

INSPIRATIE VOOR EEN LEVEN IN BALANS

PSYCHOLOGIES

NR 62 | APRIL 2016 | € 4,90

VLAAMSE
EDITIE

OP DE SOFA

Bent Van Looy

'Ik geef toeval
graag een kans'

Beheers je
emoties of ze
beheersen jou

WAKKERE BURGER

Weten we nog
wat we kopen?

Zo overleef je een
landschapsbureau

DOSSIER
20 PAGINA'S

HOE GAAT HET MET DE MANNEN?

Kwetsbaarheid, grenzen, noden: mannen doen een boekje open

ONTSPULLEN
als geluks-
therapie

Wat is jouw
liefdestaal?

5 414306 106529 006205

Framily, als vrienden familie worden

FAMILIE

Framily. Niet alleen een goedbekkende combinatie van *friends* en *family*, ook een realiteit onder *millennial*-ouders. Want *Generation Y* hertekent onze samenleving én onze visie op het gezinsleven, waarin vrienden een almaar belangrijkere rol vervullen. 'Uiteindelijk vormen je vrienden je tot wie je bent.'

[Tekst Joke Van Caesbroeck](#)

SHUTTERSTOCK

‘Het is de *family* die het mogelijk maakt om als jonge ouders alle balletjes in de lucht te houden’ [Amélie Rombauts, trendwatcher](#)

>> **D**e term *family* komt uit de Amerikaanse jongerentaal, maar we horen het woord ook meer en meer in onze contreien. Want heel wat *Generation Y*'ers - zij die geboren zijn tussen 1980 en 2000 - stichten nu zelf een gezin én betrekken daar vrienden bij die ze als familie beschouwen. Trendwatcher en zelf *Gen Y'er* Amélie Rombauts (Trendwolves), die mee een boek schreef over het fenomeen: ‘Hoe je leeft en je gezin inricht wordt bepaald door veel méér dan de generatie waarin je geboren bent, je bent nog altijd een individu. Elke generatie kent tegenstrijdigheden, dat is binnen de zogenaamde *Generation Y* niet anders. Maar er zijn wel een aantal opvallende kenmerken. Zo voelt *Gen Y* zich heel uniek en spelen authenticiteit en eigen identiteit een grote rol. Ook wil die generatie niet één rol vervullen, willen ze geen of-ofverhaal, maar een en-enverhaal. *Generation Slash* worden ze ook wel genoemd: in hun profielomschrijving staat niet alleen “leerkracht”, maar “leerkracht, mama en foodie”. Mama of papa worden is een extra rol, iets wat erbij komt. Ze willen wel wat water bij de wijn doen, maar fletse wijn? Liever niet.’

Samen jongleren

De opvallendste breuk met voorgaande generaties is dat *Gen Y* niet meer wil conformeren, zich niet ten koste van alles wil schikken naar de situatie. ‘Keuzevrijheid staat centraal, ze willen zélf de touwtjes in handen hebben, zélf in de *driver's seat* van hun leven zitten’, legt Rombauts uit. ‘Ook wat het ouderschap betreft: mama's gaan zichzelf veel minder wegcijferen voor de kinderen, papa's kijken niet langer toe van aan de zijlijn maar zijn veel actiever dan vroeger betrokken bij de opvoeding. Natuurlijk zijn gezinstaken nog altijd vrij afgelijnd, maar de verantwoordelijkheid wordt vandaag de dag veel meer gedeeld, veel meer in functie van “wie tijd heeft”.’ Het leven van *millennial*-ouders speelt zich af in het nu. ‘Kinderen krijgen betekent niet dat ze op de pauzeknop gaan drukken, *Generation Slash* neemt de kinderen eerder mee in hun leven. Het leven van ouders verandert uiteraard nog steeds, maar ze zijn minder bereid om hun levensstijl helemaal om te gooien. Ze zijn jong en willen jong blijven. Hun hobby's en interesses of ambities sterven niet uit. En daar spelen

vrienden, het sociale netwerk, een hele grote rol in. Want het is de *family* die het in vele gevallen mogelijk maakt om alle balletjes in de lucht te houden.’

Let's make it official

Dat vrienden meer betrokken worden in het gezinsleven, betekent niet dat echte familie daarom achteruitgestoken wordt. ‘Ook hier geldt het en-enverhaal’, vindt Rombauts. ‘Het is iets wat heel organisch groeit. Meer en meer jonge ouders kiezen bijvoorbeeld vrienden als meter of peter voor hun kind, of als getuigen bij hun huwelijk. Dat is een manier om die *family*-band officieel te maken. Om te zeggen: jij hoort bij ons gezin.’ Zolang er eerlijke communicatie is, hoeft niemand zich benadeeld te voelen, vindt psychologe Séverine Van De Voorde. ‘Grootouders vandaag de dag hebben ook een heel ander leven dan vroeger. Ze moeten langer werken en dus is de kans groot dat ze nog aan de slag zijn wanneer ze grootouder worden. En gaan ze dan toch met pensioen, dan is de zinvolle invulling van vrije tijd voor hen veel ruimer geworden: ze gaan reizen en genieten veel meer van hun eigen leven. Dankzij de digitalisering beperkt hun sociaal netwerk zich ook niet meer tot leeftijdsgenoten in de buurt, er valt ook voor hen veel méér te beleven.’ Logisch dus, besluit Rombauts, dat jonge ouders ook op vrienden rekenen. ‘Of op burens of ouders van klasgenootjes van de kinderen, want ook zij kunnen zeker deel uitmaken van een *family*.’

