

herrie in het gezin

tekst Marieke Venbrux foto's Nationale beeldbank illustraties Maaïke Hoogendam



Joehoe, ik ben er ook nog!

Wat een happy familie!
Je broer en zus zijn goed
gesetteld, je ouders vol
van de kleinkinderen en jij
staat erbij en kijkt ernaar.
Want jij als (kinderloze)
single bent toch iets minder
interessant. **Maar als je
dan toch de tweede viool
speelt, speel 'm dan goed.**



'DAT IK OP TWEEDE KERSTDAG misschien met vriendinnen de kroeg in wil, komt niet bij ze op'

want 'de kinderen kunnen niet zo lang stilzitten'. Dus belanden we elke drie maanden in hetzelfde pannenkoekenhuis twee dorpen verderop, want daar kunnen de kinderen zo fijn spelen. Dat ik het leuk zou vinden om eens een keer ergens anders naartoe te gaan, doet er geloof ik niet zo veel toe."

Single zijn terwijl je broer of zus zwaar gesetteld is, kan zo nu en dan behoorlijk wat irritaties opleveren, weet psycholoog en **coach Meinou Lambeck**. Zeker als die broer of zus ook nog kinderen heeft en de single niet. **Via singlecoaching.nl** begeleidt ze hen bij de zoektocht naar een partner. "In het laatste geval ontstaat er sowieso soms al wrijving, los van de vraag of je single bent: je broer of zus – en vaak ook je ouders – kunnen zich niet voorstellen dat er voor jou iets anders op de eerste plaats komt, jij kunt je niet voorstellen dat alles moet wijken voor de kinderen. Als je ongewenst single bent en geen kinderen hebt, is het contrast nog groter en de wrijving vaak ook sterker: je ziet bij je broer of zus iets wat je misschien zelf ook wel zou willen. Je ergert je sneller, want het raakt je meer."

Je moet er vervolgens niet vreemd van opkijken als je broer, zus en ouders de neiging hebben jou als egoïstisch en onwetend te bestempelen op het moment dat jij je duidelijk zichtbaar ergert. Dit komt voort uit wat Amerikaanse psychologen het singlisme noemen: een negatieve stereotypering van singles in onze samenleving. **Singles worden vaak ten onrechte gezien als relatief onvolwassen, slecht aangepast, egocentrisch en minder 'warm' dan stellen.** Die stereotypering is het gevolg van de 'ideologie van het gezin' die voor onze tijd en cultuur nog altijd typerend is. Ongeacht de 2,5 miljoen singles die alleen al Nederland op dit moment telt. **Lambeck:** "Zo'n zwart schaap ben je als single dus niet."

Die 'ideologie van het gezin' zorgt er wel voor dat je je als single behalve geïrriteerd, soms ook ietwat sneu kunt voelen. Britt: "Dat heb ik bijvoorbeeld als ik op bezoek ga bij mijn demente oma. Mijn broer woont in de buurt en gaat meestal, met mijn schoonzus, op eigen houtje. Ik woon verder weg en rij vaak mee met mijn ouders, als ik toch bij hen ben. Pa en ma zitten dan voor in de auto, ik zit op de achterbank. Oma doet er vervolgens nog een schepje bovenop door me zes keer in het uur scherp aan de tand te voelen over onderwerpen als leeftijd, relatie, kinderen en huis. Vaak vind ik dat best grappig, maar op een vatbaar momentje zou je je volledige bestaan in twijfel kunnen gaan trekken. Ben ik echt al zo oud? Ik heb al een tijdje geen relatie, zou ik de boot gemist hebben? Wil ik nog kinderen? Word ik wel voor vol aan gezien?"

Lieske (33), grafisch ontwerper en twee jaar single, kampt vooral met het zwarteschaapgevoel als ze bij haar ouders thuis voor de tv zit, nadat haar broer en gezin zojuist naar huis zijn gegaan. "Pap met zijn sloffen op tafel, mijn moeder ernaast met haar Douwe Egberts-koffiemok. Dan is het net alsof er in mijn situatie niets is veranderd ten opzichte van de tijd dat ik als kind met een schaalje Nibbits de '1-2-3-show' zat te kijken. Ik heb een huis, een fijne baan, een druk sociaal leven en geregeld een leuke date, maar die dingen lijken dan weg te vallen. Ineens voel ik me

weer 11. Daarom blijf ik na familiefeestjes zelden bij mijn ouders slapen. **Want ik zie het al gebeuren: mijn broer, vriendin en neefje op de logeerkamer, ik in mijn eenpersoonsbedje op mijn oude slaapkamer met Holly Hobbie-behang."**

