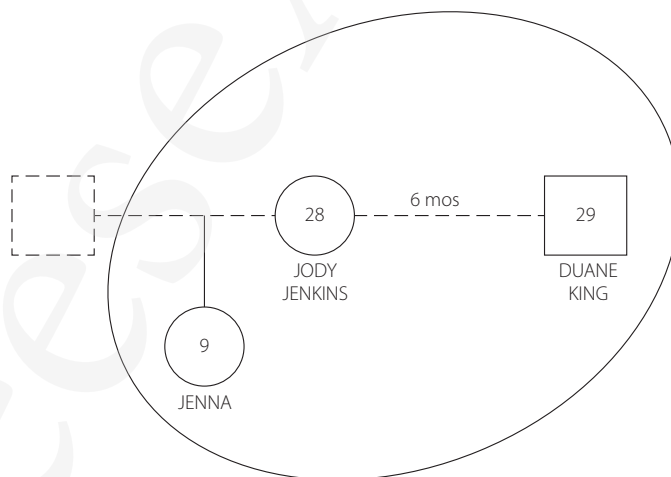
Figuur 1.2 Het gezin Chen-Czinsky na acht maanden huwelijk (gevolgd tot en met het derde jaar).

Eric Emery en Sandy Danforth zijn al twaalf jaar samen. Sandy herinnert zich dat – ‘net wanneer we dachten dat het ergste achter de rug was’ – ze opeens merkten dat ze het on-eens waren over de universiteit waar Elyssa, de dochter van Eric, naartoe zou gaan. Sandy en haar *siblings* waren naar een gewone publieke universiteit geweest en deden ondertussen een studentenjob. Eric en zijn oudere zus waren naar een dure elite-universiteit geweest en hun ouders hadden hun opleiding betaald. Sandy was stomverbaasd toen ze hoorde dat Eric ervan uitging dat ze Elyssa naar een elite-universiteit zouden sturen.



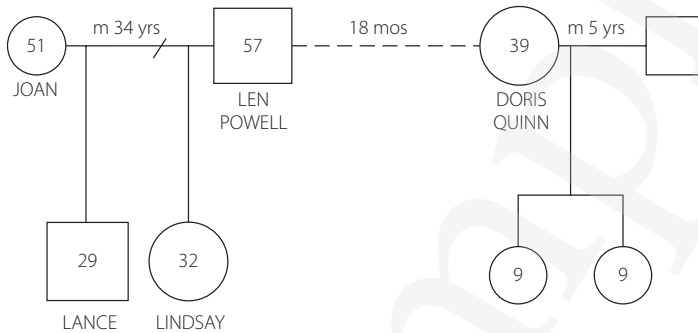
Figuur 1.3 Het gezin Danforth-Emery in hun twaalfde jaar samen.

Jody Jenkins had een ‘werkelijk prachtige’ nieuwe relatie met Duane. Maar haar negenjarige dochter Jenna was ‘onuitstaanbaar lastig’ geworden. Duane vond dat Jenna een ‘verwend, zeurderig en opdringerig’ kind was geworden. Jody belde haar vroegere therapeut en vertelde dat ze bang was en in de war.



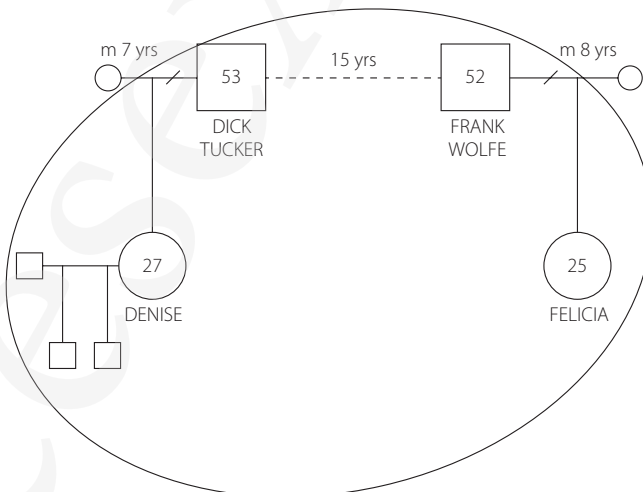
Figuur 1.4 Het gezin Jenkins-King na zes maanden samen (gevolgd tijdens het eerste jaar).

