

# fiom:

## Zelfbeeld en identiteitsontwikkeling bij adoptiekinderen

Informatie voor ouders



## Colofon

Dit is een publicatie van Fiom  
[www.fiom.nl](http://www.fiom.nl)

Auteur: Annemarie van den Brink, Utrecht  
Eindredactie: Fiom  
Vormgeving: New Boxes  
Foto's: Shutterstock en Stocksy  
Druk: Tweede druk (2022)

© 2022 Fiom  
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd zonder schriftelijke toestemming van Fiom

# Inhoudsopgave

- 06** Inleiding
- 07** Zelfbeeld en identiteit
- 13** Identiteitsontwikkeling en hechting
- 17** Identiteitsontwikkeling en afgestaan zijn
- 23** Identiteitsontwikkeling in de babytijd
- 27** Identiteitsontwikkeling in de peuter- en kleutertijd
- 30** Identiteitsontwikkeling in de basisschoolleeftijd
- 33** Identiteitsontwikkeling in de puberteit
- 40** Vragen van ouders
- 44** Literatuur
- 47** Meer informatie



# Inleiding

**Het ontwikkelen van een eigen identiteit en een positief zelfbeeld is voor ieder mens een opgave. Voor geadopteerden kan dat door hun afkomst, etniciteit en achtergrondgeschiedenis extra lastig zijn. In deze brochure lees je meer over de invloed die afstand en adoptie kan hebben op de identiteitsontwikkeling van je kind. Je krijgt informatie en tips over hoe je je kind bij de zoektocht naar zijn eigen identiteit kunt ondersteunen en kunt bijdragen aan een positief zelfbeeld.**

In de eerste hoofdstukken worden de begrippen zelfbeeld en identiteit toegelicht. Daarna kun je lezen hoezeer het proces van hechting samen hangt met de ontwikkeling van een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen. Vervolgens vind je per ontwikkelingsfase, van baby tot puber, een beschrijving van algemene én adoptiespecifieke aspecten van de identiteitsontwikkeling. De brochure sluit af met herkenbare vragen van ouders rondom identiteitsontwikkeling. Voor de leesbaarheid is het adoptiekind steeds aangeduid met 'hij' in plaats van hij/zij.

Heb je na het lezen van de brochure vragen? Neem dan contact met ons op. Wij bieden advies en ondersteuning aan adoptieouders, geadopteerden, hulpverleners en andere beroepskrachten. Achter in deze brochure vind je onze gegevens en adressen, websites en boektitels voor meer informatie of hulp.



# Zelfbeeld en identiteit

**Vanwege hun achtergrondgeschiedenis moeten adoptiekinderen extra hobbels nemen om uit te zoeken wie ze zijn. Basisvertrouwen is een voorwaarde voor het kunnen ontwikkelen van een positief zelfbeeld en is dus belangrijk voor de identiteitsontwikkeling.**

## Zelfbeeld

"Ik ben goed in sporten, maar niet in rekenen." "Ik maak makkelijk vrienden, maar ik sta niet graag in het middelpunt van de belangstelling." Een zelfbeeld is het beeld dat je van jezelf hebt. Daar horen de goede en de minder goede kanten bij. Het zelfbeeld van een kind kan positief of negatief zijn, met alle vormen ertussenin. Een kind met een (overwegend) positief zelfbeeld heeft over zichzelf het gevoel 'Ik ben de moeite waard, ik mag er zijn.' Een kind met een negatief zelfbeeld denkt over zichzelf 'Ik ben niet de moeite waard' of in het ergste geval: 'Ik mag er niet zijn.'

## Zelfbeeld en zelfvertrouwen

Zelfbeeld en zelfvertrouwen hebben alles met elkaar te maken. Een kind met een positief zelfbeeld heeft zelfvertrouwen. Hij weet vrij goed wat hij wel of niet kan. Daardoor durft hij nieuwe dingen te proberen en zijn grenzen te trekken. Doet hij iets goed, dan vindt hij dat het hém gelukt is en niet omdat het toevallig goed ging. Een kind met een negatief zelfbeeld heeft weinig zelfvertrouwen. Iets nieuws zal hij niet gauw proberen, omdat hij denkt dat hij het toch niet

kan. En als het wel lukt, schrijft hij dit toe aan toeval of externe factoren. Door zijn gebrek aan zelfvertrouwen durft hij weinig gebruik te maken van kansen om nieuwe ervaringen op te doen.

## Wisselwerking kind en omgeving

Ons zelfbeeld is niet statisch; het ontwikkelt zich in samenspel met onze aanleg door de rijping van ons centrale zenuwstelsel. Ook de omstandigheden en omgeving waarin een kind ter wereld komt en opgroeit zijn van invloed op het zelfbeeld. Mensen in de omgeving van een kind bepalen mede zijn zelfbeeld: ouders, broertjes en zusjes, familie en vrienden, verzorgers en leerkrachten. In de puberteit zijn vooral leeftijdgenoten en de (sociale) media van invloed.

