

SAAMGESTELDE GESINNE

Dr. Ryna Grobbelaar



SESSIE 1

Saamgestelde gesinne

SESIE 1



Die kerngesin, saamgestel uit twee ouers met hulle eie biologiese kinders, is lankal nie meer die mees algemene gesinstruktuur nie. Gesinne, saamgestel uit lede wat ook deel is/was van ander gesinstrukture, raak al hoe meer algemeen, ook hier in ons gemeenskap. Daarom het ons dit goed gedink om 'n reeks van 3 "gesprekke" op hierdie forum aan te bied, met die doel om inligting met julle te deel, in die hoop dat dit julle kan help met van die uitdagings waarmee 'n saamgestelde gesin gekonfronteer kan word.

In die reeks "gesprekke" gaan ons die metafoor van 'n kookproses gebruik om die proses van integrasie van 'n saamgestelde gesin te illustreer. In die eerste gesprek sal ons idees oor die voorbereiding vir die kookproses deel.

Die tweede sessie handel oor die geurmiddels wat in die kookproses gebruik word.

Die derde sessie sal handel oor hoe om die hitte, of dan die tempo van die kookproses, aan te pas by die gesin se unieke omstandighede. Die gesprekke sal afsluit met hulpmiddels soos 'n video en vraelyste, asook 'n kort video, wat die ouers kan help om die proses saam met hulle kinders te bestuur.

(Hoewel daar op verskeie maniere na saamgestelde gesinne verwys word, soos kitsgesinne, stiefgesinne, hersaamgestelde gesinne, gemengde of bloot saamgestelde gesinne, kies ons vir die doeleindes van hierdie aanbieding die term saamgestelde gesinne.)



Saamgestelde gesinne

SESSIE 1



1 INLEIDING

Omdat saamgestelde gesinne gekonfronteer word met eiesoortige probleme, waarvoor mense dikwels nie gereed is wanneer die gesin tot stand kom nie, wil ons poog om deur hierdie reeks gesprekke mense toe te rus vir hierdie uitdagings. Die doel van die gesprekke is NIE om jou die skrik op die lyf te jaag, of jou te laat voel jy het nou al soveel foute gemaak, jou kinders en stiefkinders is gedoem vir altyd nie. Die doel is om jou bewus te maak van die eiesoortige uitdagings van saamgestelde gesinne, en jou gedagtes te stimuleer om saam met jou gesin kreatiewe oplossings te vind vir julle unieke gesin se unieke uitdagings.

Dit poog nie om 'n volledige handleiding te wees nie, maar om 'n paar riglyne uit te lig. Aan die einde word ook 'n paar bronne genoem wat julle kan raadpleeg.

Alhoewel saamgestelde gesinne met ander soort uitdagings gekonfronteer word, het hulle nie noodwendig meer probleme as ander gesinne nie.

Baie probleme wat in saamgestelde gesinne voorkom, kom ook in "gewone" gesinne voor, soos bv.

- Misverstande tussen ouers en kinders
- Wedywering tussen broers en susters
- Ongehoorsaamheid

Van die unieke uitdagings waarmee saamgestelde gesinne gekonfronteer word, is onder andere:

- Saamgestelde gesinne ontwikkel gewoonlik na 'n verlies soos egskeiding of dood.
- Gevoelens van verlies en herinneringe uit die verlede word oorgedra in die nuwe gesin.
- Die gesin word saamgestel uit individue wat uit gesinne kom wat baie uiteenlopend kan wees.
- Daar is ander ouers buite die saamgestelde gesin wat ook 'n sê binne die saamgestelde gesin het.
- Stiefouers en -kinders wat nie deur 'n bloedband of die wet aan mekaar verbind is nie.



Ek gaan die metafoor van 'n kookproses – 'n potjie wat oor stadige kole prut – gebruik om die verskillende fasette en kwessies wat ter sprake kom in die integrasie van 'n saamgestelde gesin te illustreer.

2 VOORBEREIDING VOOR DIE KOOKPROSES

Dit kan goed wees om jou resep, bestanddele en die gereedskap wat jy gaan gebruik in die kookproses te leer ken voordat jy die kokery aanpak. Sodoende sal jy leer watter aanpassings jy moet maak, en watter slaggate om te vermy.

2.1 Die aansteker

Natuurlik is die aansteker die belangrikste stuk toerusting in die hele proses, want daarsonder kan die kookproses nie eens aan die gang kom nie. Dit is natuurlik voor die hand liggend dat hierdie die metafoor is vir jou geloof in God.

Soos vir Sy volk in die woestyn, wil God graag Sy kinders se seerkry van die verlede gesond maak, en toekomstige seerkry voorkom. Soos Ron Deal dit stel:

"He will provide strength to keep your commitments, and he will provide wisdom to overcome the obstacles that lie ahead. He wants you to be successful. But you can't rely on yourself. Depend on him and he will clear a path."

Of soos Julian Müller dit stel:

"Ons het nooit gearriveer nie, maar ons is ook nooit vasgevang in ons gebrokenheid nie. God omring ons van voor en van agter en dit gee ons hoop, maar ook die motivering om vandag anders op te tree."

2.2 Die bestanddele waarmee jy gaan werk (Unieke eienskappe van saamgestelde gesinne)

Saamgestelde gesinne bestaan uit individue – volwassenes en kinders – met uiteenlopende geskiedenis van die gesinslewe, en ook uiteenlopende

Saamgestelde gesinne

SESSIE 1



geskiedenis van die gesinslewe, en ook uiteenlopende verwagtinge van ander lede van die gesin. Verandering impliseer verlies en aanpassing. Die rolle en verantwoordelikhede wat elke kind in die huis van oorsprong gehad het, verander met die samestelling van die nuwe gesin. Die een wat die jongste in die vorige gesin was, het nou skielik twee kleiner boeties wat haar van hierdie "troon" ontnem. Die nuwe gesin het nog min gedeelde herinneringe. Daar is 'n magdom stories wat hulle vir mekaar moet vertel om 'n gedeelde raamwerk te kan opbou.

'n Gevoel van lojaliteit en intimiteit is nie dadelik 'n gegewe nie, dit moet oor tyd opgebou word.

Die gesin is saamgestel uit "outsiders" en "insiders". (Wanneer die ma bv die biologiese ouer van 1 kind is, en twee ander die "stiefkinders", sal die stiefkinders soos outsiders voel wanneer hulle pa nie ook teenwoordig is nie. Maar wanneer hulle pa alleen teenwoordig is, sal die kind wie se ma

die biologiese ouer is, weer die outsider wees, en hulle die insiders.)

2.3 Bron van energie

Die volgende saak om te oorweeg is die energie wat jy gaan gebruik om hitte te verskaf vir die kookproses. In hierdie geval, besluit ons op 'n potjie wat stadig oor die kole prut.

Die kole wat jy gaan nodig hê, kan onder andere die volgende insluit:

- **Christelike integriteit (etiek)**

'n Christelike spirituele integriteit (om die regte ding te doen, ongeag hoe jy daarvoor voel) bied 'n model vir hoe ons as gesinslede met mekaar moet omgaan.



Daar is vele tekste in die Bybel wat ons as riglyne kan gebruik:

-Jy sal dit makliker vind om met jou eks te kommunikeer as jy nie boekhou van die kwaad nie (Kol 3: 5 - 10).

Saamgestelde gesinne

SESSIE 1



- Om meelewend, goedgesind, nederig, sagmoedig en verdraagsaam te wees, kan jou help om jou maat beter te verstaan en ondersteun (Kol 3: 12 - 14).

- 'n Liefdevolle benadering teenoor jou stiefkinders as hulle duidelik nie lus het vir jou geselskap nie, kan baie moeilik wees, maar help om uiteindelik hulle vertroue te wen (1 Kor 13: 4 - 8).

- Om te soek na en te fokus op dit wat prysenswaardig is, in plaas van om op die negatiewe te fokus, help om energie te genereer om probleme op te los en hoop te skep vir die toekoms (Filippense 4: 8-9).

- As jou kinders nie "vuil taal" (onwholesome talk) oor die ander huishouding hoor nie, is dit 'n geskenk. So ook is opbouende verwysings na jou kind se stiefouer 'n geskenk wat jy ook graag sou wou ontvang van jou stiefkind se biologiese ouer (Efesiers 4:29).

• **Luister**

As die lede van die saamgestelde gesin nie kan leer om na mekaar te

luister nie, gaan hulle nie weet hoe om mekaar lief te hê en te respekteer nie. Om te luister is 'n proses waar jy jou eie agenda lank genoeg opsyskuif om op iemand anders "in te tune". Dit gee jou kans om 'n ander perspektief te sien en insig te ontwikkel in die ander persoon se gevoelens, begeertes, en doelwitte. En hoewel opinies kan verskil, het elkeen in die gesin die behoefte om gehoor te word. Onthou gerus Jakobus 1:19 - wees gewillig om te luister, nie te gou praat nie en nie te gou om kwaad te word nie.