Weg met schone schijn

Want hoewel ‘*family*’ een samentrekking is van ‘*family*’ en ‘*friends*’, slaat het begrip op een veel breder netwerk van mensen waardoor je je graag laat omringen. Psychologe Séverine Van De Voorde: ‘Veel meer gaat het om een steunnetwerk van mensen bij wie je graag bent, die het beste in je naar boven halen én je ook aanvaarden in minder gemakkelijke tijden. Bij sommigen is dat hoofdzakelijk familie, bij anderen vrienden, burens, andere ouders en bij nog anderen een mix. Verbondenheid, je aanvaard voelen zoals je werkelijk bent, is en blijft een psychologische basisbehoefte die ervoor zorgt dat we groeien en gemotiveerd zijn om moeilijkheden aan te pakken. Dat we soms buiten onze vertrouwde bloedbanden gaan zoeken, heeft zowel te maken met een “niet kunnen” als een “niet willen”. In onze huidige maatschappij krijgen we dikwijls te maken met prak-

tische kwesties: we kunnen niet anders, want grootouders zijn minder beschikbaar en leiden hun eigen leven. Anderzijds komen *millennial*-ouders vaak uit gezinnen waar perfectie de norm was en de schone schijn werd opgehouden. Daarom zijn problemen soms niet bespreekbaar met de eigen ouders en zoekt men andere schouders om eens op te huilen. Weg met schone schijn, jonge ouders van nu willen het anders. Het besef dat geluk pas bestaat tegen een achtergrond van minder rooskleurige momenten en dat inzicht kunnen delen met anderen.'

Nieuwe gezinnen

Gezinnen zien er in de 21ste eeuw ook anders uit dan in voorgaande generaties. Ze zijn complexer en gekleurer. 'We zien ook meer en meer alleenstaande ouders,' vertelt Rombauts, 'en voor hen is een goed sociaal netwerk vaak een must. Ook een feit is dat we vandaag de dag minder kinderen per gezin op de wereld zetten. Althans in West-Europa, en eerder bij mensen van autochtone origine. Met één kind ben je sneller geneigd om met andere ouders af te spreken en *playdates* te organiseren. Een vriendschap tussen kinderen schept eveneens een band. En *last but not least* zijn er ook nog koppels die - al dan niet gewenst - kinderloos zijn. Voor hen is het vaak heel fijn om deel uit te maken van een *family*, om tante of nonkel te zijn, meter of peter, of gewoon heel actief betrokken te worden in het gezin van goede vrienden.' >>



Ann (34), alleenstaande mama van Alice (6)

Ann: 'Ik heb altijd al kinderen gewild. Samen met mijn toenmalige vriendin gingen we voor kunstmatige inseminatie met een anonieme donor. Een goed jaar later beviel ik van onze dochter, Alice. Maar onze relatie liep stuk toen Alice net geen jaar oud was. Tegen wil en dank werd ik alleenstaande mama. Ik voelde me eenzaam, gefaald en was bang voor oordelen. Daar kwam gelukkig verandering in door contact op te nemen met de Holebifoon, waar ik in een veilig kader mijn verhaal kwijt kon. Vandaag de dag hoor je vaker gelijkaardige verhalen, mijn situatie is nu minder uitzonderlijk. In het begin

'Als ik met twijfels kamp, ga ik te rade bij mijn vrienden'

voelde ik me een halftijdse moeder. Het contact met mijn ex verliep stroef en het co-ouderschap voelde alsof ik mijn dochter wekelijks moest afstaan. Maar toen Alice groter werd, begon ik mezelf meer als alleenstaande moeder te zien. Omdat ik niet de steun had van een partner of betrokken ouder als klankbord, voelde ik me af en toe geïsoleerd. Vandaag voel ik me een volwaardige mama. Als ik met vragen of twijfels kamp, ga ik te rade bij mijn vrienden, burens of ex. Ik zou niet weten waar te beginnen zonder die vrienden en burens, ze helpen me om te relativeren en stoom af te blazen. Ze staan

me bij in pijn en verdriet. Dat ligt moeilijker bij familieleden, die soms met dezelfde emoties kampen. Mijn vrienden zijn enorm waardevol, het is zo'n grote geruststelling dat zij er zijn. Naast mijn ouders en zus beschouw ik ook hen als familie. Enkelen ken ik al van toen ik zelf in de crèche of kleuterklas zat. Het waren zij die me ook al bijstonden toen ik te kampen kreeg met een burn-out, toen ik moest revalideren na een ski-ongeval en tijdens mijn scheiding. Ik kan altijd mezelf zijn bij hen, samen ploeteren we er ons wel door. Ik voel me rijk bij hen. Sinds mijn burn-out werk ik niet meer full-time. Wat ik financieel moet inboeten valt mee en weegt niet op tegen de tijd die ik win. Tijd die ik kan doorbrengen met Alice én met mijn vrienden.'

