

## 2. Wil je met me meedenken?

OM HULP OF STEUN VRAGEN



Ik wist niet goed wat ik moest doen. Hij had gedragsproblemen en schreeuwde buiten. Ik schaamde me dood.

Er zijn vragen die ik met niemand deel: bijvoorbeeld niet met mijn man. Zaken over mijn zoon. Sommige dingen kun je ook eigenlijk met niemand delen.

**Als een vraag ongemakkelijk wordt, is delen op-eens niet zo makkelijk meer. Als je kind iets heeft gestolen, als je onredelijk tegen je kinderen hebt geschreeuwd, als je denkt dat er iets aan de hand is met je kind of als je geen geld hebt om voldoende eten te kopen.**

Het liefst vind je dan alleen een oplossing en houd je je mond tegen familie of bekenden. Toch vinden de meeste ouders het wel prettig als juist dan bekenden betrokken zijn. Maar dat prettige gevoel ontstaat pas als die bekenden ervan weten; als je niets zegt, weet niemand iets. Hoe stap je over die schaamte heen en zeg je iets? De drempel om de vraag te stellen is hoog. Omdat je dat van huis uit niet gewend bent of omdat je een ander liever niet lastigvalt met jouw 'problemen'. De meeste ouders proberen het eerst zelf op te lossen en houden hun mond.

**Jacky  
38 jaar**

Als alleenstaande moeder heeft Jackie vooral steun aan haar ouders. Haar kinderen zijn 19, 13, 11 en 7 jaar oud. Met de vader van de jongste heeft ze af en toe nog contact. Ze heeft bijna een opleiding voor maatschappelijk werk afgerond.

Ieder kind is anders, dus een richtlijn voor opvoeden is er wat mij betreft niet. Je moet kijken naar wat een kind nodig heeft en daarop inspelen. Niemand kan mij uitleggen hoe ik een kind moet opvoeden.

Mijn twee middelste twee kinderen hebben geen vader meer. Hij is niet zomaar overleden, maar vermoord. Dus mijn kinderen hebben wel een rugzakje. Ik ben daar heel alert op. Als ik iets opmerk dat anders gaat of wat ik raar vind, dan bespreek ik het met ze. Toen ik zag dat ze bepaalde signalen afgaven, ben ik hulp gaan zoeken. Daar ben ik niet vies van.

Hulp vragen vind ik niet moeilijk, maar de juiste hulp vinden wel. Dan bedoel ik professionele hulp. Ik wil eerst weten wat er nodig is en ik zal ook precies uitleggen wat mijn kind nodig heeft. Ik kijk graag naar mensen. Als ik zie dat iemand iets goed doet, dan kan diegene mij waarschijnlijk goede adviezen geven. Ik kan niet zomaar elk advies aannemen, want iedereen doet het op zijn eigen manier. Ook moet je uitproberen of het wel past bij je kind, want niet alles werkt bij iedereen hetzelfde.

Steun zoek ik eigenlijk niet. Die fase ben ik al gepasseerd. Ik weet hoe het is om steun te zoeken en niet te vinden. Ik ben altijd degene die anderen helpt. Ik zie me al aankomen met 'hé, ik heb een probleem'. Dat doe ik niet een-twee-drie. Ik heb mijn eigen manier van omgaan met problemen.

**Anna  
39 jaar**

**Paolo  
44 jaar**

De zoons (6 en 8) van Anna en Paolo werden in Wenen geboren. Beeldend kunstenaar Anna ging speciaal voor de bevalling terug naar haar geboorteland. Paolo is van Italiaanse komaf en werkt als historicus. Ze wonen ruim tien jaar in Amsterdam. Ze voelen zich geen Nederlander, maar wel Amsterdammer.

**Anna:** We hebben nu net een probleem met een van onze zoons waar we hulp voor zoeken. Hij kan heel boos worden en komt daar dan niet meer uit. Dat is niet leuk voor hem en ook niet voor ons. We hebben eerst zelf verschillende dingen geprobeerd. We praten er veel over. Ik praat ook met andere moeders en vriendinnen. Wat denken zij, wat doen zij? Via Italiaanse kennissen hebben we een psycholoog gevonden. We hebben veel talen in huis. Mijn zoon vroeg dus als eerste: 'In welke taal is het?'. Op school spreekt hij Nederlands, maar thuis Duits en Italiaans. Zelf vindt hij dat hij de dingen het beste in het Duits kan zeggen. Deze psycholoog spreekt verschillende talen en werkt met kinderen die thuis verschillende talen spreken. De vriendin die haar aanraadde, heeft goede ervaringen met haar.

Ik vind het fijn om te horen wat andere ouders zeggen. Onze familie woont te ver weg en er is een culturele afstand. In ieder land worden kinderen toch een beetje anders opgevoed. Voor mij is het niet moeilijk om steun of hulp te vragen. Ik vertrok op mijn achttiende naar Parijs en was steeds alleen met vrienden. Dan stel je vanzelf vragen over van alles.

**Paolo:** Mijn moeder is nog relatief jong en komt ons wel bezoeken. De laatste tijd lukte dat niet. Ze helpt graag en als ze hier is delen we alles met haar. Verder hebben wij geen ondersteuning van familie. Voor ons is dat normaal, veel vrienden zijn expats en die zitten in dezelfde situatie. De burens zijn hier heel vriendelijk. Er is een gemeenschapsgevoel, dat vind ik echt Nederlands. In Italië is het niet zo makkelijk om steun te krijgen. Daar regel je alles in de familie, het concept van familie is ook breder. In Nederland zijn families vooral ouders en kinderen, dus krijg je sneller ondersteuning in een gemeenschap.

Ik hou niet zo van om hulp vragen. Dat ligt misschien aan mijn persoonlijkheid. Ik vind het moeilijk om naar andere mensen te gaan als ik iets nodig heb. Pas als ik geen andere keuze heb, doe ik het. Bij goede vrienden vind ik het wel makkelijker dan bij burens, bijvoorbeeld bij vrienden van mijn studie.