## Zelfbeeld van de ouder

Hoe je als kind bent opgevoed, werkt door in de manier waarop je je kinderen opvoedt. Wie minder zelfvertrouwen heeft, kan zich als opvoeder onzeker voelen en moeite hebben met duidelijk en consequent zijn en grenzen stellen. Onrealistische verwachtingen over je adoptiekind kunnen effect hebben op zijn zelfbeeld. Een kind is bijvoorbeeld

niet sportief of kan door zijn aanleg of voorgeschiedenis niet goed leren, terwijl zijn ouders hem in hun voorstelling zagen als een sportief kind dat later gaat studeren. Neem je gevoel van teleurstelling wel serieus, maar bedenk dat dit gevoel voortkomt uit de moeite die je hebt afstand te doen van het ideaalplaatje in je hoofd. Het zelfvertrouwen van je kind neemt toe als je goed aansluit bij wat hij kan en nodig heeft, zodat hij zich gewaardeerd voelt.

### Tips

Is het intelligentie- of begripsniveau van je kind (veel) lager dan dat van jezelf en je eventuele andere kinderen? Wees je dan bewust van het niveau waarop je je kind aanspreekt. Weid niet te lang uit, houd je boodschap kort en duidelijk.

**Daniël (19 jaar, geadopteerd uit Ethiopië):** “Ik heb een donkere huidskleur. Anderen verwachten het wel, maar helaas: ik heb geen ritmegevoel en ik kan ook niet hardlopen. Ik voel me soms bruin van buiten en wit van binnen.”

## Identiteit

Identiteitsontwikkeling begint al voor de geboorte en gaat door tot in de volwassenheid. De identiteit van iemand geeft aan wie hij is en waarin hij verschilt van anderen: het is de kern van wie je bent. De identiteit wordt gevormd door een aantal bouwstenen: aanleg en temperament, specifieke kenmerken, het al dan niet gewenst zijn, de sociale omgeving en culturele identiteit. Vervolgens ontwikkelt je identiteit zich in het contact met je omgeving, hoe anderen je zien en door historische, culturele en andere invloeden die zijn doorgegeven door je gezin en je familie.

### Aanleg en temperament

De genetische aanleg heeft een adoptiekind van zijn biologische ouders. Ook het temperament van het kind is aangeboren en zal niet wezenlijk veranderen. Het ene kind kan heel anders reageren op een gebeurtenis dan zijn broer of zus die is opgroeit in dezelfde omgeving.

### Specifieke kenmerken

Je hebt fysieke mannelijke en/of vrouwelijke kenmerken, een gender en een seksuele identiteit. Je etnische identiteit wordt bepaald door een specifieke haar- en huidskleur, lengte en bouw. Je hebt een bepaalde intelligentie en al dan niet een lichamelijke beperking. Al die kenmerken bepalen mede je identiteit, hoe anderen je zien en hoe je jezelf ziet. Heb je bijvoorbeeld één arm, dan bepaalt dat hoe anderen je typeren: ‘Dat meisje met één arm.’

## Gewenst zijn

Het gevoel wel of niet gewenst te zijn, is een gevoel dat heel diep gaat: het bepaalt of iemand voelt dat hij er mag zijn, dat hij bestaansrecht heeft. Geadopteerden hebben soms twijfels over het (on)gewenst zijn in het biologische gezin. Daarnaast beseft het kind verstandelijk dat het heel gewenst is in het adoptiegezin. Tegelijkertijd kan hij twijfelen over de onvoorwaardelijkheid van de relatie met zijn adoptieouders. Hoeft hij niet opnieuw afscheid te nemen?

### Sociale omgeving

Baby's en kleine kinderen ontlenen hun identiteitsvorming vooral aan hun ouders. Naarmate een kind ouder wordt, zijn er steeds meer mensen waarmee het kind zich zal identificeren: familieleden, klasgenoten, vrienden en leerkrachten. In de puberteit identificeren kinderen zich vooral met de peer group van leeftijdgenoten en vrienden waarmee ze veel omgaan; 'live' en/of via social media. Ook idolen zijn in die fase vaak belangrijk.

### Culturele identiteit

Iedereen die opgroeit met meer dan één cultuur, heeft een multiculturele persoonlijkheid.

### Helena (21 jaar, geadopteerd uit Colombia):

“Mijn familie, vrienden, leraren: iedereen legde de nadruk op mijn anders zijn en mijn geboorteland Colombia. Je hoeft er niet zo moeilijk over te doen. Ik ben gewoon Helena uit Rotterdam, geboren in Colombia. Ik hou van mode, vioolspelen en uitgaan met vrienden. Ik wil ontwerpster worden. Ik ben blij met mijn lange zwarte haar en minder blij dat ik niet zo lang ben. Veel meer dan mijn Nederlandse familieleden ben ik een gevoelsmens en familiemens. Daar voel ik me goed bij. Klaar.”