Len Powell is gescheiden en heeft twee volwassen kinderen. Na een aantal moeilijke jaren alleen leerde Len zijn nieuwe liefde kennen, Doris. Hij was ontzettend gelukkig toen Doris en haar negenjarige tweeling bij hem kwamen wonen. Anderhalf jaar later echter waren zowel Len als Doris enorm van streek omdat Lindsay, de 32-jarige volwassen dochter van Len, hun relatie nog altijd niet wilde aanvaarden. Len belde met de vraag om gezinstherapie om zijn 'dochter te helpen zich aan de situatie aan te passen'.



Figuur 1.5 Het gezin Powell na 18 maanden samen (gevolgd tot en met het derde jaar).

Dick Tucker en Frank Wolfe gingen in relatietherapie kort nadat ze vijftien jaar samen waren, omdat ze 'hun band opnieuw wilden versterken'. Al snel bleek dat de afstand tussen hen voor een deel te wijten was aan vroegere problemen als stiefgezin, wat voor spanningen in hun relatie had gezorgd.



Figuur 1.6 Het gezin Tucker-Wolfe na vijftien jaar samen.

Het stiefgebied in kaart brengen

“Mijn eigen interesse voor de relaties binnen stiefgezinnen dateert van 1979. Enkele jaren nadat ik zelf stiefmoeder was geworden, schreef ik mijn proefschrift over de ontwikkelingsfasen in stiefgezinnen. Dat werd uiteindelijk mijn eerste boek: *Becoming a Stepfamily* (Papernow, 1993). Eind jaren zeventig was een literatuurstudie voor een proefschrift over stiefgezinnen niet echt moeilijk. Er was gewoonweg weinig of niets te vinden. In de daaropvolgende decennia is er veel veranderd en zowel klinici als onderzoekers hebben daartoe bijgedragen.”

De boeken van Scott Browning (2012, 2017) en van Patricia Papernow (2013, 2018) over (gezins)therapie met stiefgezinnen zijn een mijlpaal: eindelijk zijn er voor klinici actuele bronnen om een verantwoorde werkwijze op te baseren. Ook het wetenschappelijk onderzoek over stiefgezinnen is in de laatste decennia enorm toegenomen (Ganong & Coleman, 2018). Jammer genoeg worden de academische tijdschriften waarin deze artikelen verschijnen niet gelezen door de stiefgezinnen en vaak ook niet door hulpverleners. Het besef dat stiefgezinnen fundamenteel verschillen van kerngezinnen is gelukkig met de jaren toegenomen. Stiefgezinnen vinden ook steeds vaker de weg naar de hulpverlening. Maar therapie met stiefgezinnen kan complex zijn en er is kennis nodig van de typische behoeften en dynamieken die in deze gezinnen spelen. Is die kennis er niet, dan grijpt de therapeut terug naar termen en maatschappelijke scripts die gelden voor kerngezinnen en geeft hij of zij op die manier ongewild misleidende en soms zelfs schadelijke ‘adviezen’ (Cottyn, 2014, Papernow, 2018). Wat intuïtief juist kan lijken en kan kloppen voor een kerngezin, is in een stiefgezin maar al te vaak het recept voor meer conflict. Eenvoudige waarheden en goedbedoelde adviezen kunnen in complexe situaties tot meer frustratie en polarisatie leiden.

In dit deel worden enkele fundamenten geïntroduceerd die verduidelijken waarom de architectuur van een stiefgezin zo anders is. Eerst en vooral lopen de diep ingesleten hechtingslijnen in stiefgezinnen in eerste instantie tussen ouders en hun kinderen en niet in de nieuwe partnerrelatie of in de stiefrelaties. Verder hebben er zich in het oorspronkelijke kerngezin gevestigde afspraken en gewoontes gevormd die we verder in het boek ‘middenweg’ (*middle ground* in het Engels) zullen noemen. Dergelijke ingeslepen manieren om met elkaar om te gaan zijn nog inherent aanwezig bij de start van een stiefgezin, en kunnen slechts geleidelijk aangepast worden aan het nieuwe gezin. Tot slot is er in een stiefgezin meestal een ouder afwezig (hetzij overleden, hetzij een ex-partner) die toch aanwezig is, en waar rekening mee gehouden moet worden (Papernow, 2018).

