

De verborgen dynamiek van familiebanden in het Nieuwe Gezin

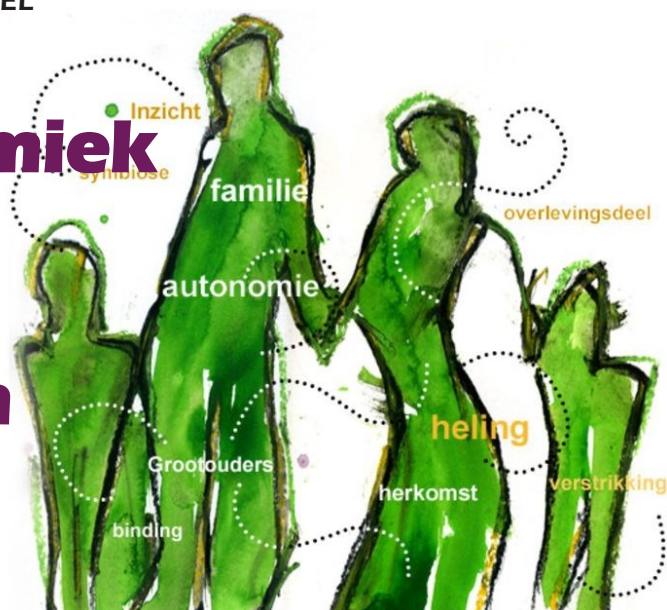
door Nanda Poulisse

In dit artikel wil ik ingaan op een boek van Bert Hellinger dat ik voor de opleiding tot systemisch opsteller heb gelezen. Het boek heet *De verborgen dynamiek van familiebanden*. In dit boek beschrijft Hellinger een aantal wetmatigheden die van belang zijn voor 'de orde' in een familiesysteem. Pas als het familiesysteem in orde is, kan de liefde volop stromen. Het mooie is dat die wetmatigheden helpen om de gezinsproblematiek te begrijpen die vaak ontstaat in een samengesteld gezin. Bovendien bieden ze handvatten voor de oplossing van die problematiek.

Hellinger baseert deze wetmatigheden op wat zich laat zien bij familieopstellingen, dus op observaties. Bij een familieopstelling zet een cliënt zijn gezin of situatie neer. Hij of zij nodigt mensen uit de kring van aanwezigen uit als representant door ze te vragen: "wil jij voor mijn vader gaan staan, wil jij voor mijn moeder/oudste zus/jongste broer etc. gaan staan?" De representanten worden vervolgens op een bepaalde plaats gezet, en voelen dan hoe het is of was om die persoon te zijn. Hierdoor wordt de dynamiek in het familiesysteem duidelijk. Wie weleens een dergelijke opstelling heeft meegemaakt zal bevestigen dat dit een indrukwekkend gebeuren is, ook al is het misschien vanuit wetenschappelijk oogpunt allemaal niet zo goed te verklaren.

Binding, ordening en balans

De drie wetmatigheden die Hellinger beschrijft, worden meestal kort aangeduid met de woorden Binding, Ordening en Balans.



Binding wil zeggen dat iedereen die ooit tot het familiesysteem behoorde, daarmee verbonden blijft. Dit geldt ook voor mensen die gestorven zijn, zelfs als ze nog heel jong waren toen ze stierven, en het geldt voor mensen die uit de familie verstoten zijn, of zelf weggegaan zijn. In de praktijk van het nieuwe gezin betekent het dat er voor alle gezinsleden een plekje moet zijn, dus ook voor een overleden ouder, of voor een uitwonende ouder. Die behoort voor de kinderen immers tot hun gezin van herkomst. Als die er niet mogen zijn, bijvoorbeeld in de vorm van een foto, of als er niet over gesproken mag worden, dan voelen de kinderen zich incompleet. Dit heeft ook te maken met loyaliteit. **Een kind is loyaal naar beide biologische ouders.** Het is als het ware opgebouwd uit die beide delen. **Logisch dat het zich incompleet en ongelukkig voelt als één deel er niet mag zijn.**

Volgens Hellinger blijft er ook altijd een sterke binding met een serieuze eerste relatie. Dit kan bijvoorbeeld een verloofde zijn, die door iemand op het laatste moment in de steek werd gelaten omdat deze een ernstige ziekte ontwikkelde. Op dezelfde manier blijft er een sterke binding met de partner waarmee je samen kinderen hebt gekregen, of je dat nu wilt of niet. Door de kinderen blijf je altijd verbonden. Deze binding is vaak sterker dan de binding die je ontwikkelt met je tweede partner. Dat blijkt vooral als mensen voor de tweede keer gaan scheiden. Dit kost vaak minder moeite dan de scheiding van de eerste partner.

Ordering heeft te maken met de rangorde binnen een gezin, maar ook tussen gezinnen. Binnen een gezin is het zo dat de juiste orde die is, waarbij degene die het langst in het gezin is, de eerste plek inneemt en dan opeenvolgend degenen die daarna kwamen. Dit betekent dat de partner de eerste plek hoort in te nemen, want die was er immers het eerst, en daarna de kinderen op volgorde van leeftijd. Dit klinkt op het eerste gezicht misschien tegennatuurlijk. Je zou zeggen dat de kinderen voor de partner komen. Maar Hellinger beargumenteert dat als de aandacht voor de kinderen ten koste gaat van de partnerrelatie,

uiteindelijk iedereen slechter af zal zijn, omdat dan de partnerrelatie geen stand zal houden.

