

HOTEL OMA & OPA

Lynn
Geerinck

HOTEL GOMA & GOPA

De rol van grootouders
in gezinnen vandaag



INHOUD

INLEIDING 13

'Therapeuten'	16
Druk op grootouders	21

HOOFDSTUK 1

OEROUD EN ONMISBAAR 27

De oorsprong van grootouderschap	28
Let's talk about GENs, baby!	31
Grootouders en het kerngezin: een onvolledig experiment	39

HOOFDSTUK 2

GROOTOUDERS VANDAAG 43

steunpilaren in een villageloze samenleving?

Grootoudertypes	44
Wat we van grootouders kunnen leren	50
Geschenken van grootouders	64
Zacht onderzoek	71

HOOFDSTUK 3

WAAR HET WRINGT 77

tussen helpen en bemoeien

Hoe generaties hun plek vinden 78

Gezinsbreuken en grootouderverstoting 86

De sandwichgeneratie 96

Nieuwe gezinnen, nieuwe grootouders. 106

HOOFDSTUK 4

VERHALEN VAN (GROOT)OUDERS 113

Verhalen van ouders 114

Verhalen van grootouders 124

HOOFDSTUK 5

REVILLAGING TUSSEN OUDERS EN GROOTOUDERS 135

Wat ouders vandaag nodig hebben 137

Wat grootouders vandaag nodig hebben 159

De toekomst van grootouderschap 173

SLOT

EEN ODE AAN SAMEN GROEIEN 179

DANKWOORD 185

LITERATUURLIJST 189

Voor mémé,
En voor mijn mama en papa

‘Er bestaat een hardnekkige mythe dat grootouders meer van hun kleinkinderen houden dan van hun eigen kinderen. Grootouders zijn vaak de eersten om daar grapjes over te maken. Maar die gedachte gaat veel dieper dan dat. Grootouders hebben geen nieuwe liefde gevonden. Het is dezelfde liefde.

Onze kleinkinderen zijn een verlengstuk van onze kinderen en de liefde die we voor hen voelen, is simpelweg een voortzetting van de liefde die we altijd al voor onze kinderen hebben gehad. We houden niet méér van hen. We hebben opnieuw lief, door een andere lens, op een ander moment in het leven.

Het is alsof je je favoriete film nog eens mag bekijken. Maar dit keer zonder achtergrondruis, zonder deadlines, zonder druk, zonder verantwoordelijkheden die je uit het moment trekken. Elke lach, elke blik, elk klein trekje van onze kleinkinderen is een stille herinnering aan wie onze kinderen ooit waren en hoe diep onze liefde voor hen gaat.

Geen nieuwe liefde. Gewoon liefde die naar ons terugkeert, in een kleiner lichaam, met vertrouwde ogen, een vertrouwde lach en vertrouwde maniertjes. Onze kinderen maakten van ons liefhebbende ouders; onze kleinkinderen herinneren ons eraan waarom.’

— Stephen More, auteur

INLEIDING

Lieve lezer,

Een boek over grootouders, dat moest er komen, vond ik. Want wie zijn die trawanten van hedendaagse gezinnen? De reserve-troepen die op eenvoudig verzoek plaatsnemen in de ring? De verwenners, wordt gezegd, die menig kind met suikerrush terug netjes afleveren op eigen stoep? De liefdevolle grijsaards die net zo rijkelijk met schermtijd strooien als met meningen?

Mijn naam is Lynn Geerinck, aangenaam! De voorbije jaren verdiepte ik me intens in *revillaging*: de actieve vorm van het spreekwoord '*It takes a village to raise a child*'. Ik onderzocht hoe onze samenleving steeds individualistischer werd en hoe kleine, overbelaste kerngezinnen vandaag proberen om, in het heetst van de tropenjaren, alle noodzakelijke zorg rondom zich te verzamelen. Vanuit hun smartphones roepen prachtige opvoedingsidealen hen toe. Ja hoor, digitaal bestaat het perfecte ouderschap, wat ouders massaal onzeker maakt. En dat terwijl onze samenleving een collectieve kindervens heeft. Kinderen zijn geen individueel bezit. Ze zijn 's werelds volgende generatie, de toekomstige ministers maar ook de toekomstige woonzorgmedewerkers. Kortom: de verderzetting van ons allemaal. Cruciaal zijn ze! En toch zwoegen ouders enorm. Van cruciaal naar... cru dus!

