

A young child with light hair, wearing a light blue button-down shirt and blue shorts, is walking barefoot on a sandy beach. The child is holding a yellow shovel in their right hand and is walking away from the camera towards the ocean. The beach is wide and flat, with the ocean visible in the distance under a bright blue sky with scattered white clouds. The overall mood is peaceful and contemplative.

'IK BEN KIND,
Hoe je het jou
DUS IK VOEL
en de kinderen
WAAR MIJN
waarvoor je zorgt
OULDERS ZIJN'
goed laat gaan

BIBI SCHREUDER

Uitgeverij Het Noorderlicht

**‘Ik ben kind, dus ik voel waar mijn
ouders zijn’**

Hoe je het jou en de kinderen
waarvoor je zorgt
goed laat gaan

Bibi Schreuder

'IK BEN KIND,
Hoe je het jou
DUS IK VOEL
en de kinderen
WAAR MIJN
waarvoor je zorgt
OUDERS ZIJN'
goed laat gaan

Colofon

Copyright © 2020 Uitgeverij Het Noorderlicht
Eerste druk december 2020
Voor overnames graag contact opnemen met de uitgever:
contact@hetnoorderlicht.com

Auteur: Bibi Schreuder
Redactie: Barbara Trappenburg
Ontwerp en vormgeving: Mirjam Strijbosch
Tekeningen: Bibi Schreuder

ISBN 9789083104188
NUR 770

Alle rechten voorbehouden.

www.hetnoorderlicht.com

BIBI SCHREUDER

Uitgeverij het noorderlicht

Aan alle kinderen en daarmee dus aan alle ouders
en grootouders
en aan iedereen die met kinderen te maken heeft.

En ook aan hen
die hun kind af en toe achter het behang willen plakken.

4

Partner zijn en ouder zijn

Partners, ouders, kinderen

4.1 Kind is de twee ouders

Als kind heb je de genen van beide ouders. 50% van je vader en 50% van je moeder. Je bent dus je vader en je moeder. Alleen dat feit al maakt dat je loyaal bent aan je ouders.

In het mensensysteem kan je de ouders zien als de kudde.

Het oerinstinct dat je vertelt hoe je veilig binnen de groep bent, zorgt ervoor dat je in je doen en laten trouw blijft aan je ouders.

Ouders kunnen nogal verschillen. Voor kinderen lijkt dat geen probleem te zijn. Die beide verschillende ouders zitten in het kind ...

Wat vaak wel problemen oplevert is wanneer ouders elkaars verschillen niet accepteren, of oordelen hebben over de ander. Ouders vinden het vaak belangrijk om één lijn te trekken in de opvoeding van de kinderen. Maar daarmee ontkennen ze misschien dat ze verschillen. De één is vrouw, de ander is man (ik heb het hier over biologische ouders) en mannen en vrouwen verschillen nou eenmaal in een heleboel dingen. De één volgt de patronen van zijn familie, de ander de normen die ze van haar familie heeft overgenomen. De één heeft veel boeken gelezen over opvoeding en de ander is op een meer intuïtieve manier ouder.

Kinderen weten dat ouders verschillen en dat is geen enkel probleem voor ze. Ze leren daarmee om te gaan en vaak weten ze dat ook flink uit te buiten.

Maar als ouders er ruzie over krijgen, of onuitgesproken de ander veroordelen, of minachten, of niet serieus nemen, dan voelt een kind dat onmiddellijk aan. Omdat het kind zelf voor een deel mama en een deel papa is, wordt het kind innerlijk



verdeeld als de ouders elkaar niet kunnen respecteren in hun verschillen. Uiteraard kan een kind dit niet verwoorden, maar deze innerlijke spanning of verscheurdheid uit zich meestal in 'vreemd' gedrag. Het kind wordt stout, het gaat huilen, of gillen, het wordt ziek enzovoort. Een kind doet dit niet bewust. Dit is alleen maar een uiting van het innerlijk niet bijeen kunnen houden van alle tegengestelde krachten: het is (door dat instinct) trouw aan beide ouders, maar het voelt dat het partij moet kiezen om trouw te zijn aan de moeder maar daarmee wordt het in deze situatie ontrouw aan de vader. Tegelijkertijd 'moet' het trouw zijn aan de vader, maar daarmee wordt het ontrouw aan de moeder als papa en mama elkaar niet goed genoeg vinden. Innerlijke tweestrijd!

Een kind heeft nog niet de mogelijkheden om deze innerlijke tegenstellingen te managen, het wordt domweg te veel en dat moet eruit. Het vreemde gedrag probeert als het ware het kind te helpen om die innerlijke strijd naar buiten te krijgen. Helaas werkt dat meestal niet zo effectief. Als ouders bijvoorbeeld elkaar aan het uitleggen zijn dat ze echt consequent moeten zijn in de opvoeding en de een vertelt de ander: 'Doe dus net als ik, en breng dat kind nou op tijd naar bed', dikke kans dat het kind op dat moment vervelend gedrag gaat vertonen. En dat zal vast de irritatie tussen de ouders voeden met de mogelijke uitleg: 'Zie je nou wel, hij is moe en uit zijn doen omdat jij hem te laat op bed brengt!' Iedereen kan hier eigen voorbeelden van opvoedingsirritaties invullen en mogelijk komen dan ook de beelden boven van hoe het kind op dat moment reageerde.