Structuur van het kerngezin

In een kerngezin hebben de volwassen partners tijd om zich aan elkaar te hechten, vertrouwen op te bouwen en gewoontes te ontwikkelen vooraleer er kinderen zijn. Kinderen in kerngezinnen komen binnen in de gevestigde relatie van hun ouders en hechten zich aan beide ouders, en omgekeerd. Als alles goed gaat, worden de hechtingsrelatie en de gezamenlijke visie op 'hoe we dingen doen' met de tijd sterker (Papernow, 2018).

'Intacte' en 'gebroken' gezinnen

De term 'intact gezin' komt nergens voor in dit boek. Ganong en Coleman noemen deze term een negatieve vergelijking, alsof een kerngezin 'intact' zou zijn en andere gezinsstructuren 'gebroken' (2004, p. 38). Noch stiefgezinnen, noch eenoudergezinnen zijn 'gebroken' gezinnen. Het zijn gewoon andere gezinsvormen. Dit boek bevestigt dat een stiefgezin een omgeving kan zijn waarin alle gezinsleden zich ten volle kunnen ontplooiën en dat de processen in gezinnen (vooral de kwaliteit van het ouderschap en de hoeveelheid en intensiteit van de relatieconflicten) veel belangrijker zijn voor het welzijn dan de formele structuur van het gezin.

Adoptie- en pleeggezinnen

Zoals in doorsnee kerngezinnen komen de meeste adoptiekinderen en pleegkinderen terecht bij een volwassen koppel met een reeds gevestigde relatie. De droom om samen een hecht gezin te vormen en de teleurstelling bij de ouders als ze ontdekken hoe hard ze worstelen met de verlieservaringen en de hechtingsproblematiek waarmee hun adoptiekind of pleegkind kampt, zijn dan weer vergelijkbaar met enkele van de uitdagingen waarmee stiefgezinnen geconfronteerd worden.

Samengesteld gezin

Ganong & Coleman (2018) definiëren een samengesteld gezin als een gezin waarin ten minste een van de volwassenen een kind (of kinderen) heeft uit een vorige relatie. Een stiefouder is een volwassene wiens partner ten minste één kind heeft uit een eerdere relatie. Een stiefkind heeft één (of twee) ouder(s) die een relatie heeft (hebben) met iemand die niet zijn biologische of adoptieouder is. Stiefkinderen kunnen broers en zussen hebben met wie zij beide ouders delen, halfbroers en -zussen met wie zij één ouder delen, en stiefbroers en -zussen met wie zij geen ouders delen. Deze definities omvatten niet alleen samengestelde gezinnen die een gezamenlijk huishouden hebben, maar ook zowel parttime als fulltime samenwonenden, (on)gehuwden als partners die het op een latrelatie houden. Het kan zowel om heteroseksuele als om LGBTQ+-liefdesrelaties gaan en uit de nieuwe partnerrelatie kunnen al dan niet

nog kinderen geboren worden. Een oorspronkelijke co-ouderrelatie kan geëindigd zijn door overlijden of scheiding, maar evengoed is er sprake van een samengesteld gezin wanneer een ouder van een kind via donorconceptie een relatie aangaat met een partner die al dan niet eigen kinderen heeft. Wanneer een van de volwassenen een kind heeft uit een buitenechtelijke relatie is er eveneens sprake van een samengesteld gezin. De dynamieken in samengestelde gezinnen worden soms nog complexer door seriële liefdesrelaties en het hebben van kinderen van verschillende partners. Er is dus vaak sprake van meerdere transities met bijhorende worstelingen en complexiteiten (Ganong & Coleman, 2018).

Al de bovengenoemde gezinnen zijn samengestelde gezinnen omdat er minstens één ouder-kindrelatie de partnerrelatie is voorafgegaan (Papernow, 2018).