In mijn vorige boeken¹ bracht ik nauwgezet in kaart waarom ouders zich vandaag de dag zo eenzaam voelen. Ik had het over waar het misloopt, waardoor ouders in de problemen komen, waar er opportuniteiten liggen. Over wie ouders bijstaat in tijden van ouderschap, gaande van formele partijen zoals kraamverzorgers, kinderbegeleiders, leerkrachten en beleidsmakers, tot informele partijen als burens, familie en vrienden als *chosen family*-kers op de taart. Een heel huzarenstuk, zo'n versnipperde *patchworkvillage* bijeenhouden. Ouders timmeren erop los om dat hele boeltje netjes aan elkaar te lijmen. En heel, echt heel vaak, komen de grootouders om de hoek kijken. Hotel oma en opa blijft de nummer één voor zeer veel gezinnen. De quasi constant inzetbare back-uppers van een gezin, die zielsveel van hun kinderen en kleinkinderen houden en hen te allen tijde ondersteunen. Althans, dat is wat gezegd wordt. Want is dat wel overal zo?

De realiteit is dat er niet zoiets bestaat als dé grootouder. Grootouders vormen geen netjes afgelijnde categorie, maar een bont en veelkleurig gezelschap. Je vindt ze in alle kleuren en geuren, maten en gewichten en in allerlei vormen van aan- en afwezigheid. Net zoals ouders geen homogene groep zijn, zijn grootouders dat ook niet. En precies dat maakt het soms zo ingewikkeld. Iedereen die dit boek ter hand neemt, bevindt zich in een specifieke situatie, waarmee te dealen is. Concrete relaties, met echte mensen, met hun geschiedenis, hun patronen, hun gevoeligheden en hun blinde vlekken. Een weerbarstige schoondochter misschien, een bemoeizieke moeder of een afwezige vader. Er zijn evenveel manieren om familie te zijn als er families bestaan. Er

zijn zoveel mensen, zoveel perspectieven die naast elkaar leven, soms in harmonie, soms in spanning. En ongeacht hoe jouw situatie eruitziet, is de kans groot dat iets in dit boek je raakt. Misschien herken je jezelf, misschien voel je weerstand, misschien komt er iets ouds naar boven. Laat dat maar gebeuren. Geraakt worden is een teken dat er iets in beweging komt. We dragen allemaal onze verhalen mee. We hebben allemaal wonden om te likken. We hebben allemaal te maken met zon én met regen. Een regenboog maken? Dat hoort bij mens zijn.

Er wordt gezegd en geschreven dat de huidige generatie grootouders, veelal babyboomers, pragmatisch(er) in het leven staat. Zij kijken naar hun kinderen, en hoe die hun gezin vormgeven, met een lichte frons en een zachte zucht. Ja hoor, ze zouden het wellicht allemaal net een tikkeltje anders doen. Maar voor eens en voor altijd geldt: hun ouderschapstijd zit erop. *Been there, done that*. Andere tijden, andere stijlen. Het is nu eenmaal eigen aan generaties dat ze elkaar niet altijd zo goed begrijpen. Dat ze ook wel een beetje commentaar hebben op elkaar. En het lastig vinden om hierover in gesprek te gaan. Maar het is ook eigen aan generaties dat ze elkaar heel graag zien.

Tegelijk is het te eenvoudig om deze generatie enkel te bekijken vanuit hun rol ten aanzien van hun kinderen en kleinkinderen. Veel grootouders van vandaag hebben intensief geïnvesteerd in hun kinderen, die als ware nestklevers langer thuis bleven wonen en vaak meer een beroep op hen deden dan generaties voordien. Voor sommigen voelt de overgang naar het grootouderschap dan ook niet als een vanzelfsprekende nieuwe zorgfase, maar eerder als een moment waarop er eindelijk ruimte komt voor zichzelf. Een adempauze, na jaren van zorgen en dragen. In een samenleving waarin ook zij gevormd zijn door een groeiende focus op

1 'Goed omringd. It takes a village to raise a child' (2021), 'Wie zorgt er voor mijn kind' (2023) en 'Een bont gezelschap rondom je gezin' (2025)

zelfontplooiing en individuele vrijheid, is het niet verwonderlijk dat niet elke grootouder opnieuw een zorgrol wil opnemen. Dat kan wringen met verwachtingen en noden die leven bij jonge gezinnen. Met culturele beelden van hoe grootouderschap 'hoort' te zijn. En het maakt bovenal zichtbaar dat grootouders geen homogene groep zijn, dat hun positie niet los te zien is van de tijd waarin zij zelf ouders waren.

Als moeder van drie opgroeiende kinderen, heb ik de brug naar het grootouderschap nog lang niet overgestoken. Geen idee trouwens of ik 'm überhaupt zal oversteken. Zoiets weet je immers nooit op voorhand. Ik kan enkel de bril van mijn eigen generatie opzetten: de generatie van de huidige ouders, millennials genaamd. En ik heb gemerkt dat het hier behoorlijk druk kan zijn, achter de schermen van deze onderzoekende bril. Ik ben hier duidelijk niet alleen in, in dat rondkijken. Eigenlijk ben ik, net zoals vele generatiegenoten, heel graag en vaak aan het rondkijken, terugkijken, zoeken, graven en peuteren. 'Therapeuten', noemt auteur en systeembegeleider Sandra Kleipas het.

