

Enig kind

Zielig of bofkont?



DE DESKUNDIGEN



Jacqueline van Swet is orthopedagoge, GZ-psychologe, lector aan de hogeschool Fontys en schrijfster van het boek *Enig kind*.



Emmeliek Boost is pedagoge en GZ-psychologe en ziet in haar praktijk *De opvoeddesk* geregeld ouders met enig kinderen.

Een enig kind is vaker gelukkig dan een kind met broers en zussen, blijkt uit onderzoek. Toch hebben ouders van enig kinderen vaak heel wat te verantwoorden.

ENIG KIND IS NIET DE ENIGE

- Naar schatting is nu één op de elf kinderen een enig kind. Dat is dubbel zo veel als dertig jaar geleden.
- Het gemiddeld aantal kinderen per vrouw is sterk afgenomen. In 1900 was dat nog 4,5, nu is het 1,7 à 1,8.
- Hoeveel kinderen vrouwen krijgen, verschilt per regio. Flevoland heeft de hoogste vruchtbaarheid met 1,91 (in 2012). Limburg heeft met 1,56 het laagste gemiddelde kindertal.

Bronnen: Centraal Bureau voor de Statistiek en het Nationaal Kompas Volksgezondheid.

VEEL VOOROORDELEN



Orthopedagoge en GZ-psychologe Jacqueline van Swet bestudeerde het fenomeen en schreef het boek

Enig kind. Zelf heeft ze drie kinderen.

Sommige ouders kiezen bewust voor één kind. Anderen hebben geen keus, bijvoorbeeld omdat medische problemen een tweede onmogelijk te maken. Volgens het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) heeft nu naar schatting één op de elf kinderen geen broers of zussen, twee keer zo veel als dertig jaar geleden. Dit komt vooral doordat meer huwelijken stuklopen en meer mensen bewust voor één kind kiezen. Wat ook meespeelt, is dat vrouwen op steeds latere leeftijd kinderen krijgen, waardoor er vaker simpelweg geen tijd of mogelijkheid is voor een tweede. Zo uniek is een *only*, zoals het in het Engels heet, kortom niet (meer). Toch verwacht de

buitenwereld nog altijd dat een gezin uit minimaal twee kinderen bestaat. Dus moeten ouders zich verdedigen als ze het bij één kind laten en wordt aan enig kinderen nogal eens gevraagd of ze niet een eenzame rotjeugd hebben gehad. Jacqueline van Swet, orthopedagoge, GZ-psychologe, lector aan de hogeschool Fontys en schrijfster van het boek *Enig kind*, weet nog veel meer vooroordelen op te sommen. Enig kinderen zouden dominant zijn. Egoïstisch ook. Ze kunnen schijnbaar absoluut niet tegen kritiek. Verwachten te veel. Hebben faalangst. Zijn niet speels of spraakzaam. Samenwerken hebben ze ogenschijnlijk nooit geleerd. En je moet al helemaal geen intieme relatie met ze willen beginnen, want dan eisen ze natuurlijk alle aandacht voor zichzelf op.

Positieve verschillen

Tot zover de misvattingen. De werkelijkheid is namelijk een heel andere. “De afgelopen ►

INTERVIEW

Journaliste Marte van Santen (39) is helemaal klaar met alle vooroordelen over enig kinderen. Nee, ze was vroeger niet eenzaam. En ze is ook niet uitgegroeid tot een dwingelandje.