Kinderen hebben er voelsprietten voor, je kan nog zo je best doen om deze discussies alleen te hebben wanneer je kind er niet bij is, een kind voelt gewoon door de muren heen wanneer een ouder vindt dat de ander moet veranderen. Innerlijk voelt het dan dat ook een deel van hemzelf niet goed genoeg is.

Natuurlijk is consequent zijn in de opvoeding belangrijk. En het is belangrijk dat ouders heldere afspraken maken over de opvoeding, maar voor het kind is misschien wel het allerbelangrijkst dat de ouders geen oordelen hebben over elkaar ...

4.2 Van beide ouders mogen houden

Van beide ouders mogen houden is een natuurlijk grondrecht, we zijn immers voor 50% onze vader en 50% onze moeder! In feite betekent het dus ook dat ieder het recht heeft om van zichzelf te houden. Toch worstelen zoveel mensen daarmee. Vermoedelijk is er vroeger dan innerlijk iets in de knel gekomen, doordat je als kind voelde dat je tegelijk ontrouw werd als je trouw was. Je voelde dat je moeder bijvoorbeeld oordelen had over je vader. Oordelen zijn een manier om iets buiten te sluiten wat er wél is. (Soms geloven we zelfs in de illusie dat wanneer je iets veroordeelt, je er macht over krijgt of dat we het dan kunnen laten verdwijnen ... We zijn zo in dat soort kind-illusies gaan geloven!)

Probeer je eens voor te stellen dat jij het kind bent: als je bij je moeder bent ben je loyaal aan haar en praat je, misschien ook wel op minachtende toon, met haar mee. Zodra je bij je vader bent ben je trouw aan hem en laat je hem dat merken door het met hem eens te zijn dat mama zeurt. Maar innerlijk komt een heel ander proces op gang. Innerlijk proberen die loyaliteiten in balans te komen. Zodra je als kind een oordeel uitspreekt over één van je ouders probeer je – onbewust – dat innerlijk te compenseren. Dat innerlijk deel dat met die ouder verbonden is versterkt zich en verschanst zich als je vaker in deze situatie verwickeld raakt. Het overlevingsinstinct leert je immers dat ontrouw worden aan je ouders gelijk staat aan doodgaan! In het kind is – met de energie van een strijd op leven of dood – een onbewust proces gaande om het innerlijk mamadeel en het papadeel uit alle macht bijeen te houden én uiteen te houden. Als papa en mama in de buitenwereld niet vreedzaam of zonder elkaar te veroordelen bijeen kunnen zijn, is dat innerlijk ook lastig voor elkaar te krijgen.

Voor de buitenwereld lijkt het dan dat het kind het met de aanwezige ouder eens is, maar binnenin wordt een vesting gebouwd, om de andere ouder te verdedigen. Openlijk verbindt het kind zich aan jou, maar de verborgen loyaliteit is naar de andere ouder over wie jij oordelen hebt. Dat verborgen deel vraagt aandacht, vreet energie, wil gezien worden. Maar het loyaliteitsinstinct vertelt dat het kind nu trouw moet zijn aan de ouder bij wie het nu is. Als compensatie voor het ontrouw zijn aan bijvoorbeeld papa als het kind bij mama is, gaat dat verborgen deel steeds meer papa verdedigen. De worsteling met die open en verborgen loyaliteit uit zich vaak in irritant gedrag. En mogelijk dat het juist de ouder zo irriteert aan wie het kind openlijk loyaal is, omdat dit gedrag een appel doet om de andere ouder in het hart te sluiten. Onbewust wordt de ouder dan herinnerd aan de oordelen die zij of hij heeft over haar of zijn partner. En die oordelen zijn ontstaan uit irritatie of frustratie, dus daaraan herinnerd worden levert weer frustratie op. En zo kunnen we al gauw niet meer waarnemen hoe ons kind zich gedraagt, maar nemen we het

kind door een waas van onze eigen frustraties waar. Het vergt moed om dit bij jezelf onder ogen te zien. Het is 'makkelijker' om het gedrag van je kind af te keuren, dan te onderzoeken wat het gedrag zegt over het gedrag van de volwassenen, over jezelf dus.

Ga je niet schuldig voelen over waar je je kind allemaal mee belast hebt, want dit hoort nou eenmaal bij het leven en opgroeien. Maar je kan het jezelf en de anderen makkelijker maken als je de tijd neemt om jezelf af en toe wat vragen te stellen.

Als ik me erger aan het gedrag van ons kind, waar is mijn irritatie werkelijk mee verbonden? Met het kind, met mijn frustratie dat ik geen controle heb, met de situatie met mijn partner?