'Therapeuten'

Het schrijven van dit boek past dus enerzijds goed bij wat mijn generatiegenoten en ik met elkaar delen: we stellen graag heilige huisjes in vraag, zijn heel zelfbewust en leergierig, sterk geïnteresseerd in traumaverwerking, doen veel aan zelfontwikkeling en graven graag naar schatten uit onze familiegeschiedenis. Tegelijkertijd heeft het schrijven van dit boek me ook de blik van de grootouder geschonken. Via interviews en gesprekken

kreeg ik hun realiteit te zien, mocht ik meekijken door hun bril naar mijn eigen generatie en ruimer: de wereld. Heel leerzaam!

Als lid van de millennials-club kan ik heel goed zien waar mijn generatiegenoten en ik momenteel nogal intensief mee bezig zijn. Heel wat van de huidige ouders zetten stevig koers richting een bewust ouderschapsparadigma: we hechten belang aan hechting (pun intended), analyseren onze persoonlijkheid, normaliseren het volgen van therapie, benoemen familiale patronen en verdiepen ons in heel wat pedagogische en psychologische literatuur. Begrippen en concepten als intergenerationeel trauma, familiesystemen, de eerste 1000 dagen, ons innerlijk kind, hechtingsstijlen en zo meer nemen we gretig in de mond. Inhouden die vroeger vooral thuishoorden op universiteitscampussen of in therapeutische contexten, zijn vandaag gemeengoed geworden. Boeken, podcasts, experts... de psychologiserende taal is overal. Een pedagogisch opvoedingsjargon is onze huis-tuinen-keukentaal binnengedrongen. En onze feed op sociale media loopt ervan over.

Is dat een probleem? Zeker niet. Aandacht voor mentale gezondheid valt uiteraard aan te moedigen. Therapie brengt ontzettend veel heling op gang. Generaties *gotta do wat* generaties *gotta do*. Tegelijk merk ik hoe deze evolutie de relatie met grootouders onder druk kan zetten. Want dit zogenaamde *therapeuten* gebeurt vaak met een persoonlijk vergrootglas in de hand. Wanneer ouders hun eigen opvoeding en herkomst onderzoeken, vaak wanneer ze zelf een kind krijgen, gaat het putje al eens stinken. Het wordt dan plots een beetje spannend. Want eigenlijk stoot je altijd wel op iets dat anders en beter kon. Dit besef gaat dan een beetje schuren tegen de relatie met de grootouders aan.

Omgekeerd kan het proces van reflectie ook verbindend werken. Wie zijn eigen familiale geschiedenis onderzoekt, kan – wanneer daar wederzijdse openheid voor bestaat – net meer begrip ontwikkelen voor de positie, de beperkingen en de context van de vorige generatie. Als hieruit een warme en wederkerige dialoog kan ontstaan, is er veel herstel mogelijk. In die zin kan zelf-onderzoek of therapie niet alleen tot differentiatie leiden, maar ook tot verdieping van de relatie.

Maar, zoals gezegd... als dat persoonlijke vergrootglas op een ongemakkelijke realiteit botst, is dat vaak een beetje lastig. Er wordt immers teruggekeken naar de handel en wandel van een generatie, voornamelijk babyboomers dus, die nog wat onderhevig was aan het naoorlogse sentiment van de eigen ouders. Dus als je daar een therapeutische meetlat naast legt, vindt die altijd wel iets. Psycholoog Paul Verhaeghe verwoordt het treffend: 'De generatie van mijn ouders heeft nooit een opvoeding gekregen waarbij ze leerden omgaan met hun lichaam.' Emoties en lichamelijkeheid waren verdacht, iets om te beheersen. De huidige generatie ouders wil net het omgekeerde: gevoelens toelaten, kinderen laten huilen, hen vooral niet temmen. En uiteraard is dat verwarrend voor de generatie bij wie dit net niet werd aangemoedigd tijdens de jaren van hun ouderschap. Vind hier maar eens een mooie balans in samen. Ingewikkeld! En zoals dat bij paradigmashiften gaat, slaat de klepel eerst vaak eventjes helemaal door. Als pedagoog zie ik de huidige ouders soms zo fel op de mild ouderschap-tram springen, dat ze een te permissieve ouderschapsstijl gaan hanteren, waarin kinderen de teugels krijgen en ouders hun leidinggevende positie verliezen. Dat is een observatie die ik deel met een groot aantal van mijn collega's binnen het netwerk afgestemd opvoeden.²