“Vond je het vroeger niet naar om altijd alleen te zijn?’ Dat is steevast de eerste vraag die mensen stellen als ik vertel dat ik enig kind ben. Alsof je je zonder broers en zussen per definitie eenzaam en ellendig voelt. Doodmoe word ik ervan. Je vraagt iemand uit een groot gezin toch ook niet of het zielig was om als kind minder aandacht te krijgen? Ik heb me echt nooit eenzaam gevoeld. Omdat ik niet wist wat ik miste, maar ook omdat ik van jongs af aan altijd genoeg leeftijdsgenoten om me heen had. Vriendinnetjes kwamen graag spelen of logeren. Heerlijk vonden ze het dat er bij ons nooit ruzie of gezeur was. Dan hoorde ik eindeloze verhalen over hoe lastig en vervelend hun broertjes en zusjes waren. Het leek me dus vooral vermoeiend, die permanente competitie in huis. Natuurlijk waren er grijze, regenachtige dagen waarop ik best een ander kind in huis had willen hebben om mee te spelen. Maar het merendeel van de tijd vond ik ons gezin van drie gewoon wel prima. ‘Maar dan was je vast heel erg verwend’ is het tweede vooroordeel dat ik vaak hoor. Als ik mijn vrienden mag geloven toch niet. Het is waar dat ik absoluut niets tekortkwam. Maar ik heb me altijd gerealiseerd dat dat niet vanzelfsprekend was. Volgens mij is het een misvatting dat onverdeelde aandacht kinderen per definitie egoïstisch of blasé maakt. Integendeel, de rust en zekerheid die ik eraan heb overgehouden, zorgen er juist voor dat ik méér oog heb voor anderen, en dat ik me gemakkelijker in hen kan inleven. Volgens mij heb ik best veel typische enigkindtrekjes. Het liefst ben ik een paar uur per dag alleen. Vriendinnen bellen mij meestal, ik vergeet dat gewoon. Groepsactiviteiten vind ik ingewikkeld, dan sla ik dicht. Ik heb geen idee hoe ik ruzie moet maken. En na een dagje met mijn (Italiaanse!) schoonfamilie moet ik echt even bijkomen. Maar of mijn enig kind-zijn daarvoor de enige verklaring is? Ik betwijfel het. Want een mens is zo veel méér dan zijn of haar plek in het gezin. Met of zonder broers en zussen, het heeft allebei z’n voor- en nadelen. Er is geen goed of fout. Dus laten we ophouden elkaar daarover etiketten op te plakken. Een enig kind is niet uitzonderlijk, wel bijzonder. Zoals ieder kind.”

MARTE:

‘Ik ben
het liefst
een paar
uur per
dag
alleen’



jaren is er veel onderzoek gedaan naar de ontwikkeling van enig kinderen,” vertelt Van Swet, die voor haar boek veel wetenschappelijke rapporten bestudeerde en anderhalf jaar lang achttien ouderparen en hun kind volgde. “Wat blijkt? Enig kinderen zijn even (on)-dominant als kinderen met broers of zussen. En ook even volwassen, gecontroleerd, populair en succesvol in de omgang met anderen. Ze hebben net zo veel vrienden. Nooit is er een verband aangetoond tussen enig kind zijn en eenzaamheid of gedragsproblemen.”

Sterker nog, als je Britse onderzoekers mag geloven, zijn de *only's* juist beter af. Hoe minder broers of zussen, hoe gelukkiger, ontdekten zij in 2010. Dat blijkt uit Understanding Society, een langlopend onderzoek naar het gezinsleven in Groot-Brittannië, dat zo'n honderdduizend mensen uit veertigduizend gezinnen onder de loep neemt. Een van de redenen waarom enig kinderen meer zelfvertrouwen

hebben en tevredener zijn, is dat ze niet met pesterijen van andere kinderen in het gezin te kampen hebben. Eén op de drie kinderen uit het onderzoek zei geregeld geduwd of geslagen te zijn door een broer of zus. Anderen klaagden dat hun spullen soms werden gestolen of dat ze werden uitgescholden. Bovendien hoeven enig kinderen niet om de aandacht van hun ouders te strijden. Weer een ander onderzoek laat zien dat kinderen die alleen opgroeien zich sneller ontwikkelen en gemiddeld een hoger IQ hebben. Ze presteren beter en halen hogere cijfers dan klasgenoten met broers en zussen. “De verschillen dié er zijn, pakken dus vaak juist in het voordeel van enig kinderen uit,” bevestigt Van Swet. “Enig kinderen zijn coöperatiever, ijveriger en netter, en hebben meer doorzettingsvermogen en verantwoordelijkheidsgevoel.”

