

Na ontboezeming van ex-Miss België Joke van de Velde: hoe praat je als alleenstaande ouder met je kind over de afwezige mama of papa?



Joke van de Velde, voormalig Miss België en alleenstaande moeder, zoekt het juiste moment en de juiste manier om haar zoontje over zijn biologische vader te vertellen. Volgens experts kan je daar best niet te lang mee wachten.

Tommy Huyghebaert

Woensdag 9 augustus 2023 om 03:00

“Wie Luca’s vader is, hou ik liever voor mezelf. Als hij oud genoeg is (hij is nu 2,5, red.), zal ik het hem zeker vertellen. Maar ik wil dat goed aanpakken, via een specialist, zodat Luca niet te veel afziet van mijn keuzes.” Dat vertelt Miss België en alleenstaande moeder Joke van de Velde (43) deze week in het tijdschrift Story.

Van de Velde deelt daarmee een bezorgdheid waarin heel wat alleenstaande ouders zich herkennen. Of hun partner nu overleden is, ze bewust alleenstaande moeder zijn of dat een van de ouders bewust koos om afstand te nemen van de andere ouder en het kind.

“Schrijver Isaac Deutscher schreef ooit dat bomen wortels hebben en mensen benen. Daarmee bedoelde hij dat een mens altijd de drang heeft om op zoek te gaan naar zijn afkomst. Ieder kind heeft dat recht”, zegt pedagoog Philippe Noens van het Kenniscentrum Gezinswetenschappen aan de Hogeschool Odisee.

Geen taboe-onderwerp

Volgens Noens kun je zelfs beter niet te lang wachten om op het gepaste niveau de waarheid te vertellen. “Peuters zijn zich al bewust van het verschil met andere leeftijdsgenoten. Zorg ervoor dat ze dat verschil kunnen benoemen en plaatsen. Je doet er goed aan om het gesprek aan te gaan zodat het kind nooit de gedachte heeft dat hij zelf schuld treft aan de emotionele of fysieke afstand met de afwezige ouder. Dat die kinderen niet moeten denken dat zij bijvoorbeeld niet goed genoeg waren.”

Er zijn geen vaste regels voor een precieze aanpak volgens de experts. “Wees vooral heel alert voor de signalen van het kind. Probeer via een open gesprek te polsen of het kind met vragen of onzekerheden zit. Zo weet je of het tijd is om er iets over te vertellen.”



Pedagoog Philippe Noens.

“Als je het vroeg genoeg vertelt – natuurlijk volledig rekening houdend met de leeftijd en het karakter van het kind – klinkt het gezinsverhaal vaak logischer voor hen”, zegt klinisch psycholoog en fertilitateitsconsulent Paulien Vanbrabant. Ze begeleidt in het UZ Gent vaak mensen in een fertiliteitstraject en bereidt hen ook voor op deze stap in het leven van het kind. “Kinderen zijn ook gewoon gefascineerd door hoe ze zijn ontstaan. Het mag vooral geen taboeonderwerp zijn, openheid normaliseert het levensverhaal van het kind.”

Een heel traject

Het mag trouwens niet alleen over het verhaal van het kind gaan. “Stel je op gelijke hoogte met je kind. Vertel tegelijk zelf over je eigen achtergrond en bepaalde eigen levenskeuzes”, zegt pedagoog Philippe Noens.

Hij waarschuwt bovendien dat je als ouder een heel traject zal doorlopen met je kind na dat eerste, misschien wel gevreesde gesprek. “De vragen en de worstelingen evolueren mee met de leeftijd.” In de puberteit zoeken adolescenten een nieuwe identiteit. Als twaalfjarige spiegelen ze zich volgens Noens aan vrienden, influencers of de aanwezige ouder, kortom aan het bekende. Maar hoe ouder, hoe meer ze volgens hem ook afwezige actoren en factoren toelaten. “Ze willen dan uitbreken, met het onbekende in aanraking komen. Dan willen ze ook de afwezige ouder leren kennen.”

Van de Velde wil professionele hulp inschakelen. “Joke kent haar kind het best en zichzelf ook. Zij weet perfect of er een neutrale derde nodig is om het ondersteuningstraject te helpen schrijven. Maar een ouder die zelf het heft in eigen handen neemt, is even goed. Weet wel dat het ergens onderweg eens zal botsen, het zou vreemd zijn als dat niet gebeurt. Je kunt niet altijd op alle vragen antwoorden of over alles duidelijkheid scheppen. Je moet streven naar een bevredigende situatie of een ‘goed genoeg’-situatie voor alle partijen. Wees gewoon niet te voorzichtig, want anders gaat het kind twijfelen.”