² www.afgestemdopvoeden.be

De huidige millennials willen het dus anders doen dan hun boomende ouders, wat des mensen is. Alleen vertoeven we tegenwoordig in hyperdigitale tijden, waar het algoritme deze interesses al snel oppikt, waardoor men op het ene psychologiserende filmpje na het andere stuit, waarbij de slotsom vaak is dat de eigen opvoeding gebreken vertoonde. De complexiteit in familierelaties is dan ook een gesmaakt onderwerp op sociale media. Als millennial kan je nauwelijks even gedachteloos scrollen zonder allerlei advies tegen te komen dat erop gestoeld is om jou alles, van naaldje tot draadje, uit te leggen over intergenerationele trauma's, *gaslighting*, versplinterde los-zand-families, narcistische of bemoeizuchtige (groot-) ouders en meer. En jawel... het opent deuren naar erkenning en herstel. Alleen is de hoeveelheid informatie en de frequentie waarmee we die te verwerken krijgen, enorm toegenomen de laatste jaren.

Niet zelden wordt de ophaalbrug van de ene naar de andere generatie dan weer omhoog gehaald. Het eiland van het kerngezin krampachtig verdedigd. Verwachtingen worden explicieter en complexer. Voor grootouders wordt het aftasten: Wat mag ik nog? Wat wordt er van mij verwacht? Waar begint en eindigt mijn rol? Hoeveel plek mag ik innemen in het leven van mijn kind en kleinkind? De verbinding met grootouders en met de ruimere village komt zo ongemerkt onder spanning te staan.

Ook feministisch filosoof Suzan Moller Okin merkt deze tendens op. Zij stelt dat in het moderne gezin plichtsbef, respect voor ouders en 'familie voor altijd' plaatsgemaakt hebben voor persoonlijke identiteit, mentaal welzijn en persoonlijk geluk. Sinds het neoliberale gedachtegoed over de 'maakbare mens' onze maatschappij binnensloot, ligt de lat ontzettend hoog. Het 'ik' staat voorop. Doen grootouders het niet helemaal zoals de ouders verwachten? Dan passen ouders voor de geboden hulp.

Pas wanneer alle omstandigheden ideaal zijn, wordt de poort naar de grootouders als village-partner opengezet. En ja, ik ben alles een beetje aan het uitvergrooten, vergeef me. Ik probeer een punt te maken.

Ik legde deze gewichtige these voor aan een van mijn gesprekspartners, Vera Dua. Vandaag schittert ze in haar omarol, waar ze vroeger vooral politiek actief was. Toen Vera mijn hypothese over de generatie therapeuterende ouders aangehoord had, zei ze laconiek: 'Je klinkt precies als mijn dochter. Ik herken het woordgebruik. Die neemt ook aldoor woorden zoals 'verbondenheid' in de mond' – waarmee ze mijn these natuurlijk precies bevestigde. Vera heeft mij met dit ene zinnetje nog een ander interessant inzicht gegeven: generaties verschillen ook van narratief.

Oké. Om dit stukje af te sluiten, zoek ik graag weer even de nuance op. Uiteraard is het in vele gevallen ook goed dat ouders reflecteren over hun eigen opvoeding, dat therapie meer mainstream is geworden en dat er een breed aanbod aan therapeutische ondersteuning voorhanden is. Vanuit zelfbescherming kan het verstandig zijn dat gezinnen oordelen dat de rode loper der hinderlijke familiepatronen niet opnieuw uitgerold hoeft te worden naar de volgende generatie, die van de kleinkinderen. Soms is het gewoon verstandig om de poort tussen gezin en *village*, al dan niet tijdelijk, een cijferslot te geven. Verstandige afspraken kunnen er dan voor zorgen dat de poort alsnog open kan blijven.

Laten we via dit boek samen gaan kijken hoe we de prachtige grootouder-ouder-kleinkindrelatie alle kansen kunnen geven, zodat er een mooie warme familie ontstaat waar alle partijen wel bij varen.

PS: Vooral hoofdstuk 5 zet hier heel praktisch op in!

Druk op grootouders

'De perceptie dat jong en oud wat naast elkaar leven, klopt niet. Onderzoek toont aan dat grootouders en gezinnen actief betrokken zijn bij elkaar en dat de meerderheid van de kleinkinderen regelmatig tijd doorbrengt met de grootouders.'

— **Philippe Noens,**
onderzoeker Odisee Hogeschool

Philippe Noens, onderzoeker in de gezinswetenschappen aan Odisee Hogeschool, kijkt vanuit een andere hoek naar dezelfde werkelijkheid. Waar ik tot dusver sprak over een mogelijke generationele kloof tussen kerngezinnen en grootouders, wijst hij op een andere paradox: grootouders zijn vandaag vaak helemaal niet afwezig, maar juist zeer aanwezig. Alleen neemt die aanwezigheid dikwijls een specifieke vorm aan. Noens stelt dat grootouders zodanig stevig betrokken worden in het gezinsleven van hun kinderen, via opvang van kleinkinderen, koken, strijken, herstellingen, logistieke steun en allerlei praktische hulp, dat ze mee de drukte in worden gezogen. De druk op het jonge gezin wordt als het ware ook aan hen doorgegeven. Grootouders staan dus niet buiten het gezinsleven, maar draaien er volop in mee.