Uit onderzoek blijkt dat adoptiekinderen bij hun identiteitsontwikkeling kunnen profiteren van hun multiculturele persoonlijkheid. Adoptiekinderen die beide culturen in zichzelf kunnen herkennen en waarderen, voelen zich meer in balans en zijn beter in staat hun oorspronkelijke cultuur als een positieve kracht te ervaren.

## De impact van afstand en adoptie op zelfbeeld en identiteitsontwikkeling

De identiteitsontwikkeling van adoptiekinderen kan moeizamer verlopen dan bij niet geadopteerde kinderen.

Het basisvertrouwen van een adoptiekind kan beschadigd zijn. Door een tekort aan aandacht, liefde en/of verzorging is soms in eerdere ontwikkelingsfasen onvoldoende tegemoetgekomen aan zijn wezenlijke behoefte aan koestering en veiligheid. De ervaring van afgestaan zijn en het bijbehorende gevoel van verlies van vertrouwde verzorgers, de omgeving, taal en vriendjes draagt nog eens extra bij aan dat beschadigde vertrouwen. Het afgestaan zijn kan het kind immers interpreteren als 'niet de moeite waard zijn om van te houden'. De etnische identiteit van het kind bestaat uit kenmerken als huidskleur, lichaamsbouw, ogen en haar. De vraag 'Bij wie hoor ik?' wordt voor een adoptiekind extra ingewikkeld omdat hij niet weet of hij zich met blanke Nederlanders wil identificeren of juist met mensen met dezelfde etnische afkomst. Ze voelen zich bijvoorbeeld Nederlands, maar de omgeving reageert juist op het anders zijn. Ook kunnen loyaliteitsconflicten ontstaan: hoor ik bij mijn Nederlandse ouders en/of bij mijn ouders uit mijn geboorteland? Veel adoptiekinderen vragen zich af of ze hun adoptieouders geen verdriet doen als ze ernaar verlangen hun biologische ouders te leren kennen.

## Signaalgedrag

Bepaald gedrag van adoptiekinderen kan duiden op een vertraagde of verstoorde hechting. Hierdoor verloopt hun identiteitsontwikkeling niet optimaal:

- Omdat ze bang zijn ook hun adoptieouders te verliezen, passen sommige adoptiekinderen zich te veel aan hun ouders aan. Ze willen lief en aardig zijn en leren te weinig voor zichzelf op te komen. Hun gedrag is ogenschijnlijk makkelijk maar in feite destructief omdat de identiteitsontwikkeling wordt geblokkeerd. Dat kan in de basisschoolleeftijd of puberteit tot problemen leiden.
- Andere kinderen vertonen veel negatief gedrag en stellen hun ouders steeds weer op de proef, bijvoorbeeld door klampen, schreeuwen of agressie. Meestal doen ze dit uit onzekerheid en angst. Ze durven er niet op te vertrouwen dat ze bij problemen met hun adoptieouders niet opnieuw 'weggedaan' worden.
- Sommige adoptiekinderen hebben een sterke drang tot controle houden. Bij baby's uit zich dat in huilen en kermen, bij oudere kinderen in het willen bepalen van hoe dingen moeten gebeuren.

## Tips

- Laat je kind continu aangepast gedrag zien? Moedig je kind aan ook eens stout of boos te zijn en te vertellen wat hij zelf ergens van vindt. Stel hem gerust dat je altijd van hem houdt, ook al is hij wel eens boos of dwars. Geef het goede voorbeeld: laat zelf ook zien dat niet alles perfect hoeft te zijn. Laat bijvoorbeeld zien dat je 'sorry' kunt zeggen of op iets terug kunt komen.
- Negeer negatief gedrag zoveel mogelijk als de band met je kind nog pril is. Geef vooral aandacht aan positief gedrag. Laat je waardering merken en geef complimenten. Benoem waar je kind mee bezig is. 'Jij zit te eten, ik denk dat het je goed smaakt.' Zo voelt hij zich gezien, het is een extra bevestiging dat hij er mag zijn.
- Stel grenzen op een duidelijke manier. Zeg (of doe) vóór wat je van je kind verlangt, zodat hij weet wat de bedoeling is. 'Je gooit met de auto, dan gaat hij kapot. Kijk, zo kun je ermee spelen, rijden op de grond... zie je wel? Goed zo, jij kunt ook zachtjes spelen...!'
- Zoek hulp als je kind geen vooruitgang laat zien. Zie dat niet als falen, maar als een goede kans je kind te steunen.

### Bob (vader van een adoptiezoon van vier):

"Onze zoon was erg druk en klampte tegelijkertijd erg veel. Van Adoptievoorzieningen kregen we een simpele, maar goede tip. Als onze zoon gaat spelen, ga ik of mijn vrouw er rustig bij zitten zonder me ermee te bemoeien of er een mening over te geven. Ik knik hem af en toe bemoedigend toe, benoem op een neutrale manier wat hij doet en kijk er vriendelijk bij. Dat geeft hem het gevoel dat hij belangrijk is. Nu we dit een tijdje doen, merken we dat hij veel rustiger en geconcentreerder bezig kan zijn. Ook als wij er niet bij zijn."