• **Begrip**

Om te kan luister is die vaardigheid wat begrip moontlik maak. Dit kan moeilik wees om 'n saak uit 'n ander persoon se perspektief te sien. Om in 'n ander se skoene te staan om die wêreld uit sy oogpunt waar te neem, is 'n goeie begin. Omdat elke lid van jou saamgestelde gesin 'n ander reis gehad het tot hier, is hierdie 'n belangrike proses wat jy nie moet onderskat nie. Elkeen met sy eie geskiedenis, bring ook sy eie

Saamgestelde gesinne

SESSIE 1



verwagtinge, seerkry en drome vir die toekoms.

- **Volharding**

Wanneer die ontnugtering van die uitdagings waarvoor jou saamgestelde gesin te staan kom intree, is dit volharding wat jou – julle – gaan deurtrek. Dit beteken om gedetermineerd te wees “sticking with your marriage and family when the going gets tough”. Al kom hierdie “vasbyt” teen ‘n prys, sal dit die weg baan vir hoop om ‘n realiteit te word.

- **Commitment**

Determinasie, gekombineerd met volharding, lei tot ‘n sterk commitment om jou saamgestelde gesin te laat werk. Die belangrikste hier is jou commitment tot die troubeloftes wat jy afgelê het. Elke dag van jou lewe kies jy opnuut om hierdie commitment na te kom. Doen jy dit nie, gaan jou gesin nie oorleef nie.

- **Geduld**

Die integrasie van ‘n saamgestelde

gesin gebeur selde so vinnig as die verwagting wat mens aanvanklik het. Die meeste mense verkies ‘n vinnige, pynlose integrasie proses. Navorsing toon egter dat dit enigiets tussen 3 en 7 jaar kan neem om die gesin so te integreer dat die lede van die gesin intimiteit in hulle verhoudinge ervaar. Die komplekse dinamika van saamgestelde gesinne is grootliks hiervoor verantwoordelik.

–Afbrekeende verhoudinge van voor die egskending leef dikwels voort in die nuwe saamgestelde gesin.

–Uitgebreide familieverhoudinge raak ingewikkeld. Waar kerngesinne praat van ‘n “family tree”, kan saamgestelde gesinne maklik praat van ‘n “family forest”! Dit neem tyd en geduld om al hierdie verhoudinge te bou en in stand te hou. Al is jou intensies goed, maar jy het nie geduld om tyd toe te laat om aan verhoudinge te bou nie, gaan jy teleurgesteld wees.

- **Buigbaarheid**

Die spreekwoordelike vierkantige pen in ‘n ronde gat is hier van toepassing. Hoe gouer jy leer en aanvaar dat die

Saamgestelde gesinne

SESSIE 1



aard van jou vierkantige saamgestelde gesin nie dieselfde is as die van 'n ronde kerngesin nie, hoe beter vir jou en die hele gesin. Neem net die voorbeeld van die ma in die saamgestelde gesin. Haar rol van stiefma ten opsigte van die stiefkinders gaan waarskynlik verskil van die rol van ma vir haar biologiese kinders. As sy nie leer om buigbaar en soepel te wees nie, en rigied volhard om dieselfde "ma-rol" te speel teenoor die stiefkinders (wat hulle eie biologiese ma het) as vir haar biologiese kinders, kan dit gebeur dat hulle net verder en verder van mekaar gaan wegdryf.

- **Humor**

Te midde van enige chaotiese oomblik, is humor beslis die beste medisyne vir die saamgestelde gesin. Humor gee 'n perspektief wat jou help om 'n tree terug te staan van die krisis en dit in 'n heel nuwe lig te kan sien. Om te leer om vir jouself te lag, beteken nie jy ontken die probleem of

jou verantwoordelikhede nie. Dit beteken net dat jy jouself of die lewe nie so ernstig opneem nie, sodat jy 'n ander perspektief op jou omstandighede kan ontwikkel.

2.4 Die toerusting

Jy ken nou jou bestanddele, en het besluit oor jou aansteker en bron van hitte / energie vir jou kookproses. Nou moet jy besin oor die toerusting wat jy gaan gebruik om jou bestanddele voor te berei en die proses wat jy gaan volg om die beste resultate te verseker vir die gereg wat jy beplan – in hierdie geval – 'n geïntegreerde saamgestelde gesin.

Hier volg 'n paar oorwegings om in aanmerking te neem:

- **Die versapper:**

Die aksie van 'n versapper lei daartoe dat elke persoon so totaal deel van die geheel word, dat daar geen ruimte vir uniekheid en diversiteit van die verskillende persoonlikhede is nie. Dit is nie wat jy graag vir jou saamgestelde gesin wil hê nie.

Saamgestelde gesinne

SESSIE 1



- **Die voedselprosesseerder:**

Wanneer 'n voedselprosesseerder gebruik word om die gesin te meng, sal hulle geneig wees "to chop up one another's history and attempt to instantly combine all ingredients with rapid speed". Die verlede word geïgnoreer en die gesin verwag onmiddellike liefde en aanvaarding. 'n Voorbeeld hier is wanneer die stiefouer onmiddellik verwag om deur die stiefkinders as ma of pa aangespreek te word.

Tradisies en gebruike van die gesin van herkoms word nie toegelaat nie, omdat dit sommige lede van die nuwe gesin kan uitskakel. Wat egter gebeur, is dat deur die mooi tradisies en gebruike uit die vorige gesin "op te kap", die persoon vir wie dit kosbaar is ook as't ware opgekap word – net nog 'n verlies.

- **Die mikrogolfoond:**

Wanneer gesinne hierdie metode gebruik, poog hulle om die bestanddele so vinnig moontlik te 'verhit' ten einde volkome eenheid te

verkry. Hulle wil nie as saamgestelde gesin geïdentifiseer word nie, en wil nie erkenning gee aan die feit dat die saamgestelde gesin anders is as die kerngesin nie. Om die realiteit te ontken, word die gesin ontnem van geleentheid om hulle unieke uitdagings aan te pak, en kreatiewe oplossings daarvoor te vind. Hulle vermoë om nuwe en meer effektiewe en kreatiewe wyses van interaksie te ontdek, word beperk.

- **Die drukkoker:**

Volgens hierdie metode word al die bestanddele (byvoorbeeld waardes, rituele en voorkeure) onder druk geplaas om volkome saam te smelt. Die spanningsvlakke binne so 'n gesin is egter gewoonlik voortdurend hoog en kan dit dikwels gebeur dat die deksel van die drukkoker afskiet.

- **Die prutpot (potjie):**

Volgens Ron Deal is hierdie die ideale stuk toerusting om die saamgestelde gesin te integreer.

Saamgestelde gesinne

SESSIE 1



Die gesin sal verstaan dat tyd en lae hitte 'n effektiewe kombinasie is. Bestanddele word saam in dieselfde pot geplaas, maar elkeen behou sy eie unieke karakter en persoonlikheid met alles wat daarmee saamgaan. Die bestanddele word op 'n langsame en gefokusde wyse deur matige hitte in kontak met mekaar gebring.

Namate die verskillende geure en sappe gaandeweg begin saamvloei, word daar ook geskaaf aan die skerp kante en word positiewe en voordelige kwaliteite van elke bestanddeel uiteindelik deel van die gesamentlike aangename geur. Sleutels vir sukses met die kookproses d.m.v. prutpot:

- Tyd en matige hitte.
- Baie geduld.
- Liefde, sorg en eenheid word nie afgeforseer nie.
- Saamgestelde gesin kry tyd om aan te pas by nuwe omstandighede, nuwe ouerskapstyle, nuwe reëls en verantwoordelikhede.

-Hulle het genoeg tyd om mekaar te leer ken, om vertroue te ontwikkel, en om verbintenis en 'n gesamentlike geskiedenis te begin ervaar.

-Hulle laat genoeg tyd toe om die gevoel te kry dat hulle deel is van die identiteit van 'n nuwe gesin.

-Geen van die faktore word afgejaag nie.

-'n Stadige en gemaklike ingesteldheid verminder die druk om te bewys dat almal in die gesin goed oor die weg kom. Hulle aanvaar dat dit waarskynlik 'n paar jaar sal neem om uiteindelik ten volle te integreer.

-Die geheim is om die klein treetjies te geniet wat die gesin besig is om te maak oppad na integrasie.

Die wat dit regkry om te ontspan en leer om die gesin te geniet waar hulle op daardie moment is, vestig 'n rustiger en meer ontspanne atmosfeer in die huis.

SAAMGESTELDE GESINNE

Dr. Ryna Grobbelaar



SESSIE 2



3 GEURMIDDELS OM DIE RESEP TE LAAT WERK



Soos enige potjiekosmaker van formaat weet, is daar sekere "geheime" geurmiddels wat sukses waarborg. Hier volg 'n paar om in gedagte te hou:

3.1 ***Maak seker jou verwagtinge van jou nuwe, saamgestelde gesin is realities.***

Dikwels begin 'n saamgestelde gesin met te hoë verwagtinge. Na 'n tyd van alleenwees en swaarkry, is die verwagting dat hierdie nuwe gesin 'n hawe van veiligheid gaan wees. In baie gevalle is die ontnugtering groot en vinnig, in ander gevalle kom dit eers later. (En in sommige gevalle nooit.)