In *Goed omringd* schreef ik hoe koppels heel wat rollen en verwachtingen bij elkaar leggen, die vroeger door een volledig dorp werden gedragen. Wanneer die estafettestok voldoende van links naar rechts en van rechts naar links is doorgegeven — van mama

naar papa, en van papa naar mama³, of bij alleenstaande ouders waarbij de estafettestok op de grond ligt, omdat ze simpelweg niet kunnen doorgeven — komen grootouders in beeld. Maar ook zij beginnen soms mee te kreunen onder het gewicht. En dat heeft gevolgen.

Waar vroeger een hele stam diversiteit bood, is onze bubbel vandaag zo klein dat we het moeten doen met wie erin zit. Er komt dus wel wat druk te zitten op die ene groep kerngezin-back-uppers, de grootouders. Biologisch gedetermineerd als zij zijn om de gezinnen van hun kinderen nabij te zijn, klaar te staan en te ondersteunen. Althans, dat is een culturele verwachting die gevoed wordt door... quasi iedereen. Wat grootouders soms tot uitputting brengt. Want de kinderen iets weigeren? Dat is lastig!

En precies daarin schuilt een interessante spanning, want nabijheid is niet automatisch hetzelfde als verbinding. Veel contact betekent niet altijd dat er ook ruimte is voor rust, wederkerigheid of echte ontmoeting tussen generaties.

Grootouders hebben het vandaag druk-druk-druk met de laatste jaren carrière (en graag ook mee blijven met alle nieuwe ontwikkelingen), mantelzorg bieden aan de generatie boven hen en – *in the name of love* – voor die zoetjes van kleinkinderen zorgen, waarbij ze liefst ook de kerngezinnen die hun verschillende kinderen vormen, gelijkwaardig ondersteunen. ‘Ze hebben het zo druk,’ aldus Noens, ‘dat ik niet zeker ben of de grootouder vandaag nog pedagogische wijsheid kan doorgeven. Het lijkt wel alsof ze daar geen tijd meer voor hebben’. Een zeer

3 Lees hier alsjeblieft ook telkens de mama-mama- en papa-papa-gezinnen bij. En bij uitbreiding alle kleuren van de regenboog.

interessant perspectief, dat ik verderop in dit boek met veel plezier verder ontleed.

Gezinnen en grootouders lijken dus ontzettend nauw met elkaar vervlochten te zijn. Maar wie buiten dat culturele ideaalplaatje valt (hetzij grootouders wiens kinderen geen beroep doen op hen, hetzij ouders die niet op grootouders kunnen rekenen en alle vormen daartussenin), draagt een emotionele last met zich mee:

‘Wij kunnen niet rekenen op de grootouders. Noch die van de ene kant, noch die van de andere’, vertelde een vriendin me onlangs. ‘De eenzaamheid die daarmee gepaard gaat, is met niets anders te vergelijken. Er zit gewoon niemand op onze reservebank. Als ik ziek ben, neemt mijn man over. Als mijn man ziek is, neem ik over. En als we beiden ziek zijn? Dan moeten we het alsnog zelf zien te redden. Er is niemand die zomaar kan inspringen. Een oudercontact op school dat samenvalt met het avondwerk van mijn man? Onmogelijk. Een uitstap alleen met z’n tweeën? Jaren geleden. Alles is puzzelen, voortdurend schuiven en opvangen. Zo vaak dat we de moed verloren hebben om nog extra dingen voor onszelf te plannen of te doen. Het voelt alsof we permanent aan staan, zonder ademruimte, zonder steun.’

Ook zijn er grootouders die fysiek of psychisch niet in staat zijn om te zorgen. Dat brengt ongetwijfeld langs beide zijden confrontatie met zich mee: enerzijds een gezin dat geen zorg kan ontvangen, anderzijds een grootouder die wellicht wil helpen, maar niet kan. En bij overleden grootouders komt daar bovenop nog een portie verdriet en rouw. De cirkel van de ondersteuners van het kerngezin wordt zo kleiner, waardoor het gewicht

herverdeeld moet worden. Zowel naar het gezin zelf toe, als naar eventuele andere grootouders of ondersteuners toe.

Natuurlijk zijn er situaties waarin afstand of zelfs een breuk noodzakelijk is. Wanneer grenzen herhaaldelijk geschonden worden en pogingen tot herstel stranden, is breken met familie als laatste halte soms onvermijdelijk. In zijn boek *Het blijft toch je familie* biedt auteur Haroon Ali inzicht in de complexiteit van gezinsbreuken en stelt hij de heilige bloedband in vraag. Terecht, als je de verhalen leest. Maar laat ons voorzichtig zijn dat breuken geen *normaal* verschijnsel worden. En dat we de kunst van ons te verbinden met anderen niet verliezen.