Het vreemde is dat het systeem zich al ontspant, wanneer je jezelf vragen stelt met de belofte dat je ze niet direct hoeft te beantwoorden. Het gedrag is een richting-aanwijzer en als we in die richting meekijken en ons afvragen wat het gedrag wil aanwijzen, is er erkenning voor wat gezien wil worden in het systeem.

**'Vreemd gedrag reageert niet op de situatie hier en nu,
maar op hoe volwassenen
kind-illusies hebben
en doen alsof iets niet gebeurd is.'**

Ben ik bereid om 'te luisteren' naar wat het irritante gedrag van ons kind mij te zeggen heeft?

Of ben ik gewoon te moe en te gefrustreerd om als volwassen ouder te reageren?

Je kan dit beter erkennen, dan dat je het ontkent of het antwoord uit de weg gaat.

Onthoud: erkennen is de eerste stap van heling.

'Vreemd gedrag reageert niet op de situatie hier en nu, maar op hoe volwassenen kind-illusies hebben en doen alsof iets niet gebeurd is.'

4.3 handelen via een omweg

In de opvoeding kijk je niet alleen naar de toekomst, maar je neemt ook het verleden erin mee. Eigenlijk zijn we onderdeel van één groot geschiedenisboek, dat alle feiten chronologisch in het boek wil hebben. Het wil een complete geschiedenis zijn, zonder een mening te hebben over goed of fout. Waar ergens een pijnlijke bladzijde 'uitgescheurd' werd, omdat het onverdraaglijk was en is, 'huurt' het geschiedenis-

boek gedrag 'in' om de bladzijde weer in de juiste volgorde in het geschiedenisboek te krijgen.

Eigenlijk vraagt het 'vreemde' gedrag dus om niet alleen naar dit kind met dit gedrag te kijken, maar vooral ook over je schouder naar het verleden, naar wat daar nog een plek wil krijgen.

**'De kunst is om naar het grotere geheel te kijken
als je kind zich vreemd gedraagt.'**

Je kan het 'vreemde' gedrag dus zien als een oplossing. Het is een oplossing voor een incompleet systeem. Het gedrag geeft aan dat er nog een bladzijde uit de geschiedenis 'uitgescheurd' is, dat er gebeurtenissen zijn die er nog niet mogen zijn, maar die wel gebeurd zijn.

Daarom is het ook 'vreemd' gedrag: het is niet passend in de situatie. Het reageert niet op de situatie hier en nu, maar op hoe volwassenen er kind-illusies op nahouden door net te doen alsof iets niet gebeurd is. Alsof je er nog als een kind in gelooft dat je iets kan weg toveren.

Wanneer je je zorgen maakt of ergert aan het gedrag van je kind kan je je afvragen: Naar wat zou dit gedrag kunnen 'wijzen'?

Voor wat kan dit gedrag een oplossing zijn? (Probeer niet te antwoorden, maar laat de vragen een tijdje met je meelopen!)

En stel dat dit gedrag het (familie)systeem compleet probeert te maken, wat heb ik dan misschien buitengesloten? Over wie heb ik oordelen?

Heb ik oordelen over de vader/moeder van ons kind, of wil ik dat hij of zij verandert?

Denk ik (weleens) minachtend over de vader/moeder van ons kind, of vind ik hem of haar dom, of zielig?

En hoe denk ik over mijn eigen ouders? Heb ik verwijten naar hen? Kan ik hen dankbaar recht in de ogen kijken?

En het gaat nóg verder: alle geschiedenis die wijzelf, onze ouders en onze grootouders hebben meegemaakt, wil - zonder oordelen - compleet erkend worden, precies zoals de feiten zijn en waren.

Van welke gebeurtenissen kan ik nog niet zo makkelijk zeggen dat ze deel van onze geschiedenis mogen zijn?



Dit boek gaat over kinderen, en daarom gaat het over volwassenen. Als iedereen vanuit de eigen positie leeft, kunnen alle volwassenen en kinderen voluit leven. Maar soms verblijven volwassenen onbewust innerlijk nog in de kindpositie. Kinderen kunnen niet anders dan reageren. Soms in gedrag dat we als ongewenst ervaren, bijvoorbeeld brutaliteit, maar ook in gedrag dat we positief labelen: 'ze zijn zo zorgzaam, je hebt geen kind aan ze ...' En dan gaat het niemand echt goed.

Bibi Schreuder schenkt met dit boek een schat aan kennis, ervaringen en inzichten waarmee volwassenen hun volwassen positie in kunnen nemen, waardoor kinderen weer kind kunnen zijn.

Met dit boek wil ik bijdragen
aan het verder aanwakkeren
van systemisch bewust-zijn
van ouders, en iedereen die
met kinderen werkt,
zodat nog meer kinderen
kind kunnen zijn.



Aan alle kinderen en daarmee dus aan alle ouders en grootouders
en aan iedereen die professioneel met kinderen te maken heeft.
En ook aan hen die hun kind af en toe achter
het behang willen plakken.



www.hetnoorderlicht.com