Kom weg van die mite van die volmaakte gesin. 'n Gesinservaring is altyd 'n mengsel van pyn en troos. Daar is dikwels misverstand, wantroue en tweespalt. Maar die gesinslede werk ook daadwerklik aan hulle uitdagings.

Die hoopvolle gesin is voltyds besig met "telling a past" en "dreaming a future" (Brueggemann).

Herinner jouself daaraan dat konflik nie net negatief is nie – dit kan ook gesond wees. God het Jakob se probleemgesin gebruik om Sy doel met Sy volk te bereik – net so kan ons onvolmaakte gesinne ook deel vorm van 'n groter plan. Daar is nie gearriveerde gesinne nie – net wordende, onvoltooide, op-pad-gesinne.

3.2 ***Maak jou huwelik jou top prioriteit***

Die basis van enige gesin is die huweliksverhouding tussen die ouers. Harmonie tussen die ouer en stiefouer vorm die kern van suksesvolle ouerskap binne saamgestelde gesinne. Dit vorm die basis vir stabiliteit in die gesin. Ouerskap in saamgestelde gesinne impliseer 'n gesamentlike poging deur beide huweliksmaats.

In saamgestelde gesinne is die versorging en instandhouding van die huweliksverhouding dikwels 'n selfs

Samgestelde gesinne

SESSIE 2



groter uitdaging. Die realiteit is dat die egskedingsyfer vir tweede huwelike hoër is as by eerste huwelike. En met elke huwelik styg die kans dat die huwelik in 'n egskeding gaan eindig met 10%.

Daar is hoofsaaklik 2 uitdagings vir die huwelik in 'n saamgestelde gesin:

i) Ouer-kind bondgenootskappe
In 'n kerngesin het die twee ouers 'n bondgenootskap opgebou voordat die kinders gebore is. In 'n saamgestelde gesin het die twee ouers reeds bondgenootskappe - bloedbande - met hulle biologiese kinders gevorm. Die huweliksverhouding is dan dikwels die swakste bondgenootskap in die gesin. Dit is dus van kardinale belang dat die ouers in 'n saamgestelde gesin daadwerklik daaraan werk om hulle verhouding 'n top prioriteit te maak. Spesifieke uitdagings:
-Hoewel dit belangrik is dat die biologiese ouer tyd saam met die biologiese kinders deurbring, moet tyd met mekaar nooit afgeskeep word nie. Dit bly 'n voortdurende balanseertoertjie. EN moet nie

vergeet dat daar ook tyd en moeite ingaan om verhoudinge met die stiefkinders te bou nie!

-Veral ma's is geneig om bang te wees dat haar kinders sal dink sy is liewer vir haar man as vir hulle. Kinders kan natuurlik ook hierdie vrees gebruik om die ouer te manipuleer. Dit kan ook gebeur dat die stiefouer die biologiese ouer wil forseer om te kies tussen hom en die biologiese kind. Die geheim hier is om as egpaar reeds voor die huwelik 'n eensgesinde posisie in te neem, en as 'n span leiding te neem binne die gesin.

ii) Die spook van 'n vorige huwelik



Om na 'n huwelik te kyk deur die lens van 'n vorige huwelik kan lei tot negatiewe veronderstellings en verwagtinge - dikwels ongegrond. Die geheim hier is om seker te maak dat jy genoeg tyd toelaat om heling te ervaar voordat jy in 'n volgende verhouding betrokke raak.

Saamgestelde gesinne

SESSIE 2



3.3 Ouerskapsvaardighede

Lank gelede het ouers baie kinders gehad. Vandag kan ons sê kinders het baie ouers. Binne saamgestelde gesinne is daar as't ware 'n hele span volwassenes wat betrokke is by die opvoeding van die kinders. Ons gaan hier fokus op die twee sleutel verhoudings ten opsigte van ouerskap: Mede-ouerskap tussen die biologiese ouers en dan die stiefouer / stiefkind verhouding.

i) Mede-ouerskap met die vorige lewensmaat / ander biologiese ouer
Hoewel daar altyd twispunte sal wees tussen geskeide ouers en hulle kinders, is daar tog basiese riglyne om jou kinders te help om die struikelblokke te oorkom.

Om te vermy:

Kinders word betrek by geskille oor besoekregte en toesig.

Kinders word gevra om tussen die ouers te kies.

Om te probeer:

Ouers werk saam om 'n ooreenkoms te bereik ten opsigte van toesig en besoekregte.

Om te vermy:

Een ouer maak op subtile maniere aanspraak op die kind se bondgenootskap ten koste van die ander ouer.

Ouers gebruik die kinders om boodskappe oor te dra.

Ouers raak te besig of te betrokke by ander dinge om aandag aan die kinders te gee.

Ouers gebruik die kinders en geld as troefkaarte om te kry wat hulle wil hê.

Ouers isoleer hulleself én hulle kinders.

Ouers verwag van die kinders om die plek van die afwesige ouer in te neem.

Om te probeer:

Ouers help die kinders om konflik ten opsigte van loyaliteit te vermy deur 'n verhouding met die ander ouer aan te moedig.

Laat jou kind toe om al die regte, voorregte, verhouding en verantwoordelikhede van al twee die huishoudings te geniet.

Moenie lewensomstandighede tussen die twee huishoudings vergelyk nie.

Moenie inbreuk maak op die tyd wat jou kind by die ander huishouding deurbring deur die hele tyd te sms of te bel nie.

Saangestelde gesinne

SESSIE 2



Om te vermy:

Ouers ontken gevoelens en skep nie die geleentheid vir gesprekke met die kinders nie.

Ouers klou vas aan gevoelens van woede en verbittering. Ouers praat afbrekend van die ander ouer voor die kinders.

Die afwesige ouer verloor kontak met die kinders.

Om te probeer:

Moenie die ander ouer blameer vir finansiële of emosionele druk nie.

Moenie die kind skuldig laat voel omdat dit vir hom lekker is by die ander huis nie.

Luister na hulle vertelling van wat by die ander huishouding gebeur sonder om waarde-oordele te fel – behalwe as jy rede het om bekommerd te wees oor bv. geweld.

Ouers hou kommunikasie kanale tussen hulle oop.

Ouers bring gehalte tyd saam met elke kind deur.

Ouers bespreek nie geldkwessies met die kinders nie.

Ouers vra ondersteuning en ander hulp-bronne op verskeie plekke, soos by die kerk, die skool en die familie.

Moenie van jou kind die versorger van jou verwondheid maak nie – soek hulp by 'n berader of sielkundige.

Die kinders bly kinders, selfs al moet hulle meer verantwoordelikhede aanvaar.

Ouers laat die kinders toe om te rou oor hulle verlies.

Ouers herstel en vestig 'n gesonde en nuwe leefwyse. Ouers het respek vir mekaar.

Die afwesige ouer behou kontak met die kinders.

Saangestelde gesinne

SESSIE 2



Onthou gerus dat bloed baie dikker as water is. Tensy daar sistemiese en doelbewuste vervreemding tussen jou en jou kind plaasvind, sal dit nooit gebeur dat jou kind bande met jou sal breek nie. Die bande wat hy bind met sy stiefgesin is nie 'n bedreiging vir jou verhouding met jou kind nie.

ii) Die stiefouer / stiefkind verhouding

Tydens die jare van integrasie beleef stiefouers dikwels verwerping en min erkenning deur die stiefkinders. Jy as stiefouer het dieselfde verantwoordelikheid ten opsigte van die versorging van die stiefkind, maar relatief minder outoriteit om die kind se gedrag te bestuur as wat die biologiese ouer het. Van stiefouers word verwag om dieselfde opofferinge te maak as biologiese ouers, met dikwels min resultate. Vir stiefma's is dit dikwels erger as vir 'n stiefpa, omdat kinders neig om sterker emosionele bande te hê met hulle biologiese moeders. Die lojaliteit van die stiefkinders teenoor hulle biologiese ma blokkeer dikwels die proses om 'n verhouding met die

stiefma te bou.

Al die harde werk van stiefouer-wees kan egter wel resultate oplewer deur tyd, groot geduld en baie gebed.

Stiefouers kan nie suksesvol wees sonder die biologiese ouer se volle ondersteuning nie.

'n Paar riglyne vir die biologiese ouer om te help bou aan die stiefouer / stiefkind verhouding:

-Wees self 'n gebalanseerde ouer deur konsekwent en stabiel te funksioneer in die rol as primêre ouer, veral rondom situasies waar emosionele ondersteuning, straf en liefde nodig gaan wees. Totdat die gesin geïntegreer is, moet jy baie duidelik die outoriteit wees – vanuit die kinders se perspektief is jy die veiligste en meer duidelik gedefinieerde ouerfiguur.