Clinici en onderzoekers plaatsten 'stiefouders' lange tijd tegenover 'biologische ouders'. Die termen sluiten ouders met adoptiekinderen uit, die evengoed een stiefgezin kunnen vormen. In dit boek gebruiken we de inclusieve term 'ouder' om het verschil met 'stiefouder' duidelijk te maken.

Naast de term 'samengestelde gezinnen' worden ook andere termen gebruikt om deze gezinsvorm aan te duiden: stiefgezin, fusiegezin, meeroudergezin, hertrouwd gezin, patchworkgezin, hersamengesteld gezin, tweekerngezin (binucleair gezin), gemengd gezin, ... Wetenschappers noemen gezinnen zoals dat van Kevin Anderson en Claire Abbott, waar slechts één partner kinderen meebrengt, 'enkelvoudige stiefgezinnen' (*simple stepfamilies*). Wanneer beide volwassenen kinderen hebben, spreekt men van 'dubbel samengestelde gezinnen' (*complex stepfamilies*) met twee reeds gevormde ouder-kindentiteiten.

Het mag duidelijk zijn dat de term 'samengesteld gezin' de gezinsstructuur van een stiefgezin niet helemaal correct weergeeft. En hoewel we die term vaak gebruiken, heeft de verwachting van 'samengesteld' al heel wat stiefgezinnen misleid. In dit boek gebruiken we meestal de term 'stiefgezin', al zullen we hier en daar ook spreken van samengestelde gezinnen omdat dat de term is die in ons vakterrein het meest courant is. De term 'stiefgezin' heeft echter onze voorkeur, omdat het de term is die internationaal door wetenschappers en klinici in het werkveld gebruikt wordt (*stepfamily* in het Engels als academische taal bij uitstek) en de term *blended family* naar de achtergrond verdwenen is.

Aan jonge kinderen worden sprookjes verteld waarin stiefmoeders onrechtvaardig en wreed zijn, en waarin vaders in stiefgezinnen hun kinderen onvoldoende begrijpen en beschermen. Ondanks die negatieve connotaties verkiezen we in dit boek toch de term 'stiefgezin' te gebruiken. Een andere reden voor deze keuze is dat het duidelijk zal worden dat de gezinsvorming van een stiefgezin stap voor stap verloopt en tijd vraagt. Te veel en te snel proberen alles samen te doen bemoeilijkt de weg naar stabiliteit in het stiefgezin. Een stiefgezin worden is een proces, geen gebeurtenis. Dit proces houdt veel meer in dan een samenvoegen of op-nieuw samenstellen van gezinnen.

“ Het doet me nog altijd veel plezier als ik hoor dat mensen steun en hulp vinden in het ontwikkelingskader dat ik aanbied in mijn eerste boek *Becoming a Stepfamily* uit 1993. Ondertussen heeft mijn ervaring van de voorbije veertig jaar in het werkveld mijn begrip van het onderwerp nog verdiept en doen toenemen. In het nieuwe boek dat je nu in je handen hebt heb ik de inzichten uit mijn klinische praktijkervaring van veertig jaar gebundeld en geïllustreerd met de persoonlijke verhalen van mijn cliënten (zowel van de stiefgezinnen die worstelen als van de stiefgezinnen die hun weg vinden). Dit alles vertel ik tegen de expliciete dan wel impliciete achtergrond van het wetenschappelijk onderzoek dat de voorbije jaren over stiefgezinnen is verschenen. Dit boek brengt de vijf grote uitdagingen in kaart die voortkomen uit de structuur van stiefgezinnen en het biedt een schat aan evidencebased en praktische methodes om die uitdagingen aan te pakken. Ik hoop dat dit boek zal helpen om de leemte in onze gezamenlijke gebundelde kennis over het gezinsleven op te vullen. ”

De gezinnen in dit boek

In dit boek volgen we twaalf stiefgezinnen. Om het overzichtelijk te houden vind je achteraan het boek een alfabetisch gerangschikte tabel (Bijlage 1) met wat beknopte informatie over elk gezin. De tabel vermeldt ook de pagina van het genogram¹ dat te vinden is bij de eerste vermelding van elk gezin.

