

Sisterhood is powerful

Zou het opvoeden niet makkelijker worden als wij moeders niet tegenover, maar náást elkaar gingen staan? Als een soort soul sisters in de opvoeding? Dus: let's stick together!

Het is niet leuk om toe te geven, maar in in ieder geval één opzicht lijken vaders het beter te doen dan moeders: in onderlinge solidariteit. Vaders hebben niet gauw een mening over elkaar. En als ze 'm al hebben, spreken ze dat niet uit. Heb je ooit weleens een man over een andere man horen zeggen: 'Belachelijk dat hij fulltime werkt'? Of: 'Wat zien zijn kinderen er uit vandaag! Die kleurencombinatie is toch géén gezicht'? Nee dus. Mannen lijken in de opvoeding veel minder veroordelend en minder kritisch naar elkaar. Nee, dan wij moeders. Wij zijn megakritisch. Op onszelf, maar vooral ook op elkaar. De moeders in de klas, op het schoolplein, in de speeltuin of op straat... Ja, zelfs onze vriendinnen kunnen soms maar moeilijk de toets der kritiek doorstaan. Overal vinden we wel wat van. De moeder die onopgemaakt en in joggingbroek haar kind naar school brengt? Fout! De moeder die fulltime werkt en daardoor nooit kan helpen in de klas? Een carrièrebitch. De moeder die altijd op school te vinden is en zich vol enthousiasme

vrijwillig bij de juf aanbiedt als klassenmoeder? Kan ze niet beter een baan zoeken? We sabelen andere vrouwen genadeloos neer met onze scherpe blik, meestal gevolgd door een snoeihard oordeel. De jury bij *X Factor* is er niks bij. Steun, begrip en solidariteit is tussen moeders vaak ver te zoeken.

Maar het mes snijdt aan twee kanten. We zijn namelijk niet alleen dader, maar tegelijkertijd ook slachtoffer. We bekritisieren niet alleen, maar worden zelf ook bekritiseerd. Wie heeft er niet af en toe op het schoolplein een opmerking te horen gekregen die een vervelend gevoel achterliet? Zo'n achteloos uitgesproken zinnetje dat soms op mierzoete toon wordt gebracht, maar voelt als een venijnige steek onder water?

Yvette de Bruin (33) kent dat gevoel maar al te goed. 'Laatst stond ik op het schoolplein te wachten op Sem en raakte in gesprek met een moeder. Toen Sem naar buiten kwam, zag ik dat zijn veters los waren. Ik bukte me om zijn veters vast te maken, waarop die moeder met een poeslief stemmetje aan Sem vroeg: 'Kun jij zelf je veters nog niet strikken, Sem?' Ik mompelde wat, maar voelde me behoorlijk op mijn nummer gezet. Vervolgens duwde Sem

zijn schooltas in mijn handen. Haar commentaar? 'Nou, Sem, jij hebt je moeder goed getraind. Eerst je veters strikken en nu je schooltas dragen.' Ze zei het met een lachend gezicht en een vette knipoo naar mij, maar de boodschap was duidelijk. Waarom moest ze mij door zo'n opmerking even laten voelen dat ze blijkbaar vond dat ik niet goed bezig was? Waarom kon ze me niet een beetje steunen, bijvoorbeeld door te zeggen dat haar kinderen ook weleens gemakzuchtig zijn?'

Tja, waarom doen moeders dat? Hoe komt het toch dat wij zo weinig solidair zijn met elkaar? Dat we elkaar overtroeven en bekritisieren? Dat we vergelijken en oordelen? Moet het niet eens afgelopen zijn met de roddel en achterklap, met de moederkift en het vrouwenvenijn? Zouden we in plaats daarvan elkaar niet gewoon moeten steunen? Moeten aanmoedigen en helpen?

Ja, luidt de stellige mening van Saskia van Weerden (41), alleenstaande moeder. Voor haar is solidariteit onder moeders een must. 'Omdat ik alleen voor de opvoeding sta, kan ik wel wat hulp gebruiken. Gelukkig heb ik een geweldige groep vriendinnen om mij heen, die net als ik alleenstaand moeder zijn. Samen klagen we, huilen we en lachen we. We staan elkaar bij met tips én met praktische hulp, zonder direct iets terug te verwachten. Geen voor-wat-hoort-wat-hulp, maar er gewoon voor elkaar zijn zonder voorwaarden. Dat heb ik echt nodig. Maar als ik kijk hoe het er op het schoolplein aan toe gaat, is er nog veel te winnen. Daar heerst de sfeer van het vergelijkend warenonderzoek: wie heeft de mooiste kleding, het slimste kind, wie geeft de leukste verjaardagsfeestjes... Niet bij iedereen gelukkig, want met sommige moeders heb ik wel een fijn contact. Die zoek ik dan ook bewust op. Zij géven mij energie, terwijl de anderen alleen maar energie kosten.'