Je ouders, broer of zus op een rustig moment uitleggen hoe jij je voelt, kan de nodige ellende voorkomen. Familiotherapeut Else-Marie van den Eerenbeemt: "Mensen die niet accepteren dat ze single zijn, leggen hun ongenoegens daarover nog weleens bij hun familie neer. Maar mokken en wrokken leidt tot niets. Dus vertel wat je dwarszit. Makkelijk is dat niet: het is een misvatting te denken dat je gevoelens met je familie gemakkelijk deelt. Maar probeer het wel. Nodig je ouders, broer en zus ook eens vaker bij jou thuis uit. Jij bent dan de gastvrouw en voelt je veel meer van waarde." Lieske beaamt dat: "Ik heb mijn ouders laatst uitgelegd dat ik me minder kneuzig voel als zij en mijn broer bij mij zijn dan

◀ Vorige week was het weer zover. Haar boer mailde haar doodleuk de datum van het weekendje weg met hun ouders dat dit voorjaar op de planning staat. "Mijn ouders zijn veertig jaar getrouwd en om dat te vieren gaan we met z'n allen – mijn ouders, broer, schoonzus en mijn twee nichtjes van 5 en 3 – een lang weekend naar zee. Het gekozen weekend valt in een schoolvakantie en is 'dus het handigst'. Snap ik, maar of ik dat weekend ook kan, wordt niet eens gevraagd," aldus Britt (26), jurist en drie jaar single. Het is niet de eerste keer dat haar familie haar min of meer iets in de maag splitst. Ook de feestdagen – kerst, Pasen, de verjaardagen van haar ouders – worden, qua planning en invulling, doorgaans alleen afgestemd op de agenda van haar broer en zijn gezin. "Kerst vieren we thuis al drie jaar lang op Tweede Kerstdag, omdat dat voor mijn broer en schoonzus het beste uitkomt. Dat ik op Tweede Kerstdag misschien met vriendinnen de kroeg in wil, komt niet bij ze op. **Ik ben alleen, heb geen schoonfamilie waar ik rekening mee hoeft te houden, dus ik ben flexibel, zo is de gedachte."**

Nadien (27), accountmanager en sinds kort weer single, herkent het ook. "Mijn zussen zijn getrouwd en hebben allebei twee kinderen. Superleuk. Klein nadeel: we hebben al in geen eeuwigheid met z'n allen in een restaurant gegeten,



als we bij mijn ouders thuis zitten. Dat snapten ze wel. Tegelijkertijd heb ik wel het idee dat ze me zielig vinden als ik zoiets vertel. En dat wil ik nou juist niet.”

En niet te vergeten: wat exclusieve aandacht van je ouders is ook fijn. Marja (30), marketeer en vijf jaar single: “Vorig jaar ben ik voor mezelf begonnen. Onlangs bestond mijn bedrijfje een jaar. Ik vertelde dat aan mijn moeder, want ik was er best trots op. Ik had het toch maar mooi gered zo in mijn eentje. Stiekem had ik verwacht dat mijn moeder met een bos bloemen voor de deur zou staan. In plaats daarvan liet ze zoiets vallen als: ‘Goh, wat gaat de tijd snel’, om vervolgens moeiteloos over te schakelen op wat ze die middag tijdens het oppassen op het zoontje van mijn broer allemaal had meegemaakt. Ik ben dol op mijn neefje, maar gek genoeg voelde ik toen een soort jaloezie. Dat vond ik heel kinderachtig van mezelf. Jaloezie op een 4-jarige, waar hebben we het over.”

Jaloezie is Britt op haar nichtjes nooit geweest, maar ‘ze krijgt wel

‘Heel kinderachtig van mezelf.

**JALOEZIE OP MIJN 4-JARIGE NEEFJE,
WAAR HEBBEN WE HET OVER?’**

lichtelijk jeuk’ als haar ouders bovenmatig op de kleinkinderen gefocust zijn. “Ik heb dan mijn moeder aan de telefoon, maar ik kom niet echt aan bod, omdat er net een kleinkind-evenementje heeft plaatsgevonden. Dan krijg ik een verslag van alle grote sprongen voorwaarts die mijn nichtjes geboekt hebben. Ik hou van mijn nichtjes en vind het dus ook leuk om die dingen te horen, maar achteraf denk ik wel: ja mam, met mij gaat het ook goed.”