-Verklaar jou huweliksmaat as jou lewenslange bondgenoot deur jou huwelik as 'n topprioriteit te verklaar.

Saangestelde gesinne

SESSIE 2



Anders kan die kinders julle teen mekaar afspeel.

-Hoewel van die kinders verwag kan word om die stiefouer met respek te behandel en te gehoorsaam, bly die biologiese ouer die een wat primêr vir dissipline verantwoordelik is.

-Gee outoriteit en bevoegdheid aan die stiefouer. Vir die stiefouer is dit 'n groot uitdaging om 'n verhouding met die stiefkind te vestig sodat genoeg gesag en outoriteit opgebou is om reëls te kan neerlê, en dan gevolge toe te pas indien die reëls nie nagekom word nie. Tot dan, moet die stiefouer gebruik maak van "borrowed power" van die biologiese ouer.

-Bou vertroue in die stiefouer, en fokus op die bydrae wat die stiefouer wel kan lewer.

Riglyne vir die stiefouer:

Spreuke 1:1-4 maak 'n onderskeid tussen persone wat met wysheid optree en diegene by wie die wysheid nog ontbreek.

Die wyse persoon beskik oor goeie lewensvaardighede – ook ten opsigte van ouerskap. Die volgende riglyne is bedoel om jou as stiefouer te help om hierdie rol met wysheid en goeie oordeelsvermoë aan te pak.

Om te vermy:

- Forseer jou pad oop na die binnekring.
- Plaas druk op die biologiese ouer om hiermee te help.
- Probeer te hard.
- Verwag te veel van jouself en jou rol as stiefouer.
- Begin onmiddellik met 'n gesagvolle ouerskapstyl. (Hoewel dit die mees effektiewe ouerskapstyl is, gaan dit nie werk voordat daar nie 'n verhouding met die stiefkind opgebou is nie.)
- Dissiplineer voordat daar verhoudinge gebou is. (Ouerlike outoriteit groei met tyd en neem toe deur die proses van binding en die vestiging van 'n vertrouensverhouding.

Saangestelde gesinne

SESSIE 2



Om aanspraak te maak op outoriteit wat jy nog nie het nie, gaan die stiefkinders frustrer.)

- Ver wag te gou dat die stiefkind jou as ma/pa aanspreek.
- Is onnodig negatief en beleef "normale" oppe en affe in die gesin as 'n teken dat die gesin nie goed funksioneer nie.

Om te probeer:

- Aanvaar die verhouding soos wat dit aan die ontwikkel is.
- Laat die kinders toe om die pas aan te gee.
- Besef dat die bou van 'n sinvolle verhouding tyd en geduld benodig.
- Fokus op die hier en die nou.
- Benut die beste in elke situasie.
- Wees geduldig.
- Groei saam met jou stiefkinders en moenie druk op hulle plaas nie.
- Ontspan in jou rol as stiefouer en moenie te veel van jouself verwag nie.

- Groei in jou rol as gesagvolle ouer in.
- Aanvaar dat die prutpot nog besig is om die gesin te integreer.
- Intimiteit en outoriteit om dissipline toe te pas is kwaliteite wat met tyd ontwikkel. Moet dit nie forseer of oorhaastig toepas nie.
- Werk aanvanklik saam met die biologiese ouer (Borrowed power).
- Neem gaandeweg meer verantwoordelikheid vir direkte gesag en dissipline.
- Hou ook die ouderdom en geslag van die stiefkind in gedagte.
- Beweeg gaandeweg al meer in die dissiplinêre rol in.
- Vertroue en respek groei uit 'n verhoudingsgeskiedenis en word verdien. Daar is geen kitsmetode om dit vinnig te vestig nie.
- Invloed vermeerder gaandeweg deur middel van verhouding en akkumuleer oor tyd heen.
- Verstaan dat slegs ongeveer een derde van stiefkinders ooit by die punt kom om die stiefouer as ma/pa aan te spreek.

Saamgestelde gesinne

SESSIE 2



- Skuif dus jou verwagtinge eenkant toe sodat dit nie aanleiding gee tot onnodige emosionele pyn nie.
- Gevoelens van woede en wrewel kan verwag word in 'n saamgestelde gesin. Probeer om dit nie persoonlik op te neem nie, en hanteer dit met soveel geduld en deernis as moontlik.
- Aanvaar dat negatiewe gedrag van die kinders bloot verband hou met die normale wipwaentjie rit van enige gesin.

3.4 Seksualiteit

Hoewel hierdie in elk geval 'n belangrike faset van die opvoeding van kinders is, is dit 'n nog groter uitdaging in saamgestelde gesinne, omdat:

- Kinders wat nie by beide hulle biologiese ouers woon nie, het 'n groter risiko om aan seksuele geweld blootgestel te word. Dit beteken nie dat seksuele grense oorskry gaan word net omdat jy in 'n saamgestelde gesin woon nie, maar daar is 'n groter risiko en jy as ouer het die

verantwoordelikheid om jou kind te beskerm.

- Wanneer grense ten opsigte van seksualiteit tussen stiefkinders nie streng toegepas word nie, kan versoeking oorgaan tot geleentheid. In gesinne waar broers en susters met biologiese bande aan mekaar verbind is, is daar 'n natuurlike taboe ten opsigte van seksuele ondertone in verhoudings. Broers en susters kyk nie na mekaar met seksuele ondertone nie. Stiefbroers en -susters het nie hierdie natuurlike taboe nie, wat seksuele aantrekkingskrag meer waarskynlik maak.
- In enige gesin is die gee van drukkie 'n normale uitdrukking van nabyheid en toegeneentheid. Waar gesonde grense in 'n saamgestelde gesin ontbreek, kan dit bydra tot verwarring in veral die puberteitsjare van tieners.
- 'n Saamgestelde gesin is 'n seksueel gelaaide omgewing. Die kinders is deel van die bloeiende verhouding tussen die ouer en

Saamgestelde gesinne

SESSIE 2



stiefouer, van vriendskap tot romantiese verhouding. Hulle is getuies van die toenemende drukkes en soentjies soos die romanse vorder. En dan na die troue, is die eerste jare van 'n huwelik gewoonlik vol van drukkes en soentjies.

- Voor die huwelik, in die enkelouer gesin, het kinders dikwels onbeperkte toegang tot hulle biologiese ouer se slaapkamer. Na die huwelik verander die situasie, en die kinders is glad nie onbewus van die rede vir die toe slaapkamerdeur nie.

Ter opsomming: Kinders in saamgestelde gesinne, veral wanneer daar tieners is, word omring deur omstandighede en 'n dinamika wat aandag vestig op seksualiteit. Biologies verwante huisgenote het 'n natuurlike ingeboude taboe teen seksuele ondertone in verhoudinge, wat stiefgesinne nie het nie. Om op te maak vir die gebrek aan hierdie natuurlike veiligheidsnet in 'n saamgestelde gesin, is dit nodig om streng grense te stel (om bedoelde

sowel as onbedoelde seksuele aantrekkingskrag te ontmoedig). Dit kan gedoen word deur:

i) Gereelde gesprekke:

Moenie wegstroom van gesprekke oor seksualiteit nie. Praat oor die godgegewe gawe van seksualiteit binne die grense van 'n huwelik. Kinders moet weet dat jou en ander se seksualiteit 'n geskenk van God is wat waardeur en beskerm moet word. Hulle moet ook verstaan dat gesonde seksualiteit tussen twee getroude mense help bou aan 'n gesonde huweliksverhouding. Ontwikkende adolessente se seksualiteit vra soveel te meer vir gereelde gesprekke hieroor.

ii) Die stel van stewige grense en reëls wat privaatheid respekteer.

Julle kan die volgende voorbeelde van reëls wat privaatheid respekteer as 'n riglyn gebruik om julle eie grense en reëls te onderhandel:
 -Oorweeg 'n kleredragkode (dress code). Tienermeisies is dikwels onbewus van die uitwerking wat hulle

Saamgestelde gesinne

SESSIE 2



op 'n hormoongelaaide tienerseun het, as sy bv. in haar nagklere in die huis rondloop. Reël 'n gesinsvergadering, verduidelik waarom dit nodig is, en vra almal se insette en samewerking.

-Klop altyd voor jy by enige deur ingaan.

-Ontwikkel 'n respektvolle skedule vir die gebruik van die badkamer, toilet en stort.

-Stel duidelike riglyne hoe die gesin teenoor mekaar optree - "clear rules of conduct".

-Moenie tekens mislyk as iemand ongemaklik voel nie.

Hoewel die risiko's ten opsigte van seksualiteit hoër is in 'n saamgestelde gesin, is dit onnodig om angstig te raak daaroor. Die kans dat iets sal gebeur is steeds skraal. Dit is egter wys om op die uitkyk te wees en voorkomend op te tree.