### Minke (19 jaar, geadopteerd uit Korea):

"Ik dacht, mijn moeder heeft mij afgestaan, dus veel soeps zal ik wel niet geweest zijn. Om mijn angst te bezweren opnieuw te worden afgewezen door mijn adoptieouders, deed ik constant mijn best een ideale dochter te zijn. Ik leefde naar een ideaalbeeld dat ik zelf ontwierp en kwam daardoor niet toe aan het ontdekken en houden van mijzelf."



# Identiteitsontwikkeling en hechting

**Een kind dat positief over zichzelf denkt, vertrouwt erop dat hij situaties en uitdagingen aan kan en steun krijgt als dat nodig is. Een veilige gehechtheid is een belangrijke voorwaarde voor de ontwikkeling van een positief zelfbeeld en een evenwichtige identiteitsontwikkeling.**

## Gehechtheid, zelfbeeld en identiteit

Een kind dat veilig gehecht is, durft zichzelf te zijn. Hij voelt zich beschermd en geaccepteerd en vraagt om hulp of troost als dat nodig is. Een kind dat zich veilig aan je hecht, ontwikkelt basisvertrouwen. Om een veilige hechting op gang te brengen, laten ouders hun kind voelen dat ze blij met hem zijn. Ze geven hem aandacht en complimenten en knuffelen, helpen en stimuleren hem. Vanuit het gevoel 'Ik word gewaardeerd en ik mag er zijn' gaat een kind positief over zichzelf denken. Hij durft ook los van zijn ouders dingen te ondernemen en relaties met anderen aan te gaan. Hij kan rekening met anderen houden en verkent zelfstandig een steeds wijder wordende omgeving.

## Hechtingsproblemen

Ook al geef je je kind volop liefde, geborgenheid en steun, toch kan het hechtingsproces moeizaam of problematisch verlopen. Het kind gedraagt zich negatief en/of

vermijdt contact. Het basisvertrouwen van een kind kan bij aankomst al zodanig geschaad zijn, dat het hem veel moeite kost je aandacht en genegenheid toe te laten. Ook bij kinderen die langdurig warmte en verzorging hebben gemist of trauma's hebben opgelopen, is het soms moeilijk een vertrouwensband op te bouwen. Een kind heeft dan eerst specifieke hulp nodig om de gebeurtenissen te verwerken. Daarna kan de gehechtheid zich weer beter ontwikkelen en vanuit een veilige gehechtheid kan hij zijn identiteit ontwikkelen.

Ook al geef je je kind alle liefde en aandacht, toch kan de hechting moeizaam verlopen. Ondanks zijn afwijzende gedrag of het moeilijke contact heeft je kind je nodig om zich te kunnen ontwikkelen tot een gewaardeerd persoon met een eigen identiteit.



**Lieke (moeder van dochter Lisa, 4 jaar):** “Lisa zit graag onder mijn grote trui op de bank. Dan speelt ze dat ze uit mijn buik opnieuw geboren wordt. Haar verhaal van haar adoptie boeit haar nog niet, ze weet dat ze uit China komt, maar dat is het dan ook voor dit moment. Ze hecht zich steeds beter aan ons en dat gevoel staat nu op de voorgrond. Vanuit die veilige basis kan ze dan stap voor stap haar eigen wereld gaan vergroten.”

## De vijf bouwstenen

Gehechtheid ontstaat geleidelijk en is in dit model ingedeeld in vijf fasen of bouwstenen. Het fundament, de eerste bouwsteen, is basisveiligheid. Pas als dit fundament er is, kan de vertrouwensband met ouders zich goed ontwikkelen. Daarna kunnen de overige bouwstenen stuk voor stuk worden gelegd. Bouwsteen voor bouwsteen werken de ouders zo aan een veilige hechting en daarmee aan een positief zelfbeeld en een evenwichtige identiteitsontwikkeling van het kind.



Figuur: de fasen ook wel bouwstenen genoemd waarmee een veilige gehechtheidsrelatie wordt opgebouwd.

**De eerste bouwsteen** is het ontstaan van basisveiligheid. De ouders bieden het kind bescherming, zorg, structuur, koestering en reguleren zijn stress. Het kind voelt dat het zijn eigen veilige plek heeft, waarbij hij kan rekenen op de zorg die hij nodig heeft. Dit is een belangrijke basis voor vertrouwen in de ander en daarmee zichzelf.

**De tweede bouwsteen** is het toevertrouwen. Het kind zoekt actief contact met zijn ouders. De ouders zijn gevoelig voor de signalen van het kind en reageren er adequaat op. Ze leven mee, benoemen, stimuleren, volgen en spiegelen hun kind, waardoor het verschillende emoties leert onderscheiden. Het kind leert zijn behoefte uit te stellen: uit ervaring weet hij dat papa of mama komt.