“ Stiefgezinnen zijn als sneeuwvlokjes. Ze hebben allemaal iets gemeen en toch is elk gezin uniek. De eigenheid van een gezin wordt soms zichtbaar in slechts een paar specifieke details. Zelfs na het wijzigen van meerdere elementen bleven heel wat gezinnen herkenbaar. Om de privacy en de vertrouwelijkheid te beschermen werden aspecten van verschillende gezinnen gecombineerd tot vaak terugkerende patronen. Hoewel de details over de identiteit van de gezinnen werden verwijderd, heb ik geprobeerd om echte gebeurtenissen en mijn authentiek klinisch werk te beschrijven. ”

Stiefgezinnen die hun weg vinden worden met dezelfde uitdagingen geconfronteerd als stiefgezinnen die verdwalen en de weg aan het zoeken zijn. Zelfs als alles vanzelf lijkt te gaan, is er tijd voor nodig om een stiefgezin te vormen. Als het goed gaat, bereiken stiefgezinnen na pakweg twee jaar een evenwicht en na ongeveer vier jaar kan men spreken van een soort van stabiliteit (meer hierover in deel III). In de volgende hoofdstukken maken we kennis met stiefgezinnen die intuïtief hun weg vinden en met stiefgezinnen die het heel wat moeilijker

1 Een genogram is een visuele kaart van de verschillende generaties van een familie. Het geeft een overzicht van de verwantschappen en onderlinge relaties tussen de personen en van belangrijke gebeurtenissen (geboorte, scheiding, overlijden, ...) binnen de familie.

hebben. Sommigen hebben genoeg aan een duwtje in de rug. Voor een aantal anderen vergt het aangaan van de uitdagingen veel moed en soms ook een confrontatie met hun verleden, waarin ze oude wonden opnieuw tegenkomen.

Architectuur van een stiefgezin: de vijf grote uitdagingen

1 Ouders zijn insiders in een stiefgezin, stiefouders zijn outsiders.

Dit is de grootste uitdaging voor de volwassenen in een stiefgezin. Net wanneer het nieuwe en kwetsbare stiefkoppel naar samenhang en intimiteit zoekt, zorgt de structuur van het stiefgezin ervoor dat de ervaringen van ouders en stiefouders diametraal tegenover elkaar staan. De stiefouder zit in de vastgeroeste positie van outsider. De ouder in de vastgeroeste positie van insider. De gevoelens die daarmee gepaard gaan, variëren van vervelend tot uiterst onaangenaam. Deze eerste uitdaging duikt meestal al vroeg op en kan lang blijven bestaan. Ze houdt ook verband met de andere uitdagingen. Stiefkoppels die met deze uitdaging geconfronteerd worden, zoeken vaak begrip en steun bij elkaar. Helaas kan een gemis aan verbondenheid in de vroege fasen van de ontwikkeling als stiefgezin leiden tot boze verwijten en tot een zich machteloos terugtrekken.

2 Kinderen worstelen met verlies, loyaliteiten en te veel veranderingen op te korte tijd.

De nieuwe relatie komt als een geschenk voor de volwassenen. Ze kiezen ervoor om een stiefgezin te vormen op grond van hun liefde voor elkaar. Voor de kinderen echter kan het nieuwe stiefgezin een stortvloed aan verlies en veranderingen met zich meebrengen. Als alles vlot verloopt, voelen kinderen zich na een tijd goed bij een warme, empathische en relatief kordate opvoeding. Maar net wanneer kinderen in een moeilijke overgangperiode behoefte hebben aan zorg en verbondenheid, zijn de volwassenen zich vaak niet bewust van die noden. Vaak brengt het gedrag van de kinderen hen in de war, begrijpen ze het niet goed in het licht van hun inzet en goede intenties als volwassenen, en weten ze niet hoe ze op het gedrag van hun kinderen moeten reageren.