Enig kind als ziekte

Nog maar honderd jaar geleden noemde de gezaghebbende

‘Wie hoort: je bent zielig, gaat dat ook geloven’

Amerikaanse psycholoog Stanley Hall enig kind zijn een ziekte. In die tijd was men er in de westerse wereld van overtuigd dat het vreselijk slecht was voor een kind om zonder broers en zussen op te groeien. Wat dat betreft zijn we van ver gekomen. Toch stuitte Jacqueline van Swet in het onderzoek voor haar boek ook nu nog op veel vooroordelen. Ze ziet een mogelijke verklaring daarvoor in onze cultuur. “De kerk heeft heel lang grote gezinnen gepromoot,” zegt ze. “Een gezin met (minimaal) twee kinderen is inmiddels de norm geworden. Ouders die daarvan afwijken, moeten zich rechtvaardigen. Ook al heeft

die standaard weinig meer met de realiteit van 2015 te maken. Ze krijgen – direct of indirect – te horen dat het vreemd of egoïstisch is om één kind te ‘nemen’. En het enig kind zelf wordt meewarig bekeken.” Het verraste Van Swet dat veel ouders het hebben van een enig kind nog steeds als een taboe ervaren, zelfs als dat geen vrijwillige keus was. Juist dan hebben vaders en moeders het gevoel dat ze hun kind een broertje of zusje onthouden. Andersom vond ze het opvallend dat enig kinderen zelf meestal geen probleem hebben met het alleen-zijn. Die gaan pas denken dat hun situatie misschien minder leuk is als de

WERELDWIJD ONDERZOEK

De laatste jaren is het wel en wee van enig kinderen uitgebreid onderzocht, zowel in Europa als in Amerika en Azië. Een paar uitkomsten op een rij.

- Dertig jaar geleden besloten twee Amerikaanse onderzoekers 141 studies die sinds 1925 naar enig kinderen waren gedaan naast elkaar te leggen. Wat bleek? Op ongeveer alle kenmerken (dominantie, volwassenheid, zelfwaardering, tevredenheid, sociale deelname, relatie met ouders, etc.) was geen enkel verschil te ontdekken. Maar één eigenschap bleek bij enig kinderen duidelijk meer voor te komen, namelijk de prestatie-motivatie. Zij hebben een sterkere

wens om goed te presteren en willen harder werken om iets te bereiken.

- Andere Amerikaanse onderzoekers interviewden twintigers die waren opgegroeid als enig kind. Het grootste deel gaf aan dat zij zich als kind niet eenzaam hadden gevoeld. De reden: de vertrouwelijke relatie die ze met hun ouders hadden kunnen opbouwen, maakte het gebrek aan een broertje of zusje meer dan goed.
- Uit een vergelijking van 21 Amerikaanse studies over enig kinderen bleek dat zij niet minder populair of juist populairder zijn dan andere kinderen. Een onderzoek onder twaalfjarige Koreaanse kinderen leverde dezelfde uitkomst op.

MEER WETEN?

Afgezien van de site van de Vereniging Enig kind (www.enigkind.nl), zijn er in Nederland niet veel websites uitsluitend over dit onderwerp. Dat is wel anders in de Verenigde Staten en Engeland. Afgemeten aan het aantal speciale websites is er daar veel meer aandacht voor het enig kind-zijn dan hier. Voor meer informatie kun je terecht op deze websites:
www.onlychild.com,
www.onlychild.org.uk,
www.onlychildproject.com,
www.beinganonly.com en
www.onlychildadult.com.

omgeving hen daarop wijst. Als je maar vaak genoeg hoort dat je eenzaam en zielig bent, bestaat het gevaar dat je dat daadwerkelijk gaat geloven.