In een samengesteld ligt het volgens Hellinger echter anders. Dan is het zo dat de relatie met de eigen kinderen uit het eerste gezin vóór de nieuwe partnerrelatie gaat. Ook als er in de nieuwe relatie kinderen geboren worden, dan nog komen de kinderen uit de eerste relatie op de eerste plek. De volgorde is dan dus: 1. eigen kinderen uit de eerste relatie, 2. de nieuwe partner, 3. de kinderen uit de nieuwe relatie. Hellinger doet geen uitspraken over de plek van de stiefkinderen. Mij lijkt dat die voor de stiefouder na alle eigen kinderen komen, omdat er met de eigen kinderen een bloedband is. Voor de biologische ouder komen deze kinderen uiteraard op de eerste plek.

Ik herinner me nog goed dat mijn vader tegen mijn tweede moeder zei: “als ik moet kiezen, dan kies ik voor de kinderen”. Ik vond dit als kind best hard ten opzichte van mijn tweede moeder. Maar voor ons was het wel een basisveiligheid.

Balans betreft de balans tussen geven en nemen. Die balans moet tussen de partners in evenwicht zijn. Idealiter is het zo dat je steeds iets meer aan de ander geeft dan je zelf van de ander gekregen hebt. Op die manier krijg je allebei steeds iets meer, en daardoor kan de liefde groeien. Dus bijvoorbeeld “ik kook vanavond voor jou” en “jij haalt mij op van het station”. Hierbij is het zeker ook van belang dat je neemt. Als iemand in een relatie niet neemt, dan zet hij de ander in de schuld. Dat voelt ongemakkelijk. Vergelijk het met iemand die de benzine wil betalen als je hem een lift gegeven hebt. Als je steeds weigert om dit geld aan te nemen, durft deze persoon bij een volgende gelegenheid niet meer te vragen of hij mee mag rijden. Dat voelt dan te ongemakkelijk.

Stel een man is vreemd gegaan in een relatie. Dan heeft hij veel genomen. Als zijn vrouw dit zonder meer accepteert, dan lijkt dat geweldig, maar de man blijft zich altijd schuldig voelen ten opzichte van haar. Het zou beter zijn als zijn vrouw een forse genoegdoening zou vragen, bijvoorbeeld in de vorm van een vakantiereisje met een vriendin (ik noem maar iets). Wanneer de man die genoegdoening geeft, is daarmee de balans hersteld en heeft de relatie meer kans op een succesvolle voortzetting. Het gaat hierbij niet altijd om materiële zaken of grootste daden. Dankjewel zeggen of schuld erkennen draagt ook bij aan het herstel van de balans.

Overigens is het zo dat de balans in geven en nemen niet van toepassing is op de relatie tussen ouders en kinderen. In Hellinger's opvatting is het zo dat ouders geven en dat kinderen nemen van hun ouders. Natuurlijk geven kinderen ook veel liefde terug voor de aandacht en de zorg die ze van hun ouders ontvangen, maar op het gebied van zorg hoort het eenrichtingsverkeer te zijn. Als kinderen op jonge leeftijd, of zelfs op puberleeftijd, langdurig voor hun ouders gaan zorgen (parentificatie), komen ze uiteindelijk in de knel. Ouders moeten voor zichzelf

zorgen, en elkaar daarin steunen of hulp van andere volwassenen zoeken. Uiteindelijk herstellen kinderen de balans in geven en nemen doordat zij weer voor de volgende generatie gaan zorgen.

Voor nieuwe gezinnen geldt dat beide partners ongeveer evenveel bijdragen aan het gezin, bijvoorbeeld wat betreft tijd, of geld, waarbij de één het één kan bijdragen, en de ander iets heel anders. En verder betekent het dat je van de kinderen niet mag verwachten dat ze evenveel geven als jij hen geeft. Voor kinderen is zorg vanzelfsprekend. Of eigenlijk is het dat helaas niet altijd, maar het zou wel zo moeten zijn. Een jong kind zou geen dankjewel hoeven zeggen voor het feit dat er voor hem gekookt en gewassen wordt. Je partner daarentegen mag best eens laten blijken met een aardig cadeautje dat hij of zij al jouw goede zorgen voor zijn/haar kinderen waardeert.

Conclusie en handreikingen

Bovenstaande wetmatigheden zijn misschien omstreden, en je hoeft het er niet mee eens te zijn. Toch geven ze wel inzicht in enkele zaken die het leven in een nieuw gezin moeilijk kunnen maken. Je hebt te maken met de loyaliteit van de kinderen naar de afwezige (overleden of uitwonende) ouder, en met de binding van je partner aan deze ouder. Je loopt er tegenaan dat voor je partner de kinderen uit de eerste relatie voorgaan vóór jou, en vóór jullie gezamenlijke kinderen. Je dient ervoor te zorgen dat je in jullie relatie een goede balans bewaakt tussen geven en nemen, en tegelijkertijd kun je van je (stief)kinderen niet teveel terugverwachten.

Ik ben er van overtuigd dat een nieuw gezin meer kans van slaan heeft, als je je bewust bent van het bovenstaande, en het kunt accepteren. Dat is lang niet altijd gemakkelijk, maar wel de moeite waard. Het helpt om de liefde in jullie familiesysteem te laten stromen. «

Bert Hellinger (met Gunthard Weber en Hunter Beaumont) (1998). De Verborgene Dynamiek van Familiebanden. Haarlem: Altamira



Nanda Poulisse is orthopedagoog en in 2014 gestart met Gezinspraktijk Gestel in Sint-Michielsgestel. In deze praktijk begeleidt zij ouders en kinderen na overlijden van een gezinslid, rondom scheiding en bij het leven in een nieuw samengesteld gezin. Zij is sinds haar negende stiefdochter en sinds 1998 stiefmoeder van drie inmiddels volwassen kinderen. Inmiddels is zij ook de trotse oma van vijf (stief)kleinkinderen. www.gezinspraktijkgestel.nl