SAAMGESTELDE GESINNE

Dr. Ryna Grobbelaar



SESSIE 3



4 REGULEER DIE HITTE VAN DIE KOLE OM DIE KOOKPROSES TE BESTUUR (BEPALENDE FAKTORE TEN OPSIGTE VAN DIE TEMPO WAARTEEN STIEFOUERS VERHOUDINGE MET STIEFKINDERS BOU)

Soos almal wat al 'n potjie gemaak het weet, is dit gedurig nodig om te "verstel" aan die kole onder die potjie om seker te maak die kos brand nie aan nie. Soms is meer kole nodig, ander kere minder.

4.1 *Minder kole*

Hier volg 'n paar faktore wat kan aandui dat jy jou kole moet verminder om in pas te bly met die behoefte van die bestanddele in jou potjie:

Ouderdom:

Hoe jonger die kind is, hoe gouer sal die verhouding ontwikkel. Adollesente het jare nodig om ouerlike status aan 'n stiefouer toe te ken.

Vorige gesinservaringe:

Ervarings binne 'n vorige gesin het 'n

n invloed op 'n kind se vermoë om te kan vertrou, eer en respek te betoon, of hulleself oop te stel vir nuwe verhoudings. Wees sensitief vir vorige emosionele verwonding en behoeftes wat daaruit mag voortspruit.

Verhouding met die ander biologiese ouer:

Lojaliteit teenoor die biologiese ouer kan tot skuldgevoelens en verwarring aanleiding gee as die kind 'n goeie verhouding met die stiefouer beleef. As die biologiese ouer die kind "toestemming" gee om wel 'n verhouding met die stiefouer te bou, sal dit baie help.

Die kind se persoonlikheid:

Die kind se temperament en persoonlikheid kan 'n betekenisvolle rol vervul ten opsigte van hulle bereidwilligheid om hulleself oop te stel vir 'n verhouding met die stiefouer, -broer of -suster. Gedeelde belangstellings in bv. sport of musiek kan help om 'n vinniger konneksie te bewerkstellig.

Saamgestelde gesinne

SESSIE 3



Ouerskapstyl:

Te gestruktureerde en onbuigsame stiefouers bemoeilik die vestiging van 'n binding met die stiefkind. Dis belangrik om jou gevegte versigtig te kies, en maak seker die biologiese ouer is aan jou kant.

Hoe veiliger die kind in die saamgestelde gesin voel, hoe makliker sal die aanvaarding van die stiefouer en die integrasie van die gesin wees. Spanning en stres binne die gesin sal uiteraard die proses benadeel.

4.2 Meer kole

In sommige situasies is dit weer nodig om jou vuur te stook met 'n paar ekstra kole. Hier volg 'n paar voorbeelde:

Begin dadelik met die opbou van eie tradisies en gedeelde herinneringe in jou saamgestelde gesin, soos bv. met die vier van verjaarsdae en besondere vakansiedae.

Begin aktief met iets nuuts en opwindend, soos bv. 'n nuwe huis. Beplan gesamentlik aan nuwe gesinsgewoontes en rituele, bv. om almal saam aandete te nuttig sonder

TV of sosiale media.

Gereelde huisvergaderings of saamkuiersessies waar die gesinslede geleentheid kry om hulle stories te vertel kan 'n baie sinvolle ritueel wees. (Huisgeloof kan hier 'n positiewe bydrae maak). Dit is belangrik om nie ou herinneringe te vernietig nie. Kinders het behoefte dat die ou bestaan ook lewendig gehou word. Doen dit deur foto's en/of ander kosbaarhede steeds 'n ereplek te gee. Die nuwe gesin moet deurlaatbare grense hê. Verhoudinge met die biologiese gesin en die nuutgevormde gesin moet aktief in stand gehou word.

Hou besittings soos speelgoed en boeke van die besoekende kinders in jou huis op 'n plek wat net aan hom/haar behoort. Niemand mag dit gebruik sonder toestemming van die eienaar nie.

Die voorwaarde vir 'n suksesvolle saamgestelde gesin lê in 'n goeie afsluiting van die vorige bedeling en die openheid om 'n nuwe verhouding en nuwe gesinsnetwerk met nuwe

Saangestelde gesinne

SESSIE 3



maats en gesinslede te onderhandel. 'n Nuwe gesin wat heeltemal anders lyk en funksioneer as enige een van die twee voriges.

4 SLOTGEDAGTE

As jy dalk nou voel dit is te laat, dat jy klaar te veel foute gemaak het, en jou kinders of stiefkinders reeds lewenslange skade berokken het, hoef jy nie alleen te voel nie. Min ouers voel ooit hulle is suksesvol met ouerskap. Jy moet egter in gedagte hou dat daar sekere dinge is waaroor jy geen beheer het nie. Jy het byvoorbeeld beheer oor jou ingesteldheid teenoor jou eks, maar nie oor sy ingesteldheid teenoor jou of die kinders nie. Dit is dan nodig om te laat gaan, maar nooit ophou om daarvoor te bid nie. Jou heel moeilikste taak, wat die grootste wysheid van jou verg, is om te weet watter dinge jy moet verander, en watter jy aan God moet oorlaat. Hier glo ek kan die bekende gebed om kalmte van groot waarde wees.

Gebed om kalmte:



God, skenk my die kalmte
om die dinge te aanvaar wat
ek nie kan verander nie,
die moed om die dinge te verander
wat ek kan,
en die wysheid om te weet wat die
verskil is.

Om een dag op 'n slag te leef,
een oomblik op 'n slag te geniet,
swaarkry te aanvaar as die weg na
vrede,
die sondige wêreld, soos Hy gedoen
het, te vat soos dit is
en nie soos ek dit sou wou gehad het
nie,
in die vertroue dat Hy alles ten goede
sal laat meewerk
as ek in oorgawe aan sy wil leef-
sodat ek redelik gelukkig sal wees in
hierdie lewe
en vir ewig die hoogste geluk by Hom
sal ervaar.

Saamgestelde gesinne

SESSIE 3

*Geniet jou potjie – jou "good enough"
geïntegreerde saamgestelde gesin*



En onthou om nie te hard op jouself te wees nie. Ons het reeds daaroor gepraat dat 'n volmaakte gesin nie bestaan nie.

Die Amerikaanse sielkundige Donald Winnicott het die konsep van "Good Enough Parents" bekend gestel met die boodskap:

"No child needs an ideal parent. They just need an OK, pretty decent, usually well intentioned, sometimes a bit grumpy, but basically reasonable father or mother".

En ook:

"It takes a good deal of bravery and skill to keep even a very ordinary life going. To persevere through the challenges of love, work and children is quietly heroic. We should perhaps more often step back in order to acknowledge in a non-starry-eyed but real way that our lives are good enough and that this is in itself already a very grand achievement."



GOOD ENOUGH
is
GOOD ENOUGH

Gaan kyk gerus die video van Donald Winnicot "Good Enough is Good Enough" op YouTube onder die "The School of Life" kanaal!

Bylaes:

Bylaag A

Kenmerke van gesonde mede-ouerskap

Hierdie vraelys sal jou help om te bepaal om die vlak van jou mede-ouerskap te evalueer.

Bylaag B

Die tien belangrikste dinge wat kinders aan hul geskeide ouers sal wil sê

Sielkundiges het uit hul werk met kinders hierdie lys saamgestel

Bylaag C

Reisjoernaal: 'n Instrument om begrip en meegevoel te kweek.

'n reisjoernaal is 'n instrument wat saamgestelde gesinne kan help om na mekaar te luister, en mekaar se stories te leer verstaan. As jy geïnteresseerd is in elke lid van die gesin se reis met sy/haar biologiese-, enkel- en stiefouer kan julle leer hoe dit is om in sy/haar skoene te staan.

Bylaag D

Vrae vir egpare met saamgestelde gesinne

Gebruik hierdie vrae om saam met jou man/vrou te besin oor die stand van julle saamgestelde gesin, en deel met mekaar julle suksesse, en identifiseer areas waar julle kan verbeter.

Bylae E

Vrae vir voornemende ouers van saamgestelde gesinne.

Hierdie vraelys kan ook deel wees van julle huweliksvoorbereiding. Dit kan julle help om te besin oor julle doelwitte, drome en ideale vir die nuwe gesin wat julle gaan "saamstel".

Bronne:

Botha, Erina. 1991. *Hoe hanteer ek my kitsgesin?* Lux Verbi.

Coetzer, W. 2017. *Saamgestelde gesinne*.

Deal, Ron L. 2014. *The smart stepfamily: 7 steps to a healthy family*. Bethany House Publishers.

Graham, Jack & Deb. 2006. *Doelgerigte ouerskap*. Christelike Uitgewersmaatskappy.

Hudson, T. 2002. *Gebed om kalmte. 'n Eenvoudige gebed om jou lewe te verryk*. Struik Christelike Boeke.

Ingram, C. 2007. *Suksesvolle ouerskap in 'n stukkende wêreld*. Christelike Uitgewersmaatskappy.

