

MIJN OUDERS MAKEN RUZIE

MAIL VAN DE DAG

Hallo Francine,

Mijn ouders maken eigenlijk al een jaar lang ruzie. Misschien wel langer... 2 jaar terug hadden ze nog de afspraak, dat als het niet beter ging, ze per 1 januari uit elkaar zouden gaan.

Op 1 januari vorig jaar was er niet erg veel veranderd, maar ook niemand ging uit elkaar.

Nu ruziën ze nog steeds veel, mijn moeder slaapt in een ander bed dan mijn vader en ze praten eigenlijk niet meer normaal met elkaar. Mijn vader is heel afstandelijk en blijft lange tijd achter elkaar weg (ook al heeft hij een drukke baan, hij zou veel eerder thuis kunnen zijn).

Ik heb een broertje, een zusje, een broer en een zus. Mijn broertje en zusje hebben nooit echt meegemaakt dat mijn vader er veel voor ze was, mijn broer en zus en ik wel.

Ik was altijd wel echt dol op mijn vader... Mijn broer en zus zijn uit een ander huwelijk van mijn moeder. Daarom denk ik ook dat mijn vader nog een beetje normaal tegen mij doet, maar ik vind het niet eerlijk dat hij de anderen amper aankijkt.

Het lijkt alsof hij niet meer in ons gezin wil horen.

En mijn moeder praat gemeen over mijn vader achter zijn rug om en lacht hem uit om dingen die hij doet of zegt. Meestal samen met mijn buurvrouw (die elke ochtend op de koffie komt) en nu ook vaak met mijn zus. Ook zie ik de laatste tijd veel sporen van huizenjacht en telefoonnummers met namen erbij voor verhuizingen ofzo.

Ik trek het echt niet dat iedereen zo vreselijk doet. Daarom ben ik ook het liefst bij vriendinnen of zit ik eindeloze oplossingen te bedenken.

Ik weet gewoon niet meer wat ik moet doen...

Groetjes, Anoniem



Lieve Anoniem,

Wat ontzettend vervelend voor je... Ik snap precies hoe je je voelt, ik heb hetzelfde meegemaakt, toen ik zo oud was als jij. Het lijkt (daarom:) ook heel veel op wat Rosa mee maakt in het nieuwste deel van de HOI-serie ('Hoe overleef ik met/zonder gescheiden ouders?') Misschien helpt het je om dat boek te lezen. De survivalgids 'Hoe overleef ik mijn familie?' kan ook helpen.

En weet je wat misschien ook goed is? Dat je je beide ouders jouw mail naar mij laat lezen.

Misschien vind je dat wel heel eng en durf je dat niet, maar er staat niks in waarom ze kwaad zouden kunnen worden.

Er staat in hoe jij ervaart wat er gebeurt en hoe jij je daardoor voelt. Je hebt het heel helder en goed opgeschreven.

Het is voor je ouders belangrijk om te weten hoe jij je voelt, want dan kunnen ze rekening met je (en je broers en zusjes) houden.

Wat je ook kan doen is ze een brief schrijven, waarin je ze vertelt hoe je je voelt, en ook wat je graag zou willen, wat je nodig hebt.

En hier zijn nog een paar survivaltips:

1 Blijf praten. Met je ouders, en zeker ook met je vriendinnen.

2 Als je met je ouders praat, vertel ze dan vooral hoe jij je voelt, wat jij moeilijk vindt en nodig hebt.

3 Laat je moeder weten dat je het heel naar vindt als ze lelijke dingen over je vader zegt, omdat je van hem houdt.

4 Laat je vader weten dat je hem nodig hebt.

5 Als je een vertrouwenspersoon op school hebt, of een mentor, is het goed hem of haar in te lichten. Dan kunnen ze op school ook er rekening mee houden dat jij een stressvolle periode hebt.

En tenslotte: dagboek schrijven is een goede uitlaatklep, het heeft mij vroeger gered. En ik doe het nog steeds. Het helpt om de boel op een rijtje te krijgen en te houden.

Dit is een moeilijke tijd voor je, maar hij gaat voorbij. En dan breken er vast betere tijden aan. Beetje cliché, maar 't is waar :)

Heel veel sterkte!

Groetjes,

Francine