Moederkift

Ja, we moeten solidair zijn met elkaar, is ook de stellige mening van Irene Wing Easton. Vorige maand kon je in *Kek Mama* een interview met haar lezen. Ze is moeder van vier kinderen en schrijfster van het boek *MOE is MOE maar voldaan* waarin ze op humoristische toon de vloer aanveegt met alle moederkift. Daarbij put ze vooral uit haar ervaringen als moeder van vier kinderen in de basisschoolleeftijd.

Irene: 'Mijn jongste was 3 en nog niet zindelijk. Vanuit allerlei hoeken werd ik bestookt met ongevraagd advies. Volgens de één lag het aan mij: ik deed het hélemaal verkeerd. Een ander meende dat het aan mijn kind lag en de derde wreef mij even fijntjes in hoe vroeg háár kinderen wel niet zindelijk waren geworden. Ik voelde mij steeds onzekerder worden. Het enige advies waar ik echt iets aan had, was van een vriendin die zei: 'Meid, maak je niet druk. Als ze 18 zijn, zijn ze heus wel zindelijk.' Dáár had ik wat aan.'

En zo is het maar net. Bemoedigende woorden, dat is waar we behoefte aan hebben. 'Vergelijk het met de werkvloer',

zegt Irene. 'Daar hebben we functioneringsgesprekken en werkoverleg. Waarom? Omdat je als werknemer af en toe van je baas of je collega's wilt horen dat je het goed doet. Als moeder heb je die behoefte ook. Het is toch heerlijk als iemand zo nu en dan tegen je zegt: 'Je bent hartstikke goed bezig?'

Aangezien wij als moeder geen werkgever hebben, moeten we dat onderling oplossen, vindt Irene. 'We moeten elkaars collega zijn. Sterker nog: we zijn collega's. We hebben allemaal hetzelfde doel en dezelfde taak, namelijk kinderen grootbrengen tot zelfstandige volwassenen. Dan kunnen we elkaar daarin toch een beetje ondersteunen?'



GEEN VOOR-WAT-HOORT-WAT-HULP, MAAR ER GEWOON VOOR ELKAAR ZIJN

Gunfactor

Yvette en Saskia zijn het daar volmondig mee ons. Het moet anders, vinden zij. Meer solidariteit en meer vriendschap in plaats van roddel en achterklap. Yvette: 'Wij moeders bekijken elkaar met argusogen. Moeders die er in onze ogen een potje van maken, bespreken we uitgebreid met elkaar. Maar ook de moeders die het ogenschijnlijk helemaal voor elkaar hebben, zijn het onderwerp van geroddel. We zoeken met een vergrootglas naar een foutje en zijn opgelucht als we ontdekken dat zij ook niet perfect is. Het lijkt soms wel alsof we het elkaar niet gunnen om als een gelukkige moeder door het leven te gaan,' zegt zij.

Volgens Yura Boerma speelt de 'gunfactor' inderdaad een grote rol. Zij is van huis uit antropologe, maar zet zich nu in als coach voor moeders die de juiste balans zoeken: Mamcoaching. 'Ik spreek in mijn praktijk vaak moeders die moeite hebben met hun moederrol. Ze stellen hoge eisen aan zichzelf en voelen zich schuldig als ze niet aan dit ideaalbeeld kunnen voldoen. De wijzende vingertjes om hen heen verergeren dit. Die wijzende vingertjes komen vaak van andere moeders die het nét even anders doen. En die het blijkbaar niet tolereren als een ander een andere aanpak hanteert. Dat is jammer, want als we elkaar zouden gunnen dat ieder zijn eigen leven leeft met zijn eigen opvoedingsideeën, zónder be- of veroordeling, zouden we al een stuk verder zijn.'

Yura, zelf moeder van twee kinderen van 8 en 5, is groot voorstander van meer solidariteit onder moeders en ziet het zelfs als een groot gemis in onze maatschappij. 'Als antropologe ben ik veel in Afrika geweest. In Afrikaanse culturen is het heel normaal dat moeders elkaar steunen en opvangen. Hier in het westen leven

we heel individualistisch. Je krijgt al gauw het gevoel: ik wilde een kind, dus moet je het ook zelf regelen om werk en gezin te combineren. Met een beetje geluk kun je nog rekenen op wat steun van opa en oma, maar daar houdt het wel mee op. Dat kan enorm eenzaam voelen, vooral als het opvoeden en de zorg om welke reden dan ook niet vanzelf gaat.'