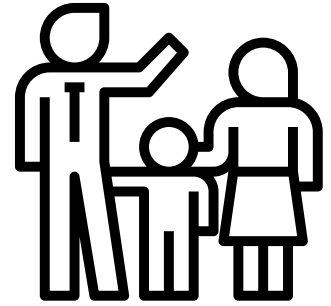
Müller, Julian. 2009. *Passie spasie. Lewe in die gesin*. Griffel Media.

Rich, Penny. 2012. *First steps through separation and divorce*. Lion Hudson.

Shaw, Nola. 2010. *Die pad van verlies, hartseer en rou*. Christelike Uitgewersmaatskappy.

Whiteman, Thomas.A. 2007. *Geskei - en die kinders?* Lux Verbi.

Bylaag A



KENMERKE VAN GESONDE MEDE-OUERSKAP (CO-PARENTING)

(Tammy Daughtry- CoParenting International)

Evalueer jou mede-ouerskap (dus die verhouding tussen die twee geskeide ouers) aan die hand van die lys stellings wat volg, op 'n skaal van 1-5 waar die waardes die volgende is:

- 1) Geensins hoegenaamd
- 2) Baie selde
- 3) Van tyd tot tyd
- 4) Dikwels
- 5) Altyd

- Ons gee aan ons kinders die vryheid om lief te kan wees vir beide ouers.
- Ek glo dat my kinders se algemene welsyn en emosies direk beïnvloed word deur die kwaliteit van die verhouding wat ek met hul ander ouer het.
- Die heen en weer beweeg van die kinders tussen die twee huise (van die geskeide ouers) verloop glad en positief.
- Ons bespreek en hanteer finansiële aangeleenthede op 'n rasonale wyse.
- Ons beplan baie pertinent die detail rondom Kersfees en ander belangrike vakansiedae, ten einde stres te beperk.
- Ons maak dit moontlik vir ons kinders om liefdesbande te handhaaf met die uitgebreide familie aan beide kante.
- Ons geniet dit om funksies van ons kinders by te woon en daar te wees ten einde hul geluk te bevorder.
- Ek is van mening dat hoe meer funksioneel my verhouding met my vorige huweliksmaat is, hoe minder is die kans dat ons kinders betrokke sal raak in hoë risiko gedrag.
- Ons hou in gedagte die onderskeie ontwikkelingstadia van ons kinders en laat hulle toe om hul kinderjare te geniet.
- As volwassenes neem ons verantwoordelikheid vir ons verpligtinge en plaas nie druk op ons kinders om ons take uit te voer nie.
- Ons moedig ons kinders aan en laat toe dat hulle spesifieke kledingstukke, speelgoed en elektroniese apparaat tussen die twee huise met hulle saamneem. Ons moedig ons kinders aan om foto's van die ander ouer (en familie) in hul slaapkamer te hê.
- Ons sê aan ons kinders dat dit in orde is om te mag praat oor hoe baie hulle die ander ouer mis.
- Ek bespreek spesifieke ouerlike strategië met my vorige huweliksmaat.
- Ons praat met groot lof oor die ander ouer teenoor my kinders, met die klem op ten minste drie spesifieke komplimente.

- Ons beplan ons tyd met die kinders sinvol en is tenvolte betrokke by en gefokus op hulle.
- Ek kommunikeer op 'n gereelde basis met my vorige huweliksmat tydens vooraf ooreengekome afsprake of telefoniese gesprekke.
- Ek raak nie ontsteld wanneer ons kind na 'n funksie of sport geleentheid die ander ouer se teenwoordigheid sou opsoek nie.
- Ons laat nie toe en gebruik ook nie die kinders as boodskappers of 'bemiddelaars' tussen ons nie.
- Ons inkorporeer ander vriende en aktiwiteite in ons lewens in ten einde ons eie geluk en selfsorg sodoende te bevorder.
- Wanneer ons beide teenwoordig is by dieselfde geleentheid dan gebruik ons nie die geleentheid om gesinsake te bespreek nie.
- In samewerking met die vorige huweliksmat asook die nuwe stiefouers is ons mikpunt om gesonde en goed aangepaste kinders groot te maak.
- Ek kan 'n positiewe verskil by my kinders opmerk as gevolg van die pogings deur mede-ouerskap.
- Ek verstaan waarom mede-ouerskap so krities belangrik is ten opsigte van die algemene welsyn van my kinders en kleinkinders.
- Dit maak ten volle sin vir my dat die vreugde en emosionele stabiliteit van my kinders / stiefkinders afhanklik is van die verhouding met die ander ouer(s) wat betrokke is.

Totale aantal punte:

Gebruik die volgende riglyne ten einde die vlak van jou mede-ouerskap te evalueer:

KINDERS WAT FLOREER: 96-125 PUNTE:

Insig en begrip word maksimaal gestimuleer. Dit lei tot gefokusde toepassing van gesonde kommunikasie en strategieë wat bevorderlik is vir mede-ouerskap. Die vlak van ouerlike funksionering is hoog terwyl die vlak van ouerlike konflik laag is. Op 'n deurgaande basis pas die kinders al beter aan en ervaar hulle ook lewensvreugde. Hulle gedrag en die wyses waarop hulle uitdagings aanpak hou tipies verband met ander kinders van dieselfde ouderdom, ras en sosio-ekonomiese agtergrond. Verder vorder hierdie kinders ook ten opsigte van hul ontwikkelingsfases op 'n fisiese en emosionele vlak. Die ouers verrig die harde werk van ouerskap sonder om hierdie kinders onder druk te plaas.

KINDERS WAT WORSTEL: 71-95 PUNTE

Begrip vir en praktiese toepassing van belangrike riglyne is gewoonlik minimaal. Die vlak van mede-ouerlike funksionering kan egter dramaties verhoog namate wedersydse kommunikasie ook meer gereeld plaasvind. Namate die kwaliteit van die kommunikasie verhoog sal daar gewoonlik ook 'n beduidende afname wees ten opsigte van die angsvlakke van die kinders. Binne hierdie kategorië is daar gewoonlik steeds hoë vlakke van '*parentification*' (kinders geforseer in ouerlike rolle) aanwesig asook waarneembare konflik binne die voortgaande mede-ouerlike pogings. Hierdie kinders doen gewoonlik emosionele skade op as gevolg van blootstelling aan en betrokkenheid by volwasse aangeleenthede waarvoor hulle nog nie volgens hul ontwikkelingsvlak gereed is nie. Hulle het dus 'n behoefte dat die volwassenes die '*parent stuff*' sal doen sodat hulle bloot kinders kan wees.

KINDERS WAT OORWELDIG IS DEUR STRES = 0-70 PUNTE

'n Gebrek aan kommunikasie, begrip en die toepassing van sinvolle beginsels lei tot hoë vlakke van sties in beide huishoudings met hoë vlakke van angst by die kinders. Heel dikwels lei situasies soos hierdie ook tot ongevraagde en ongesonde gedrag by die kinders. Hierdie uitreagerende of onttrekking response is nie bloot die soek van aandag nie maar is noodkrete om hulp deur vreesbevange en angstvolle harte van diegene wat nie weet hoe om dit wat hulle ervaar, te prosesseer of uitdrukking daaraan te gee nie. Vervolgens enkele voorbeelde van beskrywings deur kinders van hul praktiese ervaring van huishoudings met mede-ouerlike verhoudings vanuit 'n kind se oogpunt:

- Julie, 12 jaar oud, het tydens 'n terapie sessie gekla dat sy geensins beide haar ouers kan nooi na haar musiek voordrag nie. Hulle sou dan elke geleentheid gebruik om mekaar af te kraak. Julie het hulle beide die vorige jaar genooi vir so 'n geleentheid en haar Ma het vir twee dae daarna nie met haar gepraat nie omdat haar Pa sy vriendin saamgebring het na die geleentheid. Haar Ma weier om in dieselfde vertrek as hulle te wees. Julie moes gevolglik leer om hulle om die beurt uit te nooi en dit het konstante druk op haar geplaas aangesien sy voortdurend moes kies watter ouer om na watter geleentheid te nooi. Wanneer die ander ouer dalk 'n spesifieke geleentheid sou wou bywoon maar nie genooi was nie dan moes Julie die teleurstelling aanhoor en dit het dan skuldgevoelens tot gevolg gehad.
- Omdat Terrance se ouers se gesprekke oor die foon deurgaans geëindig het in gevegte, het hy die middelman geword betreffende alle reëlins random besoeke. Sy Ma wou nie meer met sy Pa kommunikeer nie en op ouderdom 9 jaar is Terrence gevra om haar voorkeure aan sy Pa te kommunikeer ten opsigte van aflaai en oplaai reëlins. Terrence het geen keuse gehad as om aan haar versoek te voldoen aangesien hy dit naweke baie geniet het om na sy Pa toe te gaan.

In beide bovermelde gevalle het kinders swaar gedra aan 'n volwasse lading met gevolglike emosionele angs omdat ouers nie hul verskille eenkant kon plaas en soos volwassenes optree nie.