**De derde bouwsteen** is het zelfvertrouwen. Het kind heeft zich inmiddels een innerlijk beeld gevormd van zijn ouders. In deze fase ontstaat door oefenen een balans tussen afstand nemen (los van de ouders op onderzoek uitgaan) en nabijheid zoeken (contact en steun vragen). Het kind leert eigen gevoelens herkennen en frustraties en tegenvallers hanteren.

**De vierde bouwsteen** is het kunnen loslaten. Het kind heeft zich inmiddels een innerlijk beeld gevormd van zijn ouders. In deze fase ontstaat door oefenen een balans tussen afstand nemen (los van de ouders op onderzoek uitgaan) en nabijheid zoeken (contact en steun vragen). Het kind leert eigen gevoelens herkennen en frustraties en tegenvallers hanteren.

**De vijfde bouwsteen** is de creativiteit. Het kind kan zelf oplossingen bedenken, empathisch zijn en zich in een andere rol verplaatsen.

## Toon (vader van Luís, 21 jaar, geadopteerd uit Peru):

“Toen Luís dertien was, hebben we professionele hulp ingeschakeld. Hij gedroeg zich bij vlagen erg agressief, stal soms uit winkels en nam niets aan van anderen. Uit het gesprek met de psychologe bleek dat hij heel onzeker was over ons gezin en zichzelf overschreeuwde. Hij twijfelde nog steeds of wij écht van hem hielden en vond dat hij geen kind was dat het waard was om van te houden. Het bleek dat hij nooit voldoende veilig gehecht was geraakt. Hij had altijd afstand gehouden en durfde zich niet kwetsbaar op te stellen, uit angst voor afwijzing. Door als gezin in therapie te gaan hebben we alsnog gewerkt aan onze onderlinge vertrouwensband en daarmee ook zijn zelfvertrouwen. Daarna ging het veel beter tussen ons. Onzeker was hij af en toe nog wel, maar agressief niet meer. Ook kreeg hij vrienden die hij nu nog heeft.”



Een tekort in één van de bouwstenen beïnvloedt de kwaliteit van de andere. Als het fundament drijfzand is, dan wordt het later lastig relaties aan te gaan en kan een kind angstig blijven voor emotionele of fysieke nabijheid. Voor de vorming van een positief zelfbeeld en de ontwikkeling van een eigen identiteit, is het goed doorlopen van de hechtingsfasen heel belangrijk. Daarom kan het bij een problematische hechting tussen adoptiekind en ouder nodig zijn hulp te zoeken en in te halen wat gemist is in een eerdere fase.

### Tip

Laat vooral heel expliciet in woorden, gebaren en gedrag merken dat je je kind onvoorwaardelijk accepteert en dat je van hem houdt, met zijn sterke én zijn zwakke kanten. Gedrag mag je afkeuren, je kind niet. Maak dat in je reactie op ongewenst gedrag altijd duidelijk en geef daarbij richting aan gewenst gedrag. Bijvoorbeeld: “Je loopt nu van tafel, ik merk dat je boos bent. Kom maar even terug, dan kun je daarna vertellen wat er is.” Of: “Je hebt op de muur getekend. Dat is niet de bedoeling, tekenen doe je op papier, niet op de muur. We gaan samen even de muur schoonmaken, pak de emmer en het doekje maar!”

## Identiteitsontwikkeling en afgestaan zijn

**Wie ben ik en bij wie hoor ik? Deze vragen zijn voor geadopteerden extra ingewikkeld omdat ze zijn afgestaan, worstelen met een dubbele loyaliteit en in uiterlijk vaak afwijken van hun adoptieouders, en loyaliteitsconflicten kunnen de identiteitsvorming in de weg staan.**

### Verdriet, verlies en rouw

Soms doorkruisen gevoelens van verlies, verdriet en rouw de identiteitsvorming van adoptiekinderen. Hun verminderde basisvertrouwen maakt het lastig zich verbonden te voelen en steun te ervaren. Adoptiekinderen hebben een groot verlies geleden doordat ze zijn afgestaan. Ze hebben afscheid moeten nemen van hun land, verzorgers, gewoonten en vriendjes. Veel kinderen vragen zich af of hun biologische ouders hen wel lief vonden. Sommige kinderen hebben ook nog te maken gehad met verwaarlozing, ondervoeding, mishandeling, oorlog, ziekte of verslaving. Rouw en verdriet om het verlies kunnen zich uiten in lastig, boos, gefrustreerd, passief, verward, bedroefd, agressief of depressief gedrag. Een kind moet zijn verlies en eventuele trauma's verwerken. Dan ontstaat er ruimte om te werken aan een veilige hechting en een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen. Er zijn meerdere momenten waarop verdriet en rouw zich kunnen manifesteren bij kinderen.

Een actieve houding van jouw kant helpt om een stevige band met je kind te krijgen. Door je kind te begeleiden bij zijn rouwverwerking leert het zichzelf en zijn levensloop beter kennen.

