

Ouderlijke voorkeur en het stille leed

Ouderschap is een complexe taak. Ouders zetten zich in om hun kinderen zo goed mogelijk te ondersteunen. Toch kunnen er soms ongemerkt, vaak onbedoeld, subtiele voorkeuren ontstaan in de ouder-kindrelatie. Zeker als het gaat om kinderen met problematiek. De voorkeuren van ouders kunnen bij het kind diepere emotionele wonden slaan dan we ons realiseren. Ze stapelen zich op bovenop de al aanwezige kleine trauma's en verdriet in het leven van een kind. Een subtiele voorkeur voor één kind kan leiden tot gevoelens van afwijzing bij de anderen, wat het zelfbeeld van deze kinderen kan aantasten.

Soms hebben deze gevolgen een impact die kinderen tot in hun volwassen leven meedragen. Kinderen kunnen het vertrouwen in hun ouders en zichzelf verliezen, doordat ze zich mogelijk niet goed genoeg voelen om geliefd en gewaardeerd te worden. Het gevoel van niet gewaardeerd worden, of erger nog, genegeerd worden, kan leiden tot een laag zelfbeeld en een gebrek aan zelfwaarde. Deze gevoelens kunnen leiden tot diverse emotionele problemen, en bij sommige kinderen zelfs tot zelfdestructief gedrag, zoals zelfbeschadiging of verslavingen, als een manier om pijn te verzachten of zichzelf te straffen voor wat ze zien als hun eigen tekortschieten. Ook kan het ontwikkelen van please-gedrag ook een strategie zijn om vanuit verlangen het "liefste" kind te worden.

We hebben een overzichtje samengesteld van wat we vaak zien:

Verbale en Non-verbale Communicatie

Vaak gebruikte uitspraken zoals "kijk naar je broer of zus" of "Je broer of zus doet wel boodschappen, ruimt zijn/haar kamer op, vergeet nooit zijn/haar gymspullen, etc..." kunnen gevoelens van afwijzing opwekken. Ook non-verbale communicatie, zoals de glimlach van een ouder naar het ene kind, geduldig luisteren naar hun verhalen, en vervolgens zuchten of fronsen bij het andere kind, kunnen leed veroorzaken.

Sociale Media

Het delen van vaker foto's van één kind (met of zonder ouder) op sociale media, het plaatsen van profielfoto's met slechts één kind (ook op Whats App) of het benadrukken van de prestaties van een kind op social media kan allerlei gevoelens opwekken bij het andere kind/de andere kinderen. Kinderen kunnen het gevoel hebben dat ze er niet toe doen. Zelfs dat papa of mama niet van hen houdt. Kinderen kunnen zich snel afgewezen voelen door een ouder en dit kan leiden tot diepe emotionele littekens die hun vermogen om gezonde relaties op te bouwen in de toekomst ernstig kunnen beïnvloeden.

Ook het plaatsen van foto's of teksten rond een kind dat het niet goed doet op school, problemen heeft of de echt "no go zone": foto's van overprikkelde kinderen, geven een voor het kind een niet gewenst signaal af. En denk nu niet dat kinderen de sociale media uitingen niet zien. Ze zijn op dat gebied een stuk slimmer dan vele ouders denken.

Financiële of Materiële Voortrekkerij

Het geven van financiële voordelen of cadeaus aan één kind kan de indruk wekken dat de ouder dat ene kind meer waardeert dan de anderen. Ik herinner me nog levendig hoe verdrietig en boos ik was als 8-jarige toen mijn beide buurmeisjes bruine babypoppen kregen met Sinterklaas, terwijl ik een witte pop ontving. Ik weet zeker dat mijn ouders de pop met de beste bedoelingen hadden uitgezocht, maar kinderen hechten niet veel waarde aan intenties; ze voelen vooral.

Tijdsbesteding

Het besteden van onevenredig veel tijd aan één kind kan leiden tot gevoelens van eenzaamheid en een gebrek aan ouderlijke genegenheid bij de andere kinderen. Dit kan door dat een ouder een kind bewust of onbewust leuker of liever vindt maar evengoed ook omdat een kind extra zorg en aandacht nodig heeft. De plek aan tafel en de aandacht die het kind daarmee krijgt van ouders kan ook symbolisch staan voor de positie van het kind binnen het gezin.

Conflicten

Bij ruzies neigen ouders vaak subtiel partij te kiezen voor één kind zonder duidelijke reden. Dit kan leiden tot gevoelens van onrechtvaardigheid bij het andere kind.

Hulpverlening

Kinderen die professionele hulpverlening ontvangen, kunnen het gevoel krijgen dat ze niet goed genoeg zijn en nooit hun broer of zus zullen evenaren. Hulpverleners dragen vaak, ondanks noodzaak en hun goede bedoelingen, het signaal uit dat een kind niet voldoet aan de norm en daarom extra ondersteuning nodig heeft.

Erkenning

Het is onze overtuiging dat ouders het subtiel voortrekken meestal niet bewust doen, hoewel we ook weten dat ouders vaak een bewuste of onbewuste voorkeur hebben voor een van hun kinderen.

Kun je als ouder dit erkennen? Als dat zo is, dan is dat al een belangrijke eerste stap naar meer gelijkwaardigheid in het gezin. Wanneer je als ouder bovendien voldoende veiligheid kunt bieden voor open communicatie over de gevoelens en zorgen van je kinderen, dan zet je een waardevolle stap in de richting van het creëren van een gezonde, liefdevolle omgeving waarin alle kinderen kunnen gedijen.