Luisterend oor

Solidair zijn en elkaar steunen, het klinkt mooi, maar hoe doe je dat? 'Door zelf open te zijn en je gevoelens te delen,' is de ervaring van Irene. 'Als ik open ben over hoe ik het moederschap ervaar en de problemen bespreek waar ik tegenaan loopt, merk ik vaak dat anderen dit herkennen. 'Dat heb ik óók,' hoor ik dan ineens van anderen. Vanaf dat moment kun je met elkaar in gesprek. Ook kun je op deze manier de bevestiging krijgen die soms zo prettig is. Ik was bijvoorbeeld zelf best onzeker over het feit dat ik de verjaardagsfeestjes van de kinderen altijd gewoon thuis vierde terwijl andere moeders allerlei grootse dingen organiseerden. De één maakte het nog gekker dan de ander. Toen ik deze onzekerheid uitsprak tegen-

over een moeder op school, zei zij: 'Maar mijn kinderen vinden die feestjes bij jou juist zo leuk.' Dat had ik even nodig.' Yvette herkent dit. 'Ik vind het prettig als ik bij andere moeders kan spiegelen: ik doe het zus of zo, wat vind jij daarvan? Na dat voorval op het schoolplein over het strikken van Sems veters was ik toch onzeker geworden. Ik vroeg me af of ze gelijk had. Was ik Sem niet te veel aan het pampieren? Moest ik niet wat strenger zijn? Ik besprak dit met een vriendin die me geruststelde: 'Welnee, joh. Hij is pas vijf. Dat komt later wel.' Zelf bekende ze vervolgens dat ze nog steeds de boterhammen smeert van haar kinderen die al op de middelbare school zitten. Heerlijk om zo'n reactie te krijgen.'



Ook Yura pleit voor openheid. 'Door open te zijn, creëer je verbinding. Op de werkvloer zijn vrouwen daar doorgaans heel goed in. Vrouwelijke leidinggevendenden bijvoorbeeld investeren altijd erg in het contact en de verbinding met elkaar. Blijkbaar zit daar onze kracht als vrouw. Waarom dan niet als moeder?'

Daarnaast meent Yura wél dat je om steun moet durven vragen.

'Een ander kan niet aan je zien dat je hulp nodig hebt. Daar moet je zelf om vragen. Dat kan praktische hulp zijn, bijvoorbeeld als je even opvang nodig hebt voor je kinderen, maar ook advies of gewoon een luisterend oor.'

Vooraf dat luisterend oor laat nog weleens te wensen over, vindt Yura. 'Laatst vertelde ik aan een moeder dat mijn jongste steeds moest huilen op zwemles. Onmiddellijk stak ze van wal: zat mijn kind nu al op zwemles? Háár kind ging nog niet op zwemles. Dat was véél te vroeg. Als kinderen ouder waren, konden ze het allemaal beter aan.' Ik had niet het gevoel dat er ook maar één seconde naar mijn verhaal werd geluisterd. Had ze een simpele open vraag gesteld, bijvoorbeeld 'Waarom huilt je kind dan zo?', dan had ik mijn verhaal kunnen doen en me veel meer gesteund gevoeld.'

Irene vindt dat vooral alle ongevraagde adviezen overboord moeten. 'Heel vervelend als je een probleem deelt en de ander vertelt je meteen wat je moet doen. Daar zit ik niet op te wachten, want vaak weet ik dat zelf ook wel. Waar ik wel behoefte aan heb? Aan een simpel: 'Ik begrijp het'. Of: 'Moeilijk voor je, maar volgens mij doe je het goed.' Dat is toch veel bemoedigender?'

Positieve energie

Luisteren, open vragen stellen en bemoedigende woorden spreken. Het zijn drie relatief eenvoudige adviezen waarmee we

STEUN VAN
ANDERE
MOEDERS
GEEFT JE
POSITIEVE
ENERGIE

grootse dingen zouden kunnen bereiken. Voor elkaar, maar ook voor onszelf. Want wat je geeft, krijg je terug. Een luisterend oor, een begripvolle hand op je schouder of gewoon praktische hulp. Het geven kost niets en het krijgen levert je veel op. Wat? Denk aan de rust in je hoofd als je weet dat je niet meer bekritiseerd wordt. Als je gesteund voelt, óók al is jouw aanpak, jouw opvoeding of jouw kledingstijl anders dan van de rest. Denk aan de positieve energie die het geeft als je elkaar niet meer met kritische blik hoeft te bekijken, maar juist met een open en geïnteresseerde blik. Niet afkeurend maar opbouwend. Niet veroordelend, maar elkaar respecterend. En daarvoor hoeft je heus niet

ingewikkeld te doen. Het kan in een simpel telefoongesprek met je vriendin. Of in die vijf minuten dat je staat te wachten op het schoolplein tot je kind naar buiten komt. Wat Irene betreft voeren we dat structureel in. 'Op het werk bespreken we de voortgang ook regelmatig met elkaar', meent zij. 'Dat moeten wij moeders ook doen. Elkaar ondersteunen en aanmoedigen, gewoon op het schoolplein, in de speeltuin of op straat. En dan noemen we dat voortaan geen kletsen meer, maar werkoverleg!' □

Voor meer informatie over Yura: www.mamcoaching.nl