We leven al in een tijd waarin verbindende rituelen en collectieve gebruiken dreigen te verdwijnen. Daarom is het belangrijk om zuinig te zijn op onze relatie met elkaar en op ons samenleven. Op de relatie tussen grootouders, ouders en kinderen. Want die relatie is, als ze goed onderhouden wordt, een bijzonder gezond, kostbaar en gouden goed.

Let's go!



HOOFDSTUK 1

OEROUDE EN ONMISBAAR

De oorsprong van grootouderschap

Terug naar af. Het absolute begin. Want je vraagt je misschien af waarom mensen nog zo'n lange periode na de menopauze blijven leven. Iets wat bij de meeste zoogdieren nauwelijks voorkomt. Er bestaat een theorie, de grootoudertheorie⁴, die stelt dat grootouders in jager-verzamelaarsgemeenschappen een cruciale rol speelden in het overleven van hun kleinkinderen. De theorie heet officieel '*grandmothertheory*', maar werd in de loop der jaren *gegenderd*. *Men in!* De reden dat de theorie zich oorspronkelijk tot grootmoeders richtte, is simpel. Moeders zijn, in tegenstelling tot vaders, 100% zeker van de genetische verwantschap met hun kinderen en kleinkinderen. Wat de genetische goesting om hen te ondersteunen aanscherpt.

De theorie stelt nogal onomwonden dat we het overleven van onze soort te danken hebben aan grootouders en dat maakt hun rol weldegelijk heel groot en spectaculair. In plaats van zelf nog kinderen te krijgen, investeerde een vrouw na haar vruchtbare jaren in zorgen voor kleinkinderen, kennis doorgeven, ontlasten van de nog vruchtbare moeder en voedsel verzamelen. Dit zorgde voor hogere overlevingskansen bij kinderen en sterkere moeders die daardoor ook sneller opnieuw zwanger werden. Dit kwam de hele groep ten goede. De natuur dicteerde ons toen nog een zeer simpele logica: hoe meer overlevende nakomelingen,

hoe succesvoller je genenpakket, hoe kleiner het risico op verstoting of sterfte.

Ouders ervaren village-armoede

Historisch gezien is opvoeding dus sowieso geen soloproject, wat het in onze hedendaagse westerse samenleving vaak wel is. Het verklaart waarom zorg delen als iets heel 'natuurlijks' aanvoelt en waarom hedendaagse gezinnen een gemis ervaren van collectieve *omringing*, wat ik in mijn eerdere boeken 'village-armoede' heb genoemd. Iets dat evolutionair ingebakken zit, lijkt vandaag te ontbreken. En dat gemis voelen ouders lichamelijk en emotioneel, ook al kunnen ze het niet altijd benoemen.

In één zin samengevat, zegt de grootoudertheorie dus eigenlijk: 'Mensen hebben het als soort overleefd omdat zorg, opvoeding en wijsheid gedeeld werden over generaties'. *We were never meant to do it alone*. In evolutionaire termen noemen we dit *alloparenting*: het principe waarbij de zorg voor kinderen gedeeld wordt door meerdere volwassenen, niet alleen door de biologische ouders. Grootouders, tantes, nonkels, oudere kinderen en andere leden van de groep namen elk een deel van die zorg op zich. Niet uit altruïsme, maar uit noodzaak en met wederzijds voordeel. Zingeving is van oudsher altijd al de grote voordeel-factor van grootouders geweest.

Alloparenting was dus geen luxe, maar een overlevingsstrategie. Een ingebouwd systeem dat zorg verdeelde, ouders ontlastte en kinderen veiligheid bood. Dat systeem zit nog steeds in ons lijf en in onze verwachtingen, ook al leven we vandaag in structuren die het nauwelijks nog ondersteunen. En precies daar schuurt het. Want hoewel ons lichaam, ons zenuwstelsel en onze

⁴ De grootoudertheorie wordt voornamelijk toegeschreven aan Kristen Hawkes, een Amerikaanse antropologe (University of Utah) die in de jaren '90 baanbrekend onderzoek deed bij een jager-verzamelaarsvolk in Tanzania.

zorgreflexen nog steeds gebouwd zijn op die intergenerationele logica, leven we intussen in een samenleving die generaties systematisch van elkaar loskoppelt. Zorg werd geprofessionaliseerd, geïndividualiseerd en geprivatiseerd. Opvoeding werd een taak, geen gedeelde verantwoordelijkheid. En families werden kleiner, mobieler, drukker... Nog maar zelden 'goed omringd'.

