

**Opgevoed**

Elke week legt Annemiek Leclaire een lezersvraag voor aan deskundigen.



ILLUSTRATIE MARTIEN TEER VEEN

## Hoe introduceer je een nieuwe partner?

Vader: „Mijn ex en ik zijn tweeënhalve jaar uit elkaar, op mijn initiatief. Na een moeilijke scheidingsperiode, waarin mijn ex haar moeite met de scheiding liet merken aan onze twee kinderen (10 en 14 jaar) is het rustiger. We hebben beiden een nieuwe woning, bij elkaar om de hoek, en hebben de kinderen ieder de helft van de tijd. Onze jongste heeft veel moeite met de scheiding. Hij gaat naar een kinderpsycholoog vanwege dwanghandelingen. Zijn schoolresultaten en sociale leven gaan goed. Tegelijkertijd heeft hij veel moeite met alleen-zijn (hij heeft de afgelopen jaren bijna niet alleen willen slapen), en sinds ik een nieuwe relatie heb die het afgelopen jaar serieuzer is geworden, merk ik dat het slechter met hem gaat. Hij wil niets weten van deze vrouw. Ik zie haar nu alleen op de dagen dat hij niet bij mij is, en hij geeft aan hier pas over enkele jaren klaar voor te zijn. Zijn oudere zus lijkt geen moeite te hebben met de veranderende situatie, zij is vooral met haar eigen sociale leven bezig. Ik wil graag mijn vriendin meer betrekken bij mijn leven en kinderen. Hoe pak ik dat verstandig aan?”

**Naam is bij de redactie bekend.** (Deze rubriek is anoniem, omdat moeilijkeheden in de opvoeding gevoelig liggen.)

### Ga stapje voor stapje

**Zoë Rejaän:** „Gemiddeld zijn de eerste twee jaar na een scheiding voor kinderen het moeilijkst vanwege alle veranderingen: verhuizing, minder tijd met ouders, nieuwe dagelijkse routines. Koester de rust, zeker aangezien uw zoon nog onder behandeling is van een psycholoog.

„We weten uit onderzoek dat niet de hoeveelheid, maar de kwaliteit van ouder-kindcontact kinderen na een scheiding helpt. Het is jammer als die momenten van liefde en zorg nu al in het teken moeten komen te staan van een nieuw samengesteld gezin.

„Creëer een veilige setting om met uw zoon te praten. Hoe voelt hij zich over deze nieuwe relatie? Hoopt hij misschien nog onbewust dat zijn ouders toch weer bij elkaar komen? Ik begrijp dat u ernaar verlangt dat uw nieuwe partner en kinderen een fijn geheel kunnen worden, maar voor uw zoon zal dit misschien nooit meer een fijn geheel zijn. Dat is verdrietig, maar wel iets om rekening mee te houden.

„Gezien de lage slagingskans van nieuwe relaties na een scheiding doet u er sowieso verstandig aan terughoudend te zijn in het introduceren van een nieuwe partner. Ga stapje voor stapje, tot uw zoon het aankan.”

### Ga rustig met uw zoon het gesprek aan

**Tischa Neve:** „Uw zoon heeft het lastig, dus geef hem de tijd. Probeer eerst rustig samen het gesprek aan te gaan en te ontdekken wat er achter zijn gedrag zit. Dat kan eventueel in overleg met de kinderpsycholoog. Vindt hij het moeilijk om zijn vader te delen? Vindt hij het naar voor zijn moeder? Wil hij zijn plekje naast u in bed niet kwijt? „Stip aan dat het een pittige tijd is geweest, maar dat het nu gelukkig wat rustiger is. Vertel dat er iemand in uw leven is van wie u houdt, en met wie u graag verder wilt, maar dat u snapt dat het lastig voor ze is. Dat u dat alleen wilt doen op een manier die ook voor hen oké is. U stelt de kaders: 'Ik wil graag met deze vrouw verder', maar daarbinnen kunt u uw kinderen regie geven: hoe kunnen jullie dat samen rustig opbouwen? Stel ze gerust dat er altijd momenten blijven waarop u alleen met uw kinderen iets zult doen, en dat uw vriendin zich niet zal mengen in de opvoeding.”

**Zoë Rejaän** is orthopedagoog en onderzoeker aan de Universiteit Utrecht en promoveert op het thuisgevoel van jongeren na een scheiding.  
**Tischa Neve** is kinderpsycholoog; ze geeft (online) opvoedadvies en -cursussen

Wilt u een dilemma in de opvoeding voorleggen? Stuur uw vraag of reacties naar [opgevoed@nrc.nl](mailto:opgevoed@nrc.nl)

# In de buik van een walvishaai

**BEZINNING** *Sophie van der Stap* kruipt in een walvishaai en laat zich zachtjes wiegen. „Het was zeer Jonas in de walvis.”

Foto's **Niels Blekemolen**

Ik lag op een zomerse nacht niet in mijn bedje maar in de buik van een walvishaai. De vraag hoe het is een walvishaai te zijn, en in de zee te wonen, deed mij in dit kunstwerk van veertigduizend aan elkaar gelaste vishaken klimmen, vastgehaakt aan een plafond in een loods in de Amsterdamse Houthavens.