Die focus van ouders op hun kleinkinderen is volgens Else-Marie van den Eerenbeemt een bekend verschijnsel en dat ga je ook niet veranderen. “Het grootouderschap is een herkansing in het leven. Grootouders hoeven niet op te voeden, maar voelen zich door hun diepe betrokken-

heid toch een soort ouders. Ze zijn daardoor sterk op hun kleinkinderen en op hun kind-met-kind-eren gericht. Ze zullen vaker bij hun kind-met-kind-eren dan bij jou als single op bezoek gaan en aan de keukentafel blijven de foto’s rondgaan: hier heeft Basje zijn eerste tandje, hier zit Floortje op het paard. Kleinkinderen zijn ook een mooie afleiding: zo hoef je niet te praten over minder leuke >

herrie in het gezin

«dingen die in de familie spelen.» Maar (juist) als single kun je je tijdens het zoveelste fotorondje of het honderdste verhaal over de zwem-, blokfluit- of paardrijles van de kinderen van je zus behoorlijk exotisch gaan voelen. Marja: “Vooral als ik de avond ervoor ben doorgezakt en op mijn iPhone heel andere foto’s heb staan. Dan denk ik: wat is mijn broertje volwassen en wat loop ik te klunzen. Ook al wil ik niet met

hem ruilen.” Van den Eerenbeemt: “Het merkwaardige is dat je ouders, broer en zus dat meestal niet doorhebben. Die zijn zo vervuld van de kleinkinderen dat ze denken dat jij het allemaal ook heel leuk vindt.”

Meinou Lambeck beaamt dat. “Mensen die na een lange relatie weer single worden, zeggen vaak: ‘Goh, ik heb me nooit gerealiseerd dat het niet altijd leuk en makkelijk is als mensen voor je ogen een gezinnetje gaan zitten zijn.’ Ga er daarom niet van uit dat het onwil is van je familie; gesetelde mensen zijn gewoon niet altijd in staat om zich in jou als single in te leven. Je moet ze daarom een beetje opvoeden. Ga niet in een hoekje jezelf single zitten voelen, maar pak de regie en kaart frustraties aan.” Dat laatste vindt Britt lastig: “Het voelt een beetje gênant. Alsof ik meer aandacht wil en iets tekortkomt. Maar dat is niet zo. Mijn ouders rennen



en vliegen voor me, ze hebben mijn hele huis opgeknapt.” Marja: “Ik heb mijn moeder weleens gezegd dat ik het idee heb dat ze meer naar mijn broer en zijn gezin trekt dan naar mij. **Toen ik nog een relatie had, was dat anders. Toen kwam ze vaker op bezoek, belde ze sneller om te vragen hoe het met ‘ons’ was en wat ‘wij’ dit weekend hadden gedaan.** Dat vertelde ik haar. ‘Maar ik maak echt geen onderscheid tussen jou en je broer,’ zei ze. Nee, niet qua inhoud van het verjaardagsenvelopje. Maar wel als het om andere dingen gaat: telefoontjes, bezoeken. ‘Moet ik dan alles op een weegschaaltje leggen?’ zei ze. Dat vond ik ook wel weer sneu. Dus spui ik mijn frustraties nu, onder het genot van een wijntje, bij mijn vriendinnen. Dat werkt wel relativerend. En om de zoveel tijd ga ik nu met mijn moeder een dagje weg. Winkelen, of naar een musical. Dat werkt wel. Dan hebben we heel andere gesprekken, dat trekt de boel een beetje recht.” Die aanpak is een heel goede, zegt Van den Eerenbeemt. “Ontplooï zélf initiatieven om het tij te keren. Doe inderdaad af en toe een dag iets leuks met je ouders of met je broer of zus, zodat zij jouw wereld leren kennen. Singles hebben vaak de neiging om hun leven met mysterie te omhullen en er de nodige schimmigheid omheen te hangen. Ze laten vaag iets vallen over een date of een projectje of het gebrek daaraan, en daar kan de familie het mee doen. Neem je familie meer mee in datgene wat jou bezighoudt. Dat geeft lucht.” ●

‘HET MERKWAARDIGE IS DAT JE OUDERS, broer en zus denken dat jij het allemaal ook leuk vindt’