### Jonge kinderen

Bij kinderen die als baby of peuter zijn geadopteerd, hoeven gevoelens van verdriet en rouw niet direct naar boven te komen. Rond de kleuterleeftijd kan wel ineens het kwartje vallen: ik zie er anders uit, ik kom niet uit jouw buik, ik heb ook een andere vader en moeder. Toch kunnen ook jonge kinderen die het verlies niet bewust hebben meegemaakt rouwgevoelens hebben. Deze kunnen zich manifesteren in subtiele en fysieke uitingsvormen als eczeem, huilen, slecht slapen, niet drinken en een afgewende of strakke blik. Op latere leeftijd, vaak tussen zes en acht jaar, gaat een kind zich pas echt realiseren wat adoptie impliceert: dat je door je biologische ouders bent afgestaan. Op die leeftijd maakt het kind een cognitieve ontwikkelingssprong waarbij hij zich een innerlijke voorstelling kan maken van zijn biologische ouders. Hij vraagt

zich af of zijn biologische ouders nog leven en of hij op hen lijkt. Deze vragen kunnen bij het kind leiden tot gevoelens van rouw en verdriet. Deze gevoelens kunnen ook loskomen door situaties in de buurt of op school die direct of indirect te maken hebben met eerdere verliezen. Er verhuist bijvoorbeeld een vriendje. Of de juf vraagt een babyfoto mee naar school te nemen, terwijl kinderen die op oudere leeftijd geadopteerd zijn vaak geen babyfoto's hebben. Omdat het waarom van het afgestaan zijn soms niet helder is, kan een kind op deze leeftijd gaan fantaseren over deze reden. Ook kan hij zichzelf er (in stilte) de schuld van geven dat hij niet bij zijn biologische ouders kon blijven.

**Xiao Lin (8 jaar, geadopteerd uit China):**

“Ik vind het zo jammer dat ik mijn echte ouders niet ken. En ik wil zo graag weten hoe ik er als baby uitzag. Ik denk er vaak over na hoe ze nu zo'n klein baby'tje konden achterlaten. Wat zou er gebeurd zijn, als niemand me gevonden had.”

**Oudere kinderen**

Kinderen die op de kleuterleeftijd of later zijn geadopteerd, zijn zich meer bewust van hun verlies. Ze kunnen zich hun biologische ouders of verzorgers nog herinneren en hadden zich misschien aan hen gehecht. Ze hebben veel verloren: de band met ouders of verzorgers, vriendjes en bekende geuren en gewoonten. Het rouwen begint dan soms meteen bij aankomst. Bij kinderen die op latere leeftijd geadopteerd worden kan rouw zich uiten in bijvoorbeeld angst, drift, obsessief gedrag, dwars doen, onzindelijkheid of extreem druk zijn. Ook al is dit gedrag goed te verklaren, toch kan het moeilijk zijn tegelijkertijd een liefdevolle band met elkaar op te bouwen. Ook kunnen kinderen in een nieuwe, nog onveilige situatie zich eerst erg proberen aan te passen. Hun gevoelens van ongenoegen en verdriet over hun verlies kunnen pas jaren later naar boven komen. In de puberteit, een essentiële fase in de identiteitsvorming, kunnen gevoelens van verlies en rouw voor het eerst of opnieuw opspelen.

**Verdriet van adoptieouders**

In perioden dat de ontwikkeling of opvoeding moeizaam verloopt en je je teleurgesteld of onmachtig voelt, kan soms het verdriet over bijvoorbeeld je ongewilde kinderloosheid weer opspelen. Dit is een begrijpelijke emotie die er mag zijn. Iedere partij in de adoptiedriehoek heeft zijn eigen verdriet en leed meegemaakt, dat soms in het hier en nu terugkomt. Voor jou en je kind(eren) is het belangrijk dat je dit herkent en een plek kunt geven.

**Loyaliteit**

Een adoptiekind dankt zijn bestaan aan meerdere ouders: zijn biologische ouders die hem ter wereld hebben gebracht en misschien een tijdje hebben verzorgd, soms ook zijn pleegouders, en zijn adoptieouders. Bij adoptiekinderen is er daarom sprake van een meervoudige verbondenheid en loyaliteit. Ze moeten die leren erkennen en hanteren en niet het gevoel hebben dat ze moeten kiezen. Voor adoptiekinderen is dit niet makkelijk, vaak willen ze aan alle gezinnen loyaal zijn, ook als ze een geschiedenis van verwaarlozing hebben.

Toont je adoptiekind veel belangstelling voor zijn biologische ouders? Dat betekent geen afwijzing van jullie als adoptieouders. Het is een gezonde interesse die hem helpt zijn identiteit te vinden. Samen hierover in gesprek gaan kan bovendien jullie onderlinge band verstevigen.