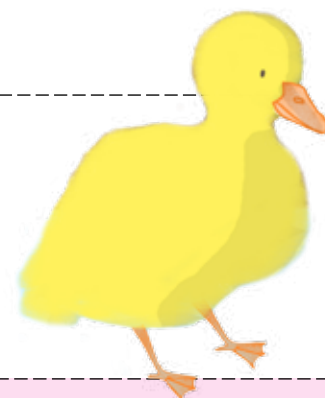
Ijverige doorzetters

“Het is belangrijk dat volwassenen normaal met enig kinderen omgaan,” aldus Van Swet. “De ouders zelf natuurlijk, maar ook leraren. Na het verschijnen van mijn boek kreeg ik brieven van volwassen enig kinderen die vroeger op school hun juf of meester minder mochten helpen dan andere kinderen, omdat ze thuis al genoeg aandacht kregen. Zulke dingen zijn natuurlijk funest voor je zelfvertrouwen. Ik vind

dat daar op lerarenopleidingen aandacht voor moet zijn. We moeten enig kinderen vooral geen problemen aanpraten.” Het gaat volgens haar langzaam, maar ze ziet verandering in de manier waarop we als maatschappij kijken naar enig kinderen. “We kunnen er ook niet langer omheen; hun aantal neemt nog steeds toe. Bovendien wordt de maatschappij steeds individualistischer. Dat zorgt ervoor dat we enig kinderen positiever gaan benaderen. En terecht. Over het algemeen zijn het ijverige doorzetters die zich gemakkelijk kunnen aanpassen aan uiteenlopende situaties. Laten we ons dáárop focussen.” ▶

BEKENDE ENIG KINDEREN

Jan Cremer, Robert Long, Jan des Bouvrie, Harry Mulisch, Liesbeth List, Paul Verhoeven, Viola Holt, Anita Witzier, Sylvia Witteman, Candy Dulfer, Bridget Maasland, Fatima Moreira de Melo, Sara Kroos, Christina Curry, Winston Gerschtanowitz, Victoria Koblenko.



OUDERS LETTEN MEER OP DE PRESTATIES



Pedagoge en GZ-psychologe Emmeliek Boost ziet in haar praktijk De opvoeddesk geregeld ouders met enig kinderen. Zelf heeft ze er vier.

Ontwikkelen enig kinderen zich anders dan kinderen met broers of zussen?

“Nee hoor, in verreweg de meeste gevallen groeien ze heel normaal op, net als kinderen uit grotere gezinnen. Ze zijn gemiddeld genomen niet moeilijker of zo.”

Dus enig kinderen zijn bijvoorbeeld ook niet minder sociaal?

“Er is geen enkel onderzoek waaruit dat blijkt. Niet zo verwonderlijk, want sociale vaardigheden leer je echt niet alleen thuis, maar bijvoorbeeld ook op school of op de sportclub.”

Zijn er dan helemaal geen verschillen?

“Enig kinderen blijken wel ambitieuzer te zijn en meer gemotiveerd om goed te presteren. Waarschijnlijk omdat hun ouders meer aandacht hebben voor hun schoolwerk en hobby's. Ze praten erover aan de keukentafel en maken meer tijd vrij om bijvoorbeeld te helpen met huiswerk of mee te gaan naar de sporttraining. Met meerdere kinderen is die ruimte er niet altijd.”

Oefenen ouders van enig kinderen ook meer druk op ze uit?

“Het kan zijn dat ze al hun (hoge) verwachtingen op hun kind projecteren. Hoe dan ook, zitten ze vaak meer boven op de prestaties.”

Lopen ze tegen specifieke opvoedproblemen op?