In de buik lag een bedje van schapenvacht en kussens voor me klaar. Als een vriendelijk harnas sloot de buik zich om me heen. Het was alsof al die haken - haken die eigenlijk pijn en dood in zich dragen - eerder en elders druppels endorfine opgehengeld hadden. Ik lag enorm gelukkig te zijn, al mijn verlangens waren stilgevallen. Ik wilde alleen maar dit, hier. Misschien dat de euforie zo groot was omdat de walvishaai zelf zo groot was (twaalfeneenhalve meter), en ik zo klein, en ik dus weer even kind mocht zijn.

Waar kwam al dit geluk vandaan? Die vishaken hadden helemaal niet elders liggen dobberen in een badje endorfine. In een paradijselijke en gezonde zee vol leven. Die zee bestaat niet meer. De enige zee die ze kenden was een leeggeviste zee, met geamputeerde haaien op een zeebodem vol troep, eilanden van plastic, en drijvende visnetten met verstrengelde en naar adem happende vissen erin.

De walvishaai hangt nu in een groot open gebouw ergens in de Amsterdamse

Houthavens, maar toen ik haar - dit exemplaar moet wel een vrouwtje zijn - leerde kennen hing ze nog in een loods, de werkruimte van haar schepper, de door de natuur geobsedeerde kunstenaar Vincent Mock. Ze hing daar zoals een goed boek op je nachtkastje ligt. Van goede fictie wil je niet scheiden, want goede fictie duidt de werkelijkheid beter dan de werkelijkheid zelf. Zo moest deze walvishaai ook verzonnen worden om gezien te worden, want haaien zijn in een rap tempo aan het uitsterven.

Dus even wat non-fictie over de walvishaai. Net als een haai behoort hij tot de vissoort. Maar net als de walvissen behoort hij tot de vriendelijke reuzen van de zee - en eet hij alleen maar plankton.

Rond middernacht kroop ik haar brede ovale mond in en liet mij naar binnen slokken. Het was zeer Jonas in de walvis. Eenmaal binnen wiegde ik op het gewicht van mijn eigen bewegingen heen en weer. Bewegingen die waren als zachte, vriendelijke golfjes. Het was donker en ik dronk wat cacao. Ergens in de verte scheen het felle licht van een nooduitgangbordje.

Het decor had, zo op dit tijdstip, iets weg van een slechte horrorfilm en even schoot dat witte masker van de film *Scream* aan mijn ogen voorbij. Ik ging liggen en de loods veranderde geleidelijk in een zee. Rechts van mij zwommen een



## WIL JE DE WALVISHAAI ZIEN?

Ga online naar het werk van Vincent Mock of naar de Amsterdamse Houthavens, waar zijn werk in Awareness hangt. Je kunt zonder uitnodiging of ticket naar binnen. Of hou je ogen open voor de geboorte van de tweede walvishaai, die met de oceaanbeschermers van *Sea Shepherd* de wereld over zal gaan om aandacht te vragen voor de bescherming van haaien.

[vincentmock.com](http://vincentmock.com),  
**Awareness**,  
Danzigerkade 14-15,  
Amsterdam.

hamerhaai en een mako, ook zij bungelden zachtjes aan het plafond. Links was er niks. *Nothingness*. Misschien omdat niks ook alles is, werd ik zelf ook niks en alles tegelijk - en de buik van de walvishaai een plek van onafgescheidenheid, oei lelijk woord, maar het betere 'eendheid' is zo opgebruikt en vol esoterie.

Ik beleefde wat een walvishaai vermoedelijk zelf beleeft, niet één walvishaai te zijn maar met alle andere walvishaaien in de zee walvishaaien te zijn, iets wat ik me voorstel als het leven zelf zijn. Dat is best prettig voor een Amsterdamse atheïst die het leven gegeven is, en dus een leven heeft en zich er daarom toe moet verhouden: praktisch en filosofisch, in plaats van het gewoon gedachteloos te zijn en er niks mee hoeven doen. De kwestie van een identiteit en een btw-nummer, terwijl je gedachten en zielenroerselen hebt die steeds weer uitkomen op een plek waar beide helemaal niet bestaan.

Hier doen sommige mensen heel makkelijk over. Ik niet. Misschien dat ik me daarom zo thuis voelde in de buik van de walvishaai; er was even niks om me over te verbazen. En misschien ook dat er daarom zoveel geluk was. Even had ik niet een leven, maar smolt ik er mee samen. Vincents walvishaai = *stairway to heaven?*

De cacao hield me ergens tussen wakker en lichte slaap in. De hele nacht door

waren er korte plezierslaapjes die begonnen met 'wow ik lig in een walvishaai' en eindigden met 'wow ik lig echt in een walvishaai'. Dankzij al die kleine slaapjes duurde de nacht lang, hij bleef maar duren en toch duurde hij niet lang genoeg. Het werd licht, Vincent kwam halverwege de ochtend binnenlopen en ik wilde blijven liggen.

We namen, heel toepasselijk, een duik in het water rond zijn loods. Nu slaap ik weer in een bed of op een matrasje voor de haard - op de grond dus. Er zijn geen golfjes, geen haaien, er is ook geen zee. Maar de walvishaai is er wel nog. Vastgehaakt in de tijd.

## De walvishaai hing aan het plafond zoals een goed boek op een nachtkastje ligt