De tijd lijkt sneller te gaan, hoewel dat uiteraard logisch onmogelijk is. Onze maatschappij evolueert razendsnel en toch werken onze zenuwstelsels nog steeds zoals in het neanderthalertijdperk. In deze hypernerveuze samenleving leven meerdere generaties naast elkaar, die ieder gevormd zijn door totaal verschillende maatschappelijke omstandigheden, verwachtingen en waarden. De manier waarop een generatie kijkt naar opvoeding, zorg, werk, grenzen en verantwoordelijkheid is het resultaat van de tijd waarin zij opgroeide. Vandaar dat ik mijn inleiding ben gestart met het aanstippen dat ik een millennial ben, die dus ook kijkt door de bril van een millennial. En dat huidige grootouders meestal tot de babyboomers behoren, die kijken door hun *booming*-bril.

Om te begrijpen waarom opvoeding vandaag zo vaak schuurt (tussen ouders onderling, tussen ouders en grootouders), moeten we dus niet alleen terugkijken naar onze evolutionaire oorsprong, maar ook naar de generaties die haar vandaag proberen vorm te geven.

En precies daar zoom ik nu op in.

Let's talk about GENs, baby!

'Grootouders' zijn niet één mooie homogene groep. Bovendien zijn de grootouders van vandaag ook niet de grootouders van gisteren en wellicht ook niet de grootouders die er morgen zullen zijn. Het grootouderschap evolueert mee met de tijd, net zoals alles in het leven.

Daarom is het goed om even van dichterbij naar het verschil tussen generaties te kijken. Generatieaanduidingen zijn geen objectieve categorieën. Ze worden (vaak achteraf) bedacht door sociologen, marketeers en media om groepen met gedeelde ervaringen te benoemen. Aangezien de wereld razendsnel evolueert, ervaren mensen die qua tijdspanne 10-15 jaar uit elkaar geboren zijn, al een totaal verschillende jeugd. Voor dit stuk haalde ik mijn inspiratie uit een podcast van De Standaard⁵ en enkele online trendwatching artikels, zoals het artikel⁶ van Emma Didier, blogger bij het online ouderschapsmagazine 'Maison Slash'. Didier stelt dat het relatief nieuw is om zo doordringend naar de verschillende types generaties te kijken. Past dat even bij de huidige therapeutenhype! Hierbij een ietwat op clichés gestoeld overzicht:

5 'Gen Alpha', DS Vandaag, gepubliceerd op 20/09/2025

6 Artikel: 'Vanaf 2025 werd generatie Beta geboren. Wat gaat dat geven? Hoe gaan die opgroeien? Hier met die glazen bol!', online gepubliceerd op 4 januari 2026

De Stille Generatie

geboren tussen 1925 en 1945

Ik bespaar je de rekensom. Dit zijn de 80- tot 100-jarigen. Vaak overgrootouders vandaag de dag. Deze generatie wordt ook wel eens de 'traditionalistische generatie' genoemd. Het gaat om een groep die gevormd is door de Grote Depressie, de Tweede Wereldoorlog en de wederopbouw, wat hun waarden en normen sterk heeft beïnvloed. Ze zijn spaarzaam, sober, echte verzamelers. Deze generatie verdwijnt langzaam uit de samenleving.

De babyboomers onder de lezers zullen hierin hun ouders herkennen, millennials dan weer hun grootouders. Het grootouderschap van deze Stille Generatie kenmerkte zich door een liefdevolle nabijheid. Gezinnen bleven in die tijd nog net iets vaker onder de kerkdaken wonen, waardoor grootouders vaak vaste personages waren in het leven van hun kinderen en kleinkinderen. Het was ook de tijd waar schoolgaande kinderen vaak nog thuis aten over de middag, regelmatig zelfs bij de grootouders. Het was een nostalgisch samenzijn, nog niet langs alle kanten omringd door schermen. Eenvoudige zaken waren aan de orde: kaarten, moestuinieren, wandelen, buurten, fietsen, knikkeren.

De (baby)boomers

geboren tussen 1946 en 1964

Dit zijn de 60- tot 80-jarigen, dus veelal onze huidige grootouders. Babyboomers zijn geboren in de uitbundige jaren na de Tweede Wereldoorlog, toen de wereld weer kleur kreeg en gezinnen flink uitbreidden. Vandaar de term 'babyboom'. Ze groeiden op met televisie, protestmuziek en idealen van vrijheid, maar werden

ook opgevoed met een flinke dosis discipline: hard werken, doorzetten en zelfstandig zijn. Er was weinig ruimte voor emoties. Hun ouders hadden geleden, dus voorzichtigheid lag als een sausje over alle euforie heen.

Ze groeiden op in een tijd waarin tradities, geloof en maatschappelijke verwachtingen nog een duidelijke richting gaven aan het leven. Voor veel mensen lag het levenspad grotendeels vast: studeren, werken, trouwen, kinderen krijgen. Maar babyboomers waren ook de generatie die deze vanzelfsprekendheden steeds vaker in vraag stelde. Oude regels verloren langzaam hun greep, terwijl nieuwe ideeën over vrijheid en zelfbeschikking terrein wonnen.

In de tijd dat babyboomers zelf een gezin vormden, leefden heel wat van deze gezinnen nog volgens een kostwinnersmodel of eenverdienersmodel. Terwijl de ene partner, meestal de vader, buitenshuis werkte, nam de andere, meestal de moeder, een groot deel van de zorg voor kinderen, familie en huishouden op zich. Dat creëerde vaak meer ruimte voor informele netwerken van wederzijdse hulp tussen familieleden, buren en andere ouders. Er was meer traagheid. Er was toentertijd ook nog een iets bruisender verenigingsleven. De *village* was daardoor voor veel gezinnen zichtbaarder aanwezig in het dagelijks leven dan vandaag het geval is.

Ze combineerden pragmatisme met idealisme en legden zo de basis voor veel van de welvaart en structuren die wij nu vanzelfsprekend vinden. Vaak konden ze relatief makkelijk een huis kopen en een gezin stichten, wat hen soms het beeld geeft van een generatie die het allemaal makkelijk voor elkaar kreeg.

Dat verschil in perspectief komt ook terug in hoe er vandaag wel eens naar babyboomers gekeken wordt. Uitdrukkingen zoals *'OK boomer'* duiken op in het publieke debat en op sociale media, vaak als een manier om generatieverschillen (soms scherp, soms speels) te benoemen. Soms gaat het er nog wat steviger aan toe. Op online platforms zoals het Amerikaanse Reddit ontstaan er gemeenschappen waar mensen hun ervaringen delen over deze naar eigen zeggen 'onhandige generatie die hun kinderen op talloze manieren in de steek liet'. Een van de meest triestige dingen die ik op het internet ben tegengekomen, is de aanduiding 'r/absentgrandparents'. Dit is een volledige Reddit-gemeenschap waar mensen samenkomen om strategieën en verhalen te delen over hoe ze omgaan met hun ouders van de 'late-stage Boomer'-generatie, die er, naar eigen zeggen, voor hebben gekozen hun familiale verantwoordelijkheden links te laten liggen. Dit soort van scherpte lijkt in onze contreien minder uitgesproken aanwezig. Hoewel ook hier generatieverschillen voelbaar zijn, worden ze minder vaak zo expliciet en publiek benoemd als in Angelsaksische contexten. Dat betekent niet dat ze er niet zijn, maar wel dat ze zich anders tonen... subtieler, vaak meer binnenskamers.

Deze maatschappelijke beeldvorming raakt ook aan hoe deze generatie vandaag haar rol als grootouder invult. Babyboomers zijn vaak geen afwezige grootouders, integendeel. Ze zijn geregeld zeer betrokken in het leven van hun kinderen en kleinkinderen, maar vaak op een manier die sterk praktisch en taakgericht is: opvang, ondersteuning, logistieke hulp. Tegelijk is hun eigen levensfase er een waarin autonomie en 'eindelijk wat tijd voor zichzelf' opnieuw belangrijk worden. Na jaren van zorgen voor kinderen (die vandaag vaak ook langer thuis blijven wonen of

steeds opnieuw een beroep op hen doen) ontstaat bij sommigen een verlangen naar ademruimte.

Dat maakt dat grootouderschap voor deze generatie vaak balanceren wordt tussen beschikbaar zijn en grenzen bewaken, tussen familiale plicht en persoonlijke vrijheid. En precies in die spanning ontstaat vandaag soms frictie met de verwachtingen en behoeftes van jonge gezinnen, die tegelijk nabijheid, betrokkenheid en ruimte voor eigen autonomie verwachten.

Het is precies dat spanningsveld tussen generaties, verwachtingen en veranderende rollen binnen families, dat in dit boek verder wordt verkend.

Generatie X

geboren tussen 1965 en 1980

Deze generatie heeft momenteel de leeftijd tussen 46 en 60 jaar. Zij worden ook wel eens de Vergeten Generatie genoemd. Dit zijn degenen die op dit ogenblik uitvliegende kinderen hebben. Ze staan dus grotendeels (vlak) voor het grootouderschap, al zal er hier en daar zeker al een prille grootouder tussen zitten. Dit is de generatie die de opgang van de computer live meemaakte en daarom sterk gelooft in technologie. Gen X'ers zouden pragmatisch zijn, niet te veel willen opvallen en door de sterk evoluerende maatschappij (oorlogen en crisissen) eerder sceptisch ingesteld zijn.

Die context heeft ook een impact op hoe deze generatie naar het grootouderschap kijkt en het al dan niet invult. Veel Gen X'ers hebben intensief geïnvesteerd in hun eigen kinderen, die