“Enig kinderen maken dezelfde ontwikkelingsfases door als kinderen uit grote(re) gezinnen. Maar omdat hun ouders geen vergelijkingsmateriaal hebben, kan het lastig zijn om die te herkennen, of om te beoordelen of bepaald gedrag normaal is of niet. Een tweede of derde kind corrigeert je als opvoeder. Ouders van enig kinderen moeten meer moeite doen om zich te verdiepen in de belevingswereld en de ontwikkeling van een kind. Als je weet wat je kunt verwachten, sta je sterker in je schoenen en kun je relaxter met de opvoeding omgaan.”

Hoe doe je dat?

“Zoek informatie op internet of lees boeken over het onderwerp. Je kunt ook een cursus volgen waarin je uitleg krijgt over de ontwikkelingsfase waarin je kind zich bevindt. Die geef ik zelf ook.”

Welke tips heb je verder voor ouders van enig kinderen?

“Zit er niet te veel bovenop. Door alles met té grote aandacht te volgen, kun je de ontwikkeling van je kind belemmeren. Laat dingen soms op hun beloop en zie hoe je kind het zelf oplost. En onthoud dat je kind geen kleine volwassene is. Zorg ervoor dat je hem of haar ook niet zo behandelt, ook al groeit hij of zij vooral tussen grote mensen op. Tot slot: maak van het enig kind-zijn vooral geen groter issue dan het is. Enig kinderen zijn net als ieder ander.”

Meer informatie: www.opvoeddesk.nl

JOYCE:

‘Moeder worden
van vier kinderen,
dat leek me leuk’



INTERVIEW

Joyce Boeijen (43) is getrouwd met Warner, met wie ze een dochter van 11 heeft. Dat Roos enig kind is, was geen vrijwillige keus.

“Als klein meisje wist ik het zeker: ik zou later minstens twee kinderen krijgen. Vier leek me ook leuk. Maar zeker geen één. Misschien omdat ik altijd een heel hechte band met mijn twee jaar oudere broer heb gehad. Ik vond het heel gezellig samen en kon me niet voorstellen dat mijn kinderen dat zouden moeten missen.

In de praktijk liep het anders. Ik ben een DES-dochter; mijn moeder heeft tijdens haar zwangerschap het kunstmatige hormoon DES geslikt om de kans op een miskraam te verkleinen. Pas later werd bekend dat dat middel schade aan onder andere de baarmoeder van DES-dochters kon veroorzaken.

Op mijn 27ste vertelde mijn huisarts dat het voor mij waarschijnlijk lastig zou worden om zwanger te raken. Dat voelde als een klap in mijn gezicht. Gelukkig kreeg hij ongelijk. Maar er deed zich wel een ander probleem voor. Mijn baarmoeder bleek te klein, waardoor Roos al na 26 weken werd geboren. Godzijdank heeft ze alles goed doorstaan.

Ondanks de stress van de vroeggeboorte wilde ik toch graag proberen een tweede kindje te krijgen. De kans zou groter worden met hormoonbehandelingen, maar dat zag ik niet zitten. Door het DES-hormoon hadden mijn moeder en ik al met zó veel problemen te maken gehad, dat het niet goed voelde om zelf ook hormonen te gaan gebruiken. We hebben de natuur dus op haar beloop gelaten.

Helaas ben ik nooit meer zwanger geworden. Jammer, vooral omdat ik Roos een broertje of zusje had gegund. Maar ik doe er niet dramatisch over. ‘Tel je zegeningen,’ zegt mijn man altijd. En gelijk heeft hij; het had met Roos heel anders kunnen aflopen. Bovendien heeft het ook voordelen, zo met z’n drieën. We hebben een heel harmonieus gezin. En zeker nu ze groter wordt, krijgen we veel vrijheid. We maken bijvoorbeeld mooie reizen samen.

