



Vraag het aan Jeanette

Heb jij een vraag aan... Jeanette? Mail naar jeanette@hultzercoaching.nl en wellicht wordt jouw vraag in één van de volgende edities beantwoord. Laat je ook weten of jouw eigen naam vermeld mag worden?

Elk weekend vol met stiefzoon

De zoon van mijn vriend uit zijn vorige relatie, Michiel (10), is elk weekend bij ons. Hij heeft dan huiswerk bij zich waar hij doordeweeks bij zijn moeder nog niets aan gedaan heeft. Ik doe dit altijd samen met hem en hier gaat veel tijd in zitten, ook omdat Michiel dyslectisch is. Van de training die hij daarvoor volgt (waar ik hem op 'gedaan' en ook betaald heb) krijgt hij ook huiswerk mee, waar hij dagelijks wat aan zou moeten doen. Het stoort me, dat zijn moeder hier niets aan doet en alles aan mij overlaat. Elke zaterdag ga ik ook nog met Michiel naar voetbal. Mijn vriend houdt niet van voetbal. Ik heb zelf geen kinderswens, maar wel een reiswens. Verder zou ik graag vaker met mijn vriendinnen af willen spreken, maar Michiel slokt mijn hele weekend op. Ik begin op een punt te komen, dat ik dit niet meer trek...

Sandra

Beste Sandra,

Ik denk dat je vanuit de beste intenties zoveel voor je stiefzoon doet. Ik vraag me wel af waarom je zoveel naar je toegetrokken hebt? Je geeft aan dat het je stoort dat Michiels moeder zo weinig (huiswerk) met hem doet, maar wat vind je dan van de betrokkenheid van jouw vriend? Michiel is de zoon van je vriend en zijn moeder. Zij zijn verantwoordelijk voor het wel en wee van hun zoon, dus ook

voor huiswerkbegeleiding en meegaan naar voetbal. Het lijkt me goed als je de taken teruggeeft aan de ouders van Michiel. Je kunt ze daarin wel ondersteunen, maar nu draag je, mijns inziens, te veel. Ook kom je in de weekenden niet aan jezelf toe, terwijl dat juist de tijd is om op te laden en dingen voor jezelf te doen. Ik stel voor dat je Michiel meer aan je vriend overlaat en wat meer aandacht en tijd gaat besteden aan je eigen behoeften en leven. Spreek hier goed over met je vriend!

Sinterklaasdoos

Sinds mijn zoon gescheiden is (7 jaar geleden), stuur ik ieder jaar met Sinterklaas een doos met kleine cadeautjes en lekkernijen naar mijn kleinkinderen bij hun moeder. Daar vieren ze namelijk altijd Sinterklaas. Mijn zoon heeft wel eens aangegeven, dat hij het niet leuk vindt dat ik het naar zijn ex-vrouw stuur. Maar ik stuur het toch naar mijn kleinkinderen en niet naar haar? Al doe ik ook wel iets in de doos voor haar, haar nieuwe man en hun nieuwe zoontje. Ik wil hier wel graag mee doorgaan. Voor de scheiding zag ik mijn kleinzonen veel vaker. Mijn man en ik pasten één dag in de week op. Ik nam dan altijd iets leuks of lekkers voor ze mee. Sinds de scheiding zie ik ze nog maar sporadisch. Met Sinterklaas wil ik ze dan even lekker verwennen. Doe ik daar nog wel goed aan?

Oma

Beste Oma,

Ik begrijp dat de scheiding van jouw zoon ook voor jou verdrietig is geweest en o.a. heeft geresulteerd in minder omgang met je kleinzonen. Heb je dit wel eens besproken met je zoon? Misschien staat hij er niet zo bij stil en kan hij jouw Sinterklaas-doos beter begrijpen als jij je gevoel met hem deelt. Misschien kunnen jullie dan ook samen een andere vorm bedenken voor jouw verwenningjes en omgang met kleinzonen. Ik weet niet hoe oud de jongens zijn, maar Sinterklaas ontgroeien ze op een dag ook wel... Vraag ook wat hij er niet leuk aan vindt, dat je iets stuurt naar zijn ex-vrouw? Steekt het hem dat hij zijn jongens al 7 jaar moet missen op Sinterklaas-avond of heeft hij een slechte verstandhouding met zijn ex en wil hij liever dat je helemaal geen contact met haar onderhoudt? Luister ook naar zijn gevoel en kant van het verhaal. Ik wens jullie een mooi gesprek toe!