**Tips**

- Laat je kind voelen dat het bij jou de ruimte heeft zich met zijn biologische ouders en land van herkomst bezig te houden. Nodig hem bijvoorbeeld uit om erover te tekenen, of het uit te beelden in spel.
- Het is prettig en veilig voor je kind dat je hem eerst laat vertellen. Of, als dat te moeilijk is, dat je woorden geeft aan zijn gevoelens. Pas daarna kun je je eigen gedachten verwoorden. Erkenning en acceptatie van zijn gevoelens maken voor je kind de weg vrij zijn verdriet te verwerken en zijn vertrouwen in zichzelf en anderen op te bouwen.

**Jan (40 jaar, binnen Nederland geadopteerd):**

“Als ik me verdrietig voel over het feit dat mijn moeder afstand van mij heeft gedaan, dan heb ik het gevoel dat ik mijn adoptieouders kwets. Ik blijf er dubbele gevoelens over houden. Dat is de reden waarom ik hulp zoek.”

## Tips

- Je steunt je kind als je zijn dubbele loyaliteit erkent en duidelijk maakt dat beide ouderparen en landen een stukje van hem zijn. Vertel je kind dat het hem juist extra waardevol maakt dat hij beide kanten in zich heeft. Blijf altijd respectvol praten over de biologische ouders en negeer hen niet. Dit kan door het kind gevoeld worden alsof hij zelf wordt afgewezen.
- Als je bang bent dat er maar weinig informatie te vinden is over de achtergrond of familie van je kind, is het goed om ook daar open over te zijn en je kind bij te steunen. Je kunt wel samen over fantaseren, vaak heeft een kind er zelf allerlei gedachten over.
- Bedenk samen met uw kind een vorm of ritueel waarin er aandacht is voor zijn biologische ouders. Steek bijvoorbeeld op Moederdag en Vaderdag een kaarsje aan voor de biologische moeder en vader.
- Heeft je kind een foto van zijn biologische ouder(s)? Vraag hem waar hij de foto wil bewaren. Bijvoorbeeld in een album, in een lijstje op zijn kamer, of bij de familiefoto's in de huiskamer?

Jongere adoptiekinderen kunnen spontaan zeggen dat ze uit China of Colombia komen zonder last van dubbele gevoelens te hebben. Voor een puber ligt dit anders. Zijn besef dat zijn biologische ouders er anders uitzien en net als hij uit een ander land komen, zorgt voor extra

identiteitsvragen. Waar hoor ik bij? Bij welke groep pas ik? Met welk land voel ik me verbonden? Op de middelbare school wordt hij vaak direct geconfronteerd met deze vragen, omdat daar zich vaak groepen vormen op basis van het uiterlijk.

## Uiterlijk en special need

Uiterlijke kenmerken zijn een belangrijk facet van iemands identiteit; het is mede bepalend hoe iemand zichzelf ziet en hoe anderen hem zien. Adoptiekinderen met een Aziatische, Latijns-Amerikaanse of Afrikaanse afkomst hebben een ander uiterlijk dan hun overwegend blanke gezin, familieleden en klasgenoten. Daardoor wordt hun afkomst en anders zijn benadrukt. Op jonge leeftijd staan adoptiekinderen vaak niet stil bij hun andere uiterlijk. In de basisschoolleeftijd groeit dit besef. Ze worden zich ervan bewust dat ze er anders uitzien, vaak doordat leeftijdgenoten hen hierop aanspreken of in het ongunstige geval doordat ze gepest worden vanwege hun andere

uiterlijk. Het besef van hun anders zijn kan ook gevoelens van verdriet geven. Kinderen willen eruitzien als 'de rest' of hebben verdriet omdat ze gepest worden.

### Special need

Voor kinderen met een special need, een lichamelijke beperking als bijvoorbeeld een schisis of misvormde hand of voet, is hun beperking een extra hobbel in de identiteitsontwikkeling. Ze moeten met jouw hulp niet alleen hun verdriet een plek geven maar ook hun beperking. Voor hen speelt de vraag of hun beperking een reden is geweest voor hun afgestaan zijn. Sommige adoptiekinderen vatten het negatief op ('Ik ben afgestaan omdat ze geen kind met een afwijking wilden), maar ze kunnen het juist ook positief zien ('Mijn ouders wilden het beste voor me en hebben me afgestaan omdat ik in mijn land geen kans had gezond op te groeien.').

## Tip

Benoem het anders zijn van je kind zodra je merkt dat je kind hiervoor belangstelling heeft. Je kind is op de lange duur niet gebaat bij dit negeren, ook wel 'kleurenblindheid' genoemd. Ga samen voor de spiegel staan en beschrijf de kleur/vorm van elkaars haar, ogen en huid. Benoem wat je mooi vindt aan elkaar. Door het anders of speciaal zijn van je kind te benoemen en te erkennen, kan hij dit leren accepteren.