>> Lore (34) & Niek (39), mama en papa van tweeling Finn & Seff (3,5 jaar)

Lore: 'We werken allebei, hebben twee zoontjes van drieënhalf én een leuk sociaal leven. Het kan er hier dus behoorlijk druk aan toe gaan. (*lacht*) Onze ouders wonen in Oostende en Roeselare en wij in Gent, dus onze zoontjes naar hun grootouders brengen om een halfuurtje op hen te passen zit er niet in. En dan komen vrienden die in de buurt wonen natuurlijk wél heel goed van pas.'

Niek: 'We beschouwen onze vrienden ook als familie. Uiteraard is het een ander gevoel, maar uiteindelijk vormen je vrienden je tot wie je bent én ook je kinderen. Net omdat ze zo betrokken zijn in je leven. In het dagelijks leven doet elk gezin een beetje zijn ding, maar Finn en Seff gaan wel dikwijls slapen bij onze kameraden, die dan babysitten, en we gaan ook vaak in het weekend allemaal samen een koffietje drinken en nemen de kinderen dan gewoon mee.'

Lore: 'Natuurlijk is ons leven veranderd sinds de komst van Finn en Seff. Willen we met onze vrienden nog eens naar een feestje zónder de kinderen, dan moeten we dat allemaal goed inplannen terwijl je dat veel spontaner beslist als je nog geen kinderen hebt. Maar we spreken heel vaak af met z'n allen en nemen dan allemaal de kinderen mee, die dan ook heel veel aan elkaar hebben en zich samen kunnen amuseren. Op regenachtige dagen trekken we allemaal samen naar

de binnenspeeltuin, waar de ouders dan samen aperitieven. In de zomer brengen we mooie dagen door in het park: terwijl we elkaars kinderen wat in het oog houden kunnen we zo toch gezellig kletsen. Het gebeurt ook wel dat de mannen apart op stap gaan en de vrouwen babysitten. En omgekeerd ook natuurlijk!'

Niek: 'We hebben voor Finn en Seff ook heel bewust de keuze gemaakt om een meter en peter uit onze vriendengroep te kiezen. Lore en ik hebben elk één zus, dus die wilden we zeker als meters. Maar omdat we een tweeling hebben, hadden we nog twee mensen nodig. We kozen voor mijn beste vriend en een van de beste vriendinnen van Lore. We zien onze *maten* ook veel vaker dan heel wat neven en nichten bijvoorbeeld, en we vinden het belangrijk dat onze zoontjes hun meters en peters dikwijls zien en een band met hen kunnen opbouwen.'

Lore: 'Finn en Seff noemen onze dichtste vrienden ook tante en nonkel. Dat is voor hen de normaalste zaak van de wereld en dat voelt ook heel juist aan. Omdat het zo spontaan is ontstaan. Ze zijn ook

actief betrokken in hun leven en op een bepaalde manier voeden ze hen mee op. Ik heb er bijvoorbeeld niks op tegen dat mijn vrienden de kinderen corrigeren of bijsturen als ze iets verkeerd doen. Mijn eigen ouders hadden vroeger ook zo'n fijne vriendengroep, die nu ze vijftenzestig zijn nog altijd goed aan elkaar hangt. Ik vond dat als kind altijd heel fijn om allemaal samen af te spreken en wil dat ook voor mijn eigen kinderen.'

Niek: 'Kinderen krijgen verandert je leven natuurlijk, en het is elke dag een kleine *struggle* om het evenwicht te vinden tussen werk, de kinderen, wij als koppel, onze vrienden en vrije tijd. Soms is het wat water bij de wijn doen en dikwijls is het puzzelen, maar we willen niet moeten kiezen tussen gezin, werk en sociaal leven.'

Lore: 'Finn en Seff hebben gelukkig ook schatten van oma's en opa's die op hen passen op woensdagnamiddag en inspringen als we eens een weekendje weg willen. De combinatie van onze vrienden én de hulp van familie maakt dat het voorlopig allemaal wonderwel lukt zonder dat we het gevoel hebben veel te moeten opofferen.'

De kinderen noemen onze dichtste vrienden ook tante en nonkel'



MEER LEZEN

Family - Hoe millennials het gezin hertekenen, Filip Lemaitre & Amélie Rombauts (Lannoo, 2016) www.myfamily.eu
Amélie Rombauts blogt ook over gezinnen op www.daronsdarannes.com.

MEER INFO

Séverine Van De Voorde is klinisch psychologe en doctor in de psychologie. Ze heeft een eigen praktijk voor kinderpsychologie en studiecoaching. www.centrumdiabolo.be