'n Effektiewe mede-ouerlike reëling tussen Julie se ouers sou impliseer dat sy beide ouers sou kon nooi na haar musiek voordragte en nie die vrees hoef te ervaar dat daar woordwisselings sou ontstaan of dat enigiemand angs sou beleef nie.

'n Effektiewe reëling rondom Terrence se ouers sou impliseer dat hulle 'n weg sou vind om rationeel te kon kommunikeer ten opsigte van hul skedules sonder om telkens vir Terrance daarby te betrek.

Deur dit alles word gestreef na sodanige verstandhouding waarbinne kinders steeds kinders kan bly en volwassenes hul ouers kan bly.

Egskeiding eindig nie noodwendig die dinamiek van gesinsverhoudings nie – die totale problematiek word bloot herorganiseer en verdeel tussen twee huishoudings. Sommige persone is lank reeds geskei en dan sal hulle steeds probeer om die vorige huweliksmaat te verander, te beheer / kontroleer en te beïnvloed op dieselfde wyse as wat die geval was voor die egskeiding. Emosioneel word al hul energie dus steeds gefokus op wat die vorige huweliksmaat doen teenoor die wyse waarop hulle dit self gedoen wil hê.

Om sodanige negatiewe beheer en kontrole prys te gee, is 'n uitdaging – dit help egter mede-ouers om mekaar se grense te respekteer, en ironies, ook beter saam te kan werk as 'n span.



Bylaag B



DIE TIEN BELANGRIKSTE DINGE WAT KINDERS AAN HUL GESKEIDE OUERS SAL WIL SÊ:

- Moenie sleg praat teenoor my van my ander ouer nie – ek wil vir beide van julle lief wees.
- Wanneer jy my ander ouer kritiseer dan genereer dit woede by my teenoor JOU! Moenie druk op my toepas ten einde te moet kies by wie ek tyd wil spandeer nie – dit is nie regverdig nie en ek gaan seerkry in die proses. Moet asb. ook nie met 'n stophorlosie tyd hou ten opsigte van by wie ek die meeste tyd deurbring nie. Dit sal nooit 100% gelyk kan wees nie. Wees asb. maar net lief vir my wanneer ons saam is en moet my nie laat sleg voel wanneer ek nie presies ewe veel tyd by beide van julle kan deurbring nie.
- Hanteer julle finansiële gesprekke in privaatheid – ek wil nie daarvan hoor nie en ek wil ook nie die boodskapper tussen julle wees nie.
- Moenie geld gebruik om my liefde te probeer wen nie... wees net 'n stabiele en liefdevolle ouer en ek sal vir jou lief wees, afgesien van wie ook al die 'meeste' geld het.
- Moet my nie daarvan weerhou om die ander ouer te sien nie – indien jy dit wel doen, gaan ek opgroei met 'n bitterheid in my hart teenoor jou.
- Kry die hulp van 'n berader om jou te help met jou probleme – ek benodig jou as iemand wat heel en stabiel is ten einde saam met my die pad te loop. Ek wil ook nie die klankbord wees ten opsigte van jou liefdesprobleme en romantiese afsprake nie. Ek wil ook nie hoor van jou probleme by die werk en van al ons finansiële probleme nie. Praat met iemand anders daaroor. Ek benodig jou as my ouer en my mentor wat my kan begelei in my grootword proses. Moenie van my JOU ouer maak nie.
- Hoe harder jy is op my ander ouer, hoe harder is jy op my.
- Jy moet vreugde openbaar teenoor my – ek wil my lewe geniet en jou daaglikse gemoedstoestand het 'n direkte impak op my gemoedstoestand. Jy moet egter 'n manier vind om daaglikse vreugde te kan ervaar en die lewe te geniet. Ek het behoefte aan pret en aangename herinneringe saam met jou.
- Moenie vergeet dat ek nou 'n verdeelde hart het en dat ek tussen twee totaal verskillende huise woon met verskillende reëls, tradisies en benaderings. Wees geduldig met my wanneer ek dalk sekere dinge by een van die twee huise vergeet of tyd nodig het om aan te pas telkens wanneer ek van huis verwissel. Koop asb. vir my genoeg benodighede sodat ek nie my hele lewe uit 'n tas moet leef nie (moenie dat kinders basiese benodighede telkens tussen die twee huise heen en weer moet neem nie). Indien julle wil hê dat ek 'tuis' sal voel in beide huise, voorsien dan vir my 'n 'volledige huis', selfs al sou ek slegs 'n paar dae per maand daar deurbring. Dinge soos 'n tandeborsel, skoene, klere, my voorkeur kitspap en mooi dekor in my kamer – dit is alles dinge wat my welkom en tuis laat voel in beide huise. Moet asb. nie oor hierdie dinge argumenteer of kompeteer nie – help my egter om nie soos 'n besoeker te voel wanneer ek by enige van julle twee is nie.



REISJOERNAAL: 'N INSTRUMENT OM BEGRIP EN MEEGEVOEL TE KWEEK

Dink vir 'n oomblik aan verlede week se gesprek, en wat jy intussen gelees het. Hoe ver is jou gesin op julle reis na 'n geïntegreerde saamgestelde gesin? Het julle pas begin, amper aan die einde, of iewers in die middel? Beplan julle dalk nog die reis?

Dit kan wees dat jy definitiewe idees het, maar dat jou kinders dalk nie heeltemal saamstem nie, of heel ander idees het. Soos ons nou al vele kere herhaal het, kan die lede van 'n gesin soms dieselfde ervaring op verskillende maniere beleef. En in saamgestelde gesinne kan hierdie verskille groter wees omdat elke lid van die gesin 'n heel ander pad geloop het tot waar julle nou is.

Patricia Papernow het 'n reisjoernaal as 'n instrument ontwerp om saamgestelde gesinne te help om na mekaar te luister, en mekaar se stories te leer verstaan. Dit is gebaseer op die idee dat as iemand wat jy ken, vir 'n maand oorsee getoer het, jy hulle na hulle terugkoms sal uitvra oor die verhaal van hulle reis. Jy sal vra waar hulle was, watter kos hulle geëet het, watter besienswaardighede hulle gesien het, wat vir hulle opwindend was, wat hulle teleurgestel het, en so aan. Jy wil weet hoe die reis vir hulle was.

So kan jy 'n reisjoernaal gebruik om vir jou saamgestelde gesin te wys jy stel in elkeen se reis tot hier belang: As jy geïnteresseerd is in elkeen se reis met sy biologiese-, enkel- en stiefouer kan hulle jou leer hoe dit is om hy/haar te wees – om in hulle skoene te staan.

Hoe om dit te doen:

Vra tydens 'n gesinsvergadering vir elke lid van die gesin om sy/haar reisjoernaal te deel – dit is 'n persoonlike verhaal van sy reis tot hier by die saamgestelde gesin. Dit is belangrik dat jy nuuskierig bly oor elkeen se verhaal (vertel my meer hiervan...) en om empaties te wees (sjoe, dit moes moeilik gewees het...) soos wat elkeen se verhaal van pyn, hartseer, verlies, of klein vreugdes ontvang. Dit is belangrik dat dit 'n veilige omgewing moet wees, waar elkeen voel dat hulle verhaal ontvang sal word sonder vrees vir oordeel of verwerping – of terg van die ander kinders. Luisteraars moet daarop fokus om werklik te luister, sonder om te wil verdedig of kommentaar te lewer. As dit nie moontlik is nie, is dit beter om in kleiner groepe op te breek – selfs een tot een – om seker te maak dit is 'n emosioneel veilige omgewing vir die verteller. Die doel van die reisjoernaal is om te luister, om mekaar beter te verstaan, om elke gesinslid uit te nooi om elkeen se behoeftes te hoor. Dit fasiliteer 'n bindeingsproses en compassion vir mekaar. Wanneer dit gebeur met respek en openheid, beweeg die gesinslede nader aan mekaar.

Om die proses te begin, kan jy iets sê soos:

“Julle weet, elkeen van ons gesin het ‘n lang pad geloop om te kom waar ons nou is. En hoewel ons almal nou in dieselfde gesin is, het ons almal ‘n verskillende pad geloop tot hier. Dalk kan ons met mekaar deel hoe dit was om tot hier te kom? Begin met jou eerste gesin, dan die enkel-ouer jare, en dan jou ervaring van hierdie gesin. Kom ons maak beurt om elkeen kans te gee om te vertel hoe jou reis tot hiertoe was. Die res van ons luister asof ons luister na iemand wat vertel van ‘n oorsese reis of lekker vakansie waarop hulle was. Ons kan vrae vra om beter te verstaan en probeer verbeel hoe dit was vir die persoon wat aan die woord is.”

Dit kan ‘n goeie idee wees om self te begin om jou reisjoernaal te deel, en ‘n voorbeeld te stel om openlik en eerlik te wees. (Gevoelens van aggressie of hoe kwaad jy vir jou eks is, is nie deel hiervan nie!) Gee die kinders dan geleentheid om hulle reisjoernale te deel. Terwyl iemand besig is om te vertel, moenie onderbreek nie.

