

Stiefmoedercafé rekent af met sprookjesimago en levert handige tips op

DELFT – Iedereen kent de boze stiefmoeder uit sprookjesboeken. Gewapend met een valse lach en een behaarde pukkel op de neus, maakt de oude feeks het leven van haar 'slachtoffer' – een beeldschoon lief meisje – tot een hel. De werkelijkheid is iets genuanceerder.

En wel meer dan dat, ook. Stiefmoeders zijn veelal goedwillende 'instant moeders', die er alles aan gelegen is om hun rol in het nieuwe gezin voorbeeldig te spelen. En – hoe ironisch – daar gaat het nogal eens fout, weet stiefmoedercoach Jeanette Hultzer. "Té goed je best doen werkt als stiefmoeder vaak averechts", weet ze. Het Stiefmoedercafé kan uitkomst bieden. Jeanette is zelf inmiddels zeven jaar stiefmoeder en ze weet dus waar ze over praat. "Vrouwen hebben veelal meer dan mannen het gevoel dat ze moeten 'zorgen'. Daardoor kun je al snel gaan 'overhellen' en kom je emotioneel in de knoop. Grote kans namelijk dat je stiefkinderen jouw goede bedoelingen ervaren als een

inbreuk in hun leven. Je bent immers niet hun moeder en dat zul je ook nooit worden. Dat klinkt misschien negatief, maar zo bedoel ik het zeker niet. Het is gewoon een feit dat de kinderen hun eigen moeder hebben en dat jij 'alleen maar' een relatie hebt met hun vader. Het is heel verstandig om je dat te realiseren. Het grote voordeel daarbij is dat je als stiefmoeder niets móét, behalve dan proberen te zorgen dat de relatie binnen je nieuwe gezin zo plezierig mogelijk is en dat de kinderen zo min mogelijk onder de scheiding van hun ouders lijden. Het Stiefmoedercafé is een gelegenheid waar vrouwen in een ongedwongen sfeer met elkaar over hun ervaringen praten. Daar komen vaak heel nuttige tips uit."

Samen optrekken

In haar eigen praktijk spreekt Jeanette Hultzer geregeld stiefmoeders en hun nieuwe mannen. Bij voorkeur samen, want hoe je het ook wendt of keert, de stiefmoeder maakt deel uit van het gezin en regels moeten worden nageleefd. "Wist je dat zestig procent van de nieuwe relaties waar-



Jeanette Hultzer: "Als ieders rol duidelijk is, kun je veel misverstanden en ergernissen voorkomen."

bij kinderen in het spel zijn stuklopen? Dat hoeft natuurlijk lang niet altijd aan de stiefmoeder te liggen,

maar het speelt vaak wel een rol. Wat ik doe is samen met de vader en de stiefmoeder een Stiefplan (gebaseerd op het ouderschapsplan) opstellen. Als ieders rol duidelijk is, kun je veel misverstanden en ergernissen voorkomen. Een heel simpel voorbeeld: de tafelmanieren. Kinderen kunnen aan tafel dingen doen waar de stiefmoeder zich aan ergert, terwijl pa denkt: 'Laat maar'. Dan moeten er regels komen die voor iedereen duidelijk zijn en waar de stiefmoeder en de vader zich in kunnen vinden. Samen optrekken, dat is zo belangrijk."

Veel vrouwen die de rol van stiefmoeder moeten spelen, maken volgens Jeanette de vergissing ook echt een rol te moeten spelen. "Je moet juist jezelf zijn. Jij hebt als stiefmoeder ook je eigen leven en je eigen plek nodig. Dat moeten de andere gezinsleden ook aan je manier van doen kunnen merken. Niet te perfectionistisch zijn, dat werkt in de meeste gevallen echt averechts." Het is dus nog een hele klus, dat stiefmoederschap. Een mailtje naar jeanette@hultzercoaching.nl kan zaken een stuk vereenvoudigen... (KF)

Delft op Zondag' 15-9-'13