Zelf vindt Roos het prima om alleen te zijn; ze vraagt in elk geval nooit om een broertje of zusje. Misschien ook omdat ze een goede band heeft met haar nichtjes en neefjes. En haar vriendinnen zijn altijd welkom bij ons. Wel wilde ze altijd graag een hond. Sinds vorig jaar hebben we een beagle, Nova. Zij is een echt maatje voor Roos. En ook voor ons trouwens. Ik had nooit gedacht dat ik me zo aan een dier zou hechten. Voelt het toch nog een beetje alsof ik twee kinderen heb.” ►

FIONA:

‘Voor het eerst in mijn leven mis ik een broer of zus’



INTERVIEW

Enig kind Fiona van Hummel (36) werkt als manager bij een groot softwarebedrijf. Ze is getrouwd met Tycho, met wie ze een zoon (Olivier, 6) en een dochter (Veerle, 4) heeft. Fiona draagt de zorg voor haar hulpbehoevende vader (83) en moeder (76) alleen.

“We zijn een familie van enig kinderen: ik, mijn vader, mijn moeder én haar moeder. Een gezin van vier, maar dan anders. Als kind vond ik dat geen enkel punt, ik wist niet beter. Bovendien was het een zoete inval bij ons thuis, ik had eindeloos veel vriendinnetjes. Dat ik zelf twee kinderen heb, heeft dan ook niets met mijn enig kind-zijn te maken. Pas toen ik in de twintig was, realiseerde ik me dat er ook minder leuke kanten zaten aan het enig kind-zijn. Het viel mijn moeder zwaar dat ze na de dood van mijn oma in haar eentje alle spulletjes moest uitzoeken. Dat staat mij later staat ook te wachten, dacht ik.

Mijn vader heeft sinds 2010 een vorm van alzheimer, vasculaire dementie, mijn moeder wordt steeds slechter ter been. Ze wonen nog zelfstandig, maar hebben wel steeds meer hulp nodig. Ik ga minimaal drie keer per week naar ze toe en op maandag werk ik vanuit hun huis. Ik regel veel praktische zaken voor ze, van woningaanpassingen tot thuiszorg. Gaandeweg heb ik ook steeds meer persoonlijke taken overgenomen. Zo heb ik sinds kort een complete volmacht om hun administratie en financiën te kunnen doen. Heel confronterend, want dat is toch iets privés. Mijn moeder is vreselijk bang mij iets overkomt. Dan hoeft het voor haar niet meer, ik ben haar alles. De afgelopen jaren is onze relatie echt veranderd. Op een gegeven moment mocht mijn vader niet meer autorijden. Ik moest letterlijk zijn sleutels afpakken. Zijn boosheid en verdriet braken mijn hart. De rollen zijn compleet omgedraaid. Mijn ouders leunen op mij en ben ik verantwoordelijk voor hun welzijn in plaats van andersom. Dat wil geen enkel kind. Af en toe krijg ik het saans benauwd over wat me de komende jaren nog te wachten staat. En ik word er ook verdrietig van. Maar ik heb geen keus. Mijn ouders accepteren zeer gedoseerd hulp van buitenaf. Voor het eerst in mijn leven denk ik nu vaak: had ik maar een broer of zus gehad. Dan hadden we de last tenminste over meerdere schouders kunnen verdelen.” ■

MEER LEZEN?

- *Enig kind* van Jacqueline van Swet (Uitgeverij Boom, 2011).
- *Je plaats in het gezin - Wat het betekent om de oudste, de middelste, de jongste of enig kind te zijn* van Linda Blair (Forte Uitgevers, 2011).
- *One and only: the freedom of having an only child, and the joy of being one* van Lauren Sandler (Simon & Schuster, 2014).

tekst: marte van santen. illustratie: karen weening. fotografie: marloes bosch. styling en visagie: tirzah waasdorp.

MARGRIET DAGHORSCOOP

ELKE DAG GRATIS JOUW PERSOONLIJKE HOROSCOOP ONTVANGEN?



**Ga naar www.margriet.nl/gratishoroscoop
en schrijf je in!**

illustratie: kristel steenberghe.