**Lian (18 jaar, geadopteerd uit China):** “Heel lang was ik ervan overtuigd dat mijn biologische ouders mij niet moesten omdat ik een klompvoet had. Daar heb ik veel verdriet van gehad. Nu lukt het me beter het van de andere kant te bekijken. In hun situatie had ik denk ik hetzelfde gedaan. Een kind met een klompvoet had toen ik een baby was geen kans in China en operaties waren te duur. Mijn biologische ouders hebben juist het beste met mij voor gehad. In Nederland heb ik operaties gehad en speciale dure schoenen. Nu zie je er bijna niets meer van. Ik ben zowel mijn biologische ouders als mijn adoptieouders dankbaar.”

**Lisa (27 jaar, geadopteerd uit Brazilië):** “Mijn ouders gaven mij het gevoel dat ze van mij hielden, maar gingen - net als ik overigens - ieder gesprek over mijn anders zijn uit de weg. Ik vond het heel lastig dat ze mijn fundamentele gevoel over dat anders zijn niet bevestigden. Daardoor bleef het voor mij een issue.”

# Identiteitsontwikkeling in de babytijd

**In de babytijd - en zelfs al in de baarmoeder - begint de ontwikkeling van de identiteit van een kind. Vertrouwde mensen in zijn omgeving zijn hierbij belangrijk. Als zij ingaan op de behoeften en signalen van de baby, kan hij basisvertrouwen ontwikkelen.**

## Tijdens de zwangerschap

Zodra een kind gaat groeien in de baarmoeder wordt de kern gelegd van zijn 'ik', zijn psychologische kern. Al in de baarmoeder wordt de mentale ontwikkeling van een ongeboren kind beïnvloed. Ongezond gedrag van de moeder als roken, drinken en druggebruik, maar ook stress zijn van invloed op die ontwikkeling. Uit onderzoek blijkt dat moeders die tijdens de zwangerschap onder zware stress leven, stoffen aanmaken die van invloed zijn op het stresssysteem van de baby.

## Identiteitsontwikkeling van baby's algemeen

Een baby kan in het begin geen onderscheid maken tussen zichzelf en zijn omgeving. Hij is een deeltje van zijn overweldigende omgeving en absorbeert al die indrukken en prikkels. Hij kan er niet zoals jongeren en volwassenen over nadenken of op reageren, hij 'is' zijn omgeving. Om basisvertrouwen en zelfbewustzijn te kunnen ontwikkelen, moet bij de baby het besef gaan groeien van het bestaan van een 'ik' naast de mensen

om hem heen. Het eerste 'zelfgevoel' bij een baby ontstaat in de eerste maanden van zijn leven. Als iemand op zijn geluid reageert, hem knuffelt en aanraakt en hem voedt, merkt de baby het verschil tussen zichzelf en zijn omgeving. Dit is het allereerste begin van de ontwikkeling van de identiteit van een baby. De kwaliteit van deze ervaringen is bepalend voor de verdere ontwikkeling van een kind.

## Maddy (wijkverpleegkundige):

“De vier R'en: rust, reinheid, regelmaat en relatie zijn belangrijk voor een kind. Maar minstens zo belangrijk zijn de drie K's: knuffelen, koesteren en kletsen. Je kind gedijt bij prettige aanrakingen en bij communicatie, of het nu een baby of een ouder kind is. Hij voelt dat hij belangrijk is, dat hij er mag zijn.”

## Identiteitsontwikkeling van baby's adoptiekinderen

Baby's kunnen onbewust verdriet of angst voelen over de scheiding van hun biologische ouders/verzorgers. Een baby moet in zijn eerste jaren basisvertrouwen ontwikkelen en zich leren hechten aan vaste verzorgers. Daarom kan hij flink van slag raken als het hechtingsproces wordt onderbroken doordat hij wordt afgestaan. Bovendien krijgt een baby in de eerste periode na de afstand vaak te maken met veel wisselende verzorgers in een kindertehuis of in meerdere pleeggezinnen. Een baby kan een ongunstige start hebben gemaakt omdat zijn ouders of verzorgers hem door de omstandigheden weinig of geen aandacht hebben kunnen geven. Ook kan het zijn dat de biologische moeder aan stress heeft blootgestaan. Beide factoren kunnen de hechting en daarmee de identiteitsontwikkeling van een baby in de weg staan. Het kind kan de stress van zijn moeder onbewust overnemen en bij onvoldoende aandacht komt de ontwikkeling van zijn basisvertrouwen niet voldoende op gang. Daarnaast moet een geadopteerde baby wennen aan de overgang naar een nieuw gezin. Een andere omgeving met andere geuren, mensen, structuur: de context waaraan het kind was gewend verandert compleet. Al deze factoren maken dat er in de hele vroege identiteitsontwikkeling hiaten ontstaan. De baby ervaart te weinig dat hij er mag zijn, dat hij een vaste plek heeft.

De start van een baby en zijn verdere ontwikkeling in het adoptiegezin kan hierdoor vertraagd verlopen. Kan, want niet alle baby's die geadopteerd worden hebben een even slechte start doorgemaakt en stress of gebrek aan liefde ervaren. Bovendien zijn ook het karakter en de veