

Hoe houd je een goede relatie in een samengesteld gezin?



Als ouders van kinderen ben je kwetsbaar als het om de opvoeding van je kinderen gaat. Je hebt daar eigen opvattingen over. Maar dan ontmoet je een nieuwe partner met kinderen na een scheiding, of overlijden van de moeder of vader van jouw kinderen. Jullie zijn samen gelukkig en een vervolgstap is om als samengesteld gezin verder te gaan. Als je ervaart dat je partner andere opvoedkundige waarden en normen heeft dan jij, dan kan dit irritaties geven en negatief invloed hebben op jullie relatie. Hoe kun je er samen voor zorgen dat jullie relatie goed blijft in een samengesteld gezin?

Als je ervaart dat de opvoeding van de kinderen anders gaat zoals jij het gewend bent en andersom is jouw manier van omgaan met de kinderen niet zoals jouw partner het graag ziet, wat dan? De kinderen moeten ook wennen aan elkaar en er is veel meer aandacht te verdelen. Hoe leuk jullie het samen ook hebben en hoeveel liefde er ook is, in deze nieuwe situatie is een goede basis nodig met geduld en aanpassingsvermogen. Maar hoe doe je dat? Wat hebben jullie samen nodig om een harmonieus samengesteld gezin te kunnen vormen?

Verdeelde aandacht

Als de kinderen van je partner anders zijn opgevoed, zul je dit merken. Je bent als stiefmoeder- of vader voor de kinderen vaak ondergeschikt aan een biologische ouder. Je

ergert je misschien wel aan het gedrag van de kinderen van je partner. Andersom kunnen de kinderen moeite hebben om jou als nieuwe opvoeder te accepteren. Als je kritiek geeft, ontstaan er ruzies. De teleurstelling is groot, want jullie hadden het zo leuk samen. Hoewel jullie het samen fijn hebben en de liefde bloeit, vraagt samenleven met jullie beiden kinderen veel wederzijds begrip, geduld en goede communicatie.

Bovendien zullen de kinderen net zo goed ergernissen kunnen hebben aan elkaar. De aandacht moet verdeeld worden en dat is niet altijd makkelijk. Kinderen zijn net zo goed loyaal aan hun ouders, zoals jij aan je eigen kinderen bent.

Soms onbedoeld worden jullie in je relatie tegen elkaar uitgespeeld. Ieder van jullie heeft een leven gehad met de kinderen in een andere relatie. Deze tijd en ervaringen hebben jullie beide als bagage meegenomen. Dit hoeft niet altijd negatief te zijn, maar het heeft wel invloed.

Langzaam opbouwen

Als er één advies is wat ik wil meegeven, is het langzaam opbouwen. Wanneer aan de nieuwe levenssituatie heeft tijd nodig voor jullie relatie en voor de kinderen. Je kunt bijvoorbeeld zeker de eerste periode extra tijd met je eigen kinderen doorbrengen. Zo ervaren de kinderen jouw volledige aandacht nog als ouder en is de overgang minder groot. Zoals altijd is communicatie onmisbaar.

Probeer niet in de verwijtende sfeer te communiceren. Realiseer je dat jouw partner gewend is aan een bepaald patroon van opvoeden en de kinderen als extra kwetsbaar worden gezien. Zij hebben immers ook een scheiding of verlies moeten meemaken. Andersom geldt dit ook voor je partner en zijn of haar kinderen.

Het klinkt eenvoudig, maar blijf in gesprek met elkaar. Doe dit samen, maar ook met de kinderen. Als iedereen de ruimte krijgt om hun hart te mogen luchten en jullie als ouders deze vrijheid aanbieden op gepaste momenten in gesprekken, zul je zien dat dit de sfeer ten goede komt. Geef aan elkaar toe dat het moeilijk is. Als je deze kwetsbaarheid aandurft, dan zijn oplossingen bespreekbaar. Een goede relatie kan uitdagingen aan.

Vergeet elkaar niet

Door de hectiek van jullie samengestelde gezin, blijft er minder tijd over voor elkaar. Jullie kunnen hierdoor zo opgeslokt worden, dat oprechte tijd en aandacht die iedere relatie nodig heeft, geen voeding meer krijgt.

Het hoeft niet ingewikkeld te zijn. Samen een wandeling maken is een prima manier om in gesprek te blijven en de liefde weer te voelen. Het effect van de liefde die jullie uitstralen geeft voor alle kinderen vertrouwen. Ruziënde ouders - of dit nu met of zonder stiefouders is - draagt nooit bij tot harmonie en een gezonde basis in het gezinsleven.

De leuke ouder uithangen

Verschillende opvoedstijlen geeft een onevenwichtige verdeling in verantwoordelijkheden. Stel dat jij erg toegeeflijk bent en je partner autoritair, dan ben jij dus de leuke ouder en je partner de strenge. Hij of zij voelt zich dan nog meer verantwoordelijk om de regels te blijven handhaven. Ook dit kan jullie relatie negatief beïnvloeden. "Zeg jij er dan ook eens wat van!"

Wat hierbij kan helpen is samen afspraken maken en huisregels opstellen. Wil dit dan zeggen dat jullie het met alle regels eens zijn? Nee, maar een relatie vraagt toch altijd om compromissen? Niets is vanzelfsprekend in samen een leven opbouwen. Met geven en nemen zoals we cliché vaak zeggen, kom je veel verder en blijft jullie relatie veerkrachtig.

Willen jullie samen met mij onderzoeken hoe jullie relatie sterk kan blijven in een samengesteld gezin?

"Liefde groeit niet zonder uitdagingen, ze groeit door samen de juiste weg te vinden"

Jan van Eck Counselling
Krammer 42
2401 DK Alphen aan den Rijn
06 1778 1668
www.jan-van-eck-counselling.nl