3 De architectuur van stiefgezinnen zorgt voor polarisatie op het niveau van de opvoeding van de kinderen.

De architectuur van stiefgezinnen leidt er vaak toe dat stiefouders autoritairder worden en ouders toegeeflijker. Geen van beide stijlen komt tegemoet aan de behoeften van de kinderen. Stiefkoppels die hun weg vinden met deze uitdaging van het (stief)ouderschap, werken samen om een kordate, maar liefdevolle ouderschapsstijl te ontwikkelen. De ouder neemt de (eind)beslissingen omtrent de opvoeding, terwijl de stiefouder in eerste instantie probeert om

de stiefkinderen te leren kennen. Wanneer het bij deze uitdaging moeilijk loopt, geraken stiefkoppels vaak gevangen in een polarisatie omdat stiefouders wanhopig proberen om meer grenzen te stellen en ouders trachten hun kinderen in bescherming te nemen.

4 Stiefgezinnen moeten een nieuwe gezinscultuur ontwikkelen en rekening houden met een enorme hoeveelheid aan verschillen.

Nieuwe stiefgezinnen worden geconfronteerd met heel wat verschillen over dagdagelijkse dingen, zoals de vraag of muesli lekker is als ontbijt of dat het niet te vreten is, of hoeveel een nieuw paar sneakers mag kosten. Stiefgezinnen die in deze uitdaging hun weg vinden, benaderen die verschillen met respect en nieuwsgierigheid, terwijl ze stap voor stap evolueren in de richting van een 'wij-gevoel'. Als het niet vlot loopt, ontstaat er irritatie en een uitputtende strijd over wat 'goed' en 'verkeerd' is, waardoor de relaties in het gezin verzuren. Sommige stiefkoppels willen bovendien te snel vooruitgaan, wat stressvol kan zijn als de kinderen te veel veranderingen ervaren op te korte tijd.

5 Ex-partners, al dan niet overleden (en hun ouders, zussen en broers), zijn een wezenlijk deel van de familie.

Wanneer de andere ouder nog in leven is, leidt dit vaak tot het gevoel dat hij of zij te veel invloed heeft. Zo kan een gesprek met de andere ouder van het kind (de ex-partner na scheiding) ervoor zorgen dat het gezicht van de andere ex-partner plots op onweer staat of dat de sfeer tijdens een heuglijke gebeurtenis (bv. het afstuderen van een kind) erg gespannen is. Als een van de ouders overleden is, laat hij of zij evengoed een leegte achter in het hart en het leven van de kinderen. Als ex-partners dit goed aanpakken, vinden kinderen emotionele stabiliteit en veiligheid in hun relatie met alle belangrijke mensen in hun leven. Lukt het de volwassenen niet zo goed, dan geraken de kinderen verstrikt in de spanningen en conflicten tussen hun ouders, met soms zware gevolgen voor hun ontwikkeling. Dat zien we bijvoorbeeld in vechtscheidingen.

Het kader om stiefgezinnen te helpen om met deze uitdagingen om te gaan

Dit boek biedt een denk- en werkkader in drie interventieniveaus. Niveau I omvat psycho-educatie over wat wel en niet werkt in stiefgezinnen, waarbij we ons gebaseerd hebben op wetenschappelijk onderzoek ter zake. Niveau II focust op de interpersoonlijke vaardigheden die noodzakelijk zijn om de uitdagingen te kunnen aangaan. Niveau III richt de aandacht naar binnen voor het intrapsychische werk dat nodig is om goed met de uitdagingen om te gaan. In deel IV van dit boek kan je voor elk interventieniveau een handige toolbox terugvinden.

Ik introduceer deze drie interventieniveaus vaak bij stiefgezinnen als een manier om te kijken naar wat ze goed doen, om woorden te geven aan zaken waarmee ze het moeilijk hebben en om te bepalen wat de volgende stap is in therapie. Voor hulpverleners is dit kader helpend om een inschatting te maken van wat een gezin nodig heeft. Het biedt een helder zicht op de wijze waarop de begeleiding van stiefgezinnen kan worden aangepakt. Het kader is toepasbaar op het werken met individuele cliënten (zowel volwassenen als kinderen), met koppels en met gezinnen.

