



# Vraag het aan Jeanette

Heb jij een vraag aan... Jeanette?

Mail naar [jeanette@hultzercoaching.nl](mailto: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?

## Wie is nou mijn stiefmoeder?

Mijn vader heeft al een tijdje een nieuwe vriendin, Anne. Mijn zus (13) en ik (17) vinden haar heel leuk. We zijn blij om pappa weer vrolijk te zien en ze brengt weer (extra) gezelligheid in huis. Ze heeft ook een zoon, van mijn leeftijd, waar we het goed mee kunnen vinden. Van de dagen dat ze bij ons is/zijn, genieten we echt. Maar pappa heeft ook nog een andere vriendin. Zij is ook wel eens bij ons. Zuslief en ik kunnen het met haar ook best wel vinden, maar toch niet zo goed als met Anne. We raken hier een beetje van in de war. Met wie is hij nu echt? En ik vind het ook niet eerlijk voor Anne... 'Jonge dame'

*Beste Jonge dame,*

*Wat fijn, dat je het met beide vrouwen wel goed kunt vinden. Zoals je het beschrijft, lijkt het met Anne serieuzer. Het lijkt me beste als je eerlijk tegen je vader zegt, hoe je hierover denkt en voelt. Misschien kunnen jij en je zus samen, op een moment dat jullie met z'n drieën zijn (bijvoorbeeld tijdens het eten of een wandeling), hierover met hem praten. Vraag hem naar zijn gevoelens voor deze vrouwen en vooral zijn plannen met hen. Als je het te eng vindt, kun je misschien een goede vriend/vriendin van je vader erbij vragen. Vertel hem ook, dat je behoefte hebt aan meer duidelijkheid en eerlijkheid naar Anne. Ben je trouwens be-*

*kend met de Stichting Villa Pinedo?*

*Daar kun je (o.a.) terecht om met andere jongeren van gescheiden ouders in gesprek te gaan [www.villapinedo.nl](http://www.villapinedo.nl)*

## Klein gebaar, groot gevoel

Mijn man heeft laatst een kaart gestuurd naar de stiefvader van zijn kinderen, om hem te complimenteren hoe hij doet met en voor zijn kinderen. Hij heeft dit eerst met mij besproken en ik heb hem hierin gesteund en gemotiveerd. Hij was er onzeker over. "Vindt hij dat niet raar?" Toen ze elkaar laatst troffen bij een overdracht bij moeder, bedankte stiefvader hem en hebben ze elkaar een knuffel gegeven. Ik vind dit zo mooi en ben zo trots op mijn man, dat hij dit gedaan heeft! Maar ook voor de stiefvader vind ik dit zo'n mooie erkenning! Als stiefmoeder van zijn kinderen, zou ik zo'n kaart ook zo fijn vinden om te ontvangen van zijn ex/de moeder van mijn stiefkinderen...

Stiefmoeder

*Beste stiefmoeder,*

*Dat is inderdaad een bijzonder mooi gebaar van jouw man om de stiefvader van zijn kinderen zo te erkennen in zijn rol als stiefvader. Dat zal zowel hem, als ook de moeder van de kinderen goed bevallen zijn. Het verlangen dat jij voelt om zelf ook die erken-*

*ning en waardering te krijgen van de moeder van je stiefkinderen is zeer begrijpelijk. Je kunt daar echter geen invulling van verwachten. Het is het belangrijkste dat je eigen man jouw rol en invulling ervan waardeert. Zo te lezen, kan jouw man zijn waardering wel uiten, dus zit dat vast goed bij jullie. Geniet daarvan en blijf elkaar steunen en waarderen, want dat is brandstof voor jullie relatie en (stief) gezin.*

## Na al die jaren...

Toen ik 25 was, gingen mijn ouders uit elkaar. Ik woonde toen al een tijd op mezelf en mijn jongere broer ook. Mijn vader bleek al jaren een relatie met een andere vrouw te hebben. Ik ben daar eigenlijk niet boos over geweest. Ik had al zo mijn eigen leven, dat ik het aan mijn ouders vond hoe hun relatie was. Met die andere vrouw is mijn vader nog steeds samen. Ik heb haar vanaf onze eerste ontmoeting al leuk gevonden en ook met mijn vader heb ik een hele goede band. We doen veel leuke dingen met elkaar. Mijn moeder is verbitterd uit de scheiding gekomen en dat is ze nog steeds. Ik ben inmiddels 37 en dacht laatst mijn verjaardag te kunnen vieren met mijn beide ouders. Maar mijn moeder nam het mij kwalijk dat ik geen reken-



ing hield met haar en is vreselijk boos geworden dat ik hen samenbracht.  
Barbara

*Beste Barbara,*

*Het wordt wel eens onderschat, maar als volwassene kun je nog behoorlijk last hebben van de scheiding van je ouders, zoals bij jou ook duidelijk is geworden op je verjaardag. Wat verdrietig voor jou en wat jammer ook voor je moeder, dat ze zich nog niet over de scheiding heen heeft kunnen zetten. Heb je jouw moeder verteld hoe dit voor jou is? Je kunt haar erkenning geven voor haar boosheid en verdriet ten aanzien van de scheiding van jouw vader en haar vervolgens ook meenemen in jouw emoties hieromtrent. Want haar erkenning voor jouw stuk is belangrijk. Ik wens jullie een goed en waardig gesprek!*

### Tussen vuren

Mijn vriend en ik vormen een full-time stiefgezin met mijn dochter (13). De vader van mijn dochter is vertrokken toen ik zwanger van haar was en met hem hebben we geen contact meer. Mijn vriend zit continu mijn dochter te corrigeren in wat ze, in zijn ogen, niet goed doet. Vaak heeft hij wel gelijk, maar het verpest de sfeer en ik zit er altijd tussenin. Hij verwijt mij namelijk dat ik hem niet steun in de opvoeding, maar voor haar vind ik het niet fijn, dat hij altijd zo op het negatieve gericht is. Voor zijn eigen kinderen – hij heeft er drie (19, 17 en 14), waarvan alleen de jongste twee nog sporadisch bij ons komen – is hij helemaal niet zo streng, terwijl die zich in het geheel niet aan onze regels houden.  
Moeder en stiefmoeder

*Beste (stief)moeder,*

*Het 'tussen-twee-vuren-gevoel' dat jij beschrijft, komt veel voor in nieuwe gezinnen. En, hoogst waarschijnlijk, voelt jouw man dat ook, als zijn kinderen er wel zijn. Jullie zullen allemaal gevoelens hebben die niet voldoende erkend worden. Zijn corrigerende houding naar zijn stiefdochter zou uit een stukje frustratie kunnen komen vanwege het moeten missen van zijn eigen kinderen. Jouw dochter zou naar haar eigen vader kunnen verlangen en jij had het ook graag anders gewild voor je dochter en jezelf. Ik stel voor, dat jij en je vriend jullie gevoelens uitspreken. Als je dat mondeling te moeilijk/eng vindt, kun je elkaar ook een brief schrijven. Vertel wat je mist, waar je behoefte aan hebt, maar ook wat je mooi en fijn aan de ander vindt. Als je beter verbonden bent, kun je dit ook met je dochter doen en ook met de kinderen van je vriend. Zoek hier begeleiding bij als het niet lukt.*



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! en [www.stiefpositief.nl](http://www.stiefpositief.nl)