Voorbeelde van vrae wat jy kan vra vir die een aan die woord:

Hoe was jou ouers se egskeiding vir jou? Wat was baie sleg? Minder sleg? Dalk iets goed?

Hoe het jou lewe verander na die egskeiding?

Wat het jy verloor in die proses?

Wat dink jy het vir die ander lede van die gesin verander?

Tydens die enkel-ouer fase, wat was OK vir jou? Wat was pynlik? Hoe was jou lewe anders as voorheen?

Kan jy onthou hoe jou daaglikse roetine was? Wat jou pligte en verantwoordelikhede was?

Deel met ons jou eerste indrukke van jou nuwe saamgestelde gesin, toe jy hulle ontmoet het?

Toe ons (biologiese en stiefouer) begin uitgaan het, waarna het jy uitgesien? Waaroor was jy bekommerd?

Hoe het jou lewe met ma / pa / ander kinders verander na die troue?

Watter hoop en drome het jy vir die nuwe saamgestelde gesin gehad wat reeds waar geword het? Watter moet nog word?

Het jy enige pynlike emosies beleef die afgelope tyd?

Watter vrese of bekommernisse het jy oor hierdie saamgestelde gesin?

Vrae vir die ouer kinders:

Beskryf die insider en outsider posisies in die gesin. Vra elkeen met wie hulle soos ‘n insider of ‘n outsider voel, en hoe dit voel om in daardie posisie te wees. Bespreek dan hoe dit sal voel om in die ander party se skoene te staan.

Bespreek die mite van kits liefde, en deel jou perspektief van liefde wat oor ‘n lang periode ontwikkel, groei en gedy.

Eindig die sessie met gebed.

Hierdie reisjoernaal gesprekke kan van tyd tot tyd herhaal word. Gesinsvergaderings is die ideale geleentheid om vrae te vra en elke gesinslid se reisjoernaal te opdateer. As biologiese ouer kan jy baie sinvolle een tot een gesprekke met jou kinders voer oor hulle reisjoernale.



Bylaag D



Vrae vir egpare met saamgestelde gesinne:

Wat is die grootste frustrasies of struikelblok vir jou op die oomblik ten opsigte van jou saamgestelde gesin?

Op 'n skaal van 1 - 10 (10 die hoogste) waar sou jy jou vlak van christelike integriteit plaas? Hoe vaar jy daarmee om God te vertrou met die dinge wat jy nie verstaan nie? Watter uitdagings in hierdie verband ervaar jy, en wat doen jy daaromtrent?

Beskryf 'n tyd toe jy probeer het om God te kry om te doen soos wat jy dinge gedoen wil hê. Wat was die uitkoms?

Kyk na die tekste wat op bladsy 5 & 6 aangehaal word. Hoe het dit jou gehelp om hierdie wysheid in jou saamgestelde gesin toe te pas?

As jy vir jou man / vrou / kinders sou vra of jy 'n goeie luisteraar is, wat sal hulle antwoord? Wat is dit wat jou verhinder / help om 'n goeie luisteraar te wees?

Identifiseer die lid van jou saamgestelde gesin met wie jy die minste oor die weg kom. Dink nou vir 'n oomblik hoe dit moet wees om daardie persoon te wees – dink aan sy/haar verliese, vrese, verantwoordelikhede.

Lys 3 dinge wat jy hierdie week kan doen sodat jou eggenoot sal weet dat jy toegewyd is aan die verhouding.

Was jy die afgelope tyd ongeduldig met die tempo waarteen verhoudinge ontwikkel in jou saamgestelde gesin? Hoe het jy probeer om druk toe te pas om die proses te versnel?

Deel van die oplossings wat jy nou al gevind het jou gesin help.

Deel 'n humoristiese insident uit jou saamgestelde gesinslewe.

Het die kursus tot dusver op enige manier jou mismoedig laat voel? Vir jou hoop gegee?

Op watter manier is aan jou verwagtinge vir jou saamgestelde gesin voldoen? Vier die suksesse en deel met mekaar wat goed gaan in julle huishouding.

Het jy dalk nodig om 'n laer hitte benadering in die integrasie proses te volg? Wat het jy nodig om aan jouself te verander?

Watter vrese het jy vir jou kinders? Hoe reageer jy instinktief om hulle te beskerm?

Is daar enige versperrings tussen julle, as gevolg van een ouer se bondgenootskap met sy / haar biologiese kinders? Bespreek dit, en beplan hoe julle die situasie in die toekoms gaan hanteer.

Identifiseer die spoke uit vorige verhoudings wat 'n invloed het op julle huidige verhouding. Bespreek dit, en maak 'n vaste voorneme om hierdie spoke uit julle verhouding te verdryf.

Hoe sou jy anders opgetree het as jy nog nooit voorheen seergekry het nie? As jy kon liefhê asof jy niks het om te verloor nie?

Lees weer die riglyne vir die stiefouer op bladsy 17 & 18. Gradeer jouself op die volgende skaal:

My doel is om 'n insider te word	1 _____ 7	Ek geniet die verhouding wat ek nou het
Ek verwag te veel van myself	1 _____ 7	Ek het realistiese verwagtinge van myself
Ek is te haastig met my rol as stiefouer	1 _____ 7	Ek groei in my rol as stiefouer
Ek probeer dissipline toepas voor die verhouding gevestig is	1 _____ 7	Ek beweeg geleidelik in my rol om dissipline toe te pas
Ek probeer om die afwesige biologiese ouer se plek in te neem	1 _____ 7	Ek moedig my stiefkind aan om 'n goeie verhouding met hulle biologiese ouer te bou
Ek neem die rol van vredemaker aan	1 _____ 7	Ek aanvaar probleme en konflik en soek na oplossings

Wat doen die stiefouer tans om 'n verhouding met elkeen van die stiefkinders te bou?

.....

.....

.....

Wat kan jy as die biologiese ouer doen om die stiefouer meer te ondersteun?

.....

.....

.....



Bylaag E



Vrae vir voornemende ouers van saamgestelde gesinne

Dink terug aan die inligting wat verlede week bespreek is, en wat jy gelees het. Hoe voel jy nou? Dalk geïntimideerd of onseker oor jou planne?

Wat is die uitdagings, waaraan jy nie voorheen gedink het nie, wat jy nou kan identifiseer?

Dink aan 'n saamgestelde gesin met wie jy 'n gesprek kan voer. Vra hulle dan die volgende vrae:

- Wat wens jy het jy geweet voor julle getroud is?
- Wat is julle 3 grootste uitdagings?
- Hoe sou jy beter kon voorberei op die uitdagings van julle saamgestelde gesin?
- Watter pynlike emosies uit jou verlede het jy nie voldoende deurgewerk voor julle troue nie?
- Hoe lank is julle nou al op hierdie reis van julle saamgestelde gesin?
- Wat is die seëninge wat julle nou ervaar? Teen watter prys?

Maak 'n lys van al die redes hoekom jy dink jou saamgestelde gesin gaan werk.

Is daar enige versperrings tussen julle, as gevolg van een ouer se bondgenootskap met sy / haar biologiese kinders? Bespreek dit, en beplan hoe julle die situasie in die toekoms gaan hanteer.

Hoe kan hierdie drome en hoop vir jou gesin, bydra tot blinde kolle?

Hoeveel tyd het nou al verloop vandat jou vorige ernstige verhouding beëindig is?

Kan daar voordele wees deur jou huidige verhouding bietjie stadiger te vat?

Tot watter mate is jy emosioneel geskei van jou vorige verhoudingsmaat?

Is daar iets wat jou bang maak om weer te commit? Het jy al enige "spoke" geïdentifiseer?

Bespreek openlik jou verhouding met jou kind(ers) se biologiese ouer. Werk julle saam? Watter uitdagings beleef julle tans? Hoe goed hanteer jy gevoelens van woede en aggressie teenoor die ander ouer?

Wat was jou bydrae tot die verbrokkeling van jou vorige verhouding?

Het jy vrede gemaak met wat in jou nuwe verhoudingsmaat se vorige verhoudings gebeur het?

Wat is jou droom, hoe gou die kinders die stiefouer sal aanvaar? Is dit realisties?

Aanvaar jy dat die kinders dieselfde oor die stiefouer sal voel na die troue?

Hoe voel jy daaroor om te dink dat dit na die troue kan verander?

Hoe kan jy jouself beskerm teen onwyse stiefouer patrone?

Lees weer die riglyne vir stiefouers op bladsy 17 & 18. Met watter van die riglyne stem jy saam?
Nie saam nie?

Deel julle verwagtinge van elkeen ten opsigte van die stiefouer en biologiese ouer se rolle.
Begin solank werk aan 'n plan hoe julle onderskeie rolle gaan lyk met elke kind in die gesin.
Aanvaar dat julle plan nie rigied is nie, en mettertyd aangepas sal moet word.