De klinische voorbeelden en de verhalen van de gezinnen in dit boek geven inzicht in de wijze waarop therapeuten op elk van de drie interventieniveaus kunnen werken. De eerste twee interventieniveaus bieden ook concrete handvaten voor andere 'helpers' die een belangrijke rol kunnen spelen om stiefgezinnen bij te staan: zorgleerkrachten, huisartsen, verpleegkundigen, advocaten, rechters, consulenten bij de rechtbank, ... Ook de stiefgezinnen zelf en hun familie en vrienden kunnen houvast vinden in dit kader.

Interventieniveau I: Psycho-educatie

Therapeuten hebben tijdens hun opleiding vaak geleerd om aandacht te schenken aan het proces en niet aan de inhoud. Hoewel het proces belangrijk is, vormt doeltreffende psycho-educatie een centraal onderdeel van het omgaan met de uitdagingen van het leven. Als je op reis bent in een onbekend land en je beschikt over een nauwkeurige wegenkaart, is het zoveel makkelijker om kalm te blijven, om de juiste beslissingen te nemen en om frustrerende omwegen te vermijden. Een ouder die een realistisch beeld heeft van een peuter zal aan de kassa in de supermarkt veel beter kunnen reageren op een woedebui van zijn of haar vermoeide tweejarige dan een ouder die verwacht dat het kind zich keurig gedraagt. Psycho-educatie effent het pad en biedt enkele shortcuts om ellende te vermijden. Psycho-educatie is dus van onschatbare waarde bij het navigeren in het complexe landschap van stiefgezinnen.

Interventieniveau II: Interpersoonlijke vaardigheden

Stiefgezinnen die hun weg vinden, vallen vaak terug op een aantal nuttige interpersoonlijke vaardigheden. Een stiefouder zegt bijvoorbeeld tegen de ouder: 'Je zoon is een vervelend joch. Hij kijkt me niet eens aan.' Vergelijk deze uitspraak eens met de volgende: 'Ik weet dat dit voor je zoon allemaal nieuw is. Kunnen we even praten over hoe we hem kunnen ondersteunen, zodat hij me tenminste af en toe aankijkt? Dat zou me al een stap vooruithelpen.'

Het is belangrijk dat een hulpverlener goed kan inschatten wat ouders al onder de knie hebben, en wat ze in termen van interpersoonlijke vaardigheden nog moeten leren. Dit geldt zowel voor individuele begeleidingen als voor relatie- en gezinstherapie.

Interventieniveau III: Intrapsychische dynamieken

Als ik mijn arm stoot op een plek waar het weefsel gezond is, doet dat pijn. Maar als ik mijn arm stoot op een plek waar ik al een kwetsuur heb, dan kan de pijn vreselijk zijn. Sommige diepe kwetsuren blijven verborgen in ons onderbewuste tot een nieuwe gebeurtenis ze weer doet openbarsten. Die vloedgolf aan gevoelens kan de veerkracht die we nodig hebben om de uitdagingen aan te gaan, helemaal overspoelen. Het helen van oude wonden kan het dan makkelijker maken om vooruitgang te boeken. Dit is mijn theorie over verborgen kwetsuren.

Omdat stiefrelaties zo intens kunnen zijn, starten therapeuten soms op het intrapsychische interventieniveau. Dit is echter vaak onproductief omdat de makkelijkere en meer voor de hand liggende interventies overgeslagen worden. De hulpverlener kan best niet te snel voorbijgaan aan het belang van een duidelijke wegbeschrijving (interventieniveau I) en de rustgevende kracht van betere interpersoonlijke vaardigheden (interventieniveau II). Verder kan een cliënt zich ook beschuldigd voelen als de hulpverlener de pijn in het gezin onmiddellijk aan een individuele psychopathologie van hem of haar tracht te verbinden. Eender wie in het stiefgezin kan overspoeld worden door de beangstigende en ontregelende gevoelens die de uitdagingen met zich meebrengen. Het werken met stiefgezinnen begint daarom in de meeste gevallen best op de eerste twee interventieniveaus. Als de emotionele reactiviteit toch nog hoog blijft, is het tijd om te starten met wat Dick Schwartz een innerlijke U-bocht noemt (Schwartz, 1995, 2001), en om zich te richten op het werken op het intrapsychische interventieniveau. Voor niet-clinici is dit het moment om aan een doorverwijzing te denken.