Jaloers om?

De dochter (13) van mijn vriend vind ik best lief. We kunnen het ook prima met elkaar vinden. Ze is om het weekend bij ons. Ik heb een druk sociaal leven en ga er graag op uit met vrienden. Dat deed ik voor mijn relatie ook (ik ben jaren lang single geweest) en dat behoud ik graag en doe ik dan zoveel mogelijk als zij er is. Er steekt namelijk iets bij me als mijn stiefdochter alle tijd en aandacht van mijn vriend op slokt als ze er is. Ik voel,



volgens mij, jaloezie, maar kan het rationeel niet plaatsen. Ik heb genoeg tijd met mijn vriend samen, zonder haar, dus ik gun het hun echt wel. Waarom lijkt ik dan toch jaloezie te voelen?

Petra

Beste Petra,

Ik wil je eerst complimenteren dat je zo bewust bezig bent met je eigen gevoel en dat je zelfs jaloezie benoemt. Jaloezie hoeft niet altijd rechtsreeks te zijn. Dus als je jaloezie voelt in het bijzijn van je vriend en zijn dochter betekent dat niet per se, dat je jaloezie bent op de aandacht die jouw vriend aan zijn dochter (en dus niet aan jou) geeft. Wat ook zou kunnen, is dat je jaloezie voelt om wat je vroeger zelf als kind van je vader en/of moeder niet gekregen hebt. Misschien had jij van jouw vader ook wel zoveel aandacht willen krijgen als jij je stiefdochter nu ziet ontvangen. Ga maar eens na hoe het voor je was als kind en schrijf dat bijvoorbeeld op. Laat het je vriend (of een vriendin) lezen, zodat je het ook met iemand kunt bespreken. Mocht het je te veel in de weg gaan zitten, zoek dan (professionele) hulp.

Meer contact met stiefkleinkinderen?

Mijn dochter is getrouwd met een man die al kinderen had uit zijn vorige relatie. Mijn man en ik zijn heel erg blij met onze schoonzoon. Het is een hele lieve man en een goede, verantwoordelijke vader voor zijn kinderen. De band met onze dochter is goed, maar ze is wat afstandelijk naar ons. Wij wonen een groot deel van het jaar in het buitenland en vinden het dan fijn als onze dochters (we hebben er nog één) langskomen met hun gezinnen. Mijn oudste dochter doet dat ook graag en neemt mijn twee kleindochters altijd mee. Mijn jongste dochter komt het liefst met haar man of alleen. Ze heeft geen eigen kinderen. Ik zou heel graag meer contact met mijn stiefkleinkinderen hebben. Hoe krijg ik dat?

'Stiefoma'

Beste Stiefoma,

Wat fijn, dat je blij bent met je schoonzoon en stiefkleinkinderen! Zo te lezen heb je graag de hele familie

bij elkaar, inclusief je stiefkleinkids. Jouw dochter, die zelf geen moeder is, ziet dat kennelijk anders. Weet je waarom ze geen eigen kinderen heeft? Als ze weer eens alleen langskomt op jullie buitenlandse adres kun je haar daar eens naar vragen. Als je goed naar haar luistert, kun je haar motivatie misschien beter begrijpen. Je mag daarbij ook je wens met haar delen. Jullie hebben allebei recht op je verlangen, ook al lijken ze niet zo overeen te stemmen met elkaar. Met een beetje begrip en respect over en weer komen jullie vast nader tot elkaar. Succes!



Jeanette Hultzer werkt vanuit haar eigen praktijk 'Hultzer Coaching' in Delft als balans- en stiefmoedercoach. Ze is zes jaar (parttime) stiefmoeder van twee jongens, die ½ en 2 ½ jaar oud waren, toen ze in haar leven kwamen. Met hun vader is ze inmiddels getrouwd. Haar coaching en eigen ervaring als stiefmoeder is ze gaan combineren, omdat er steeds meer vraag naar kwam. Inmiddels houdt ze zich full time bezig met individuele (stiefmoeder-) coachingtrajecten en stiefmoedergespreksgroepen in Delft. Ze is ook initiatiefnemer van de #Stiefpositief-groep op LinkedIn! www.stiefservice.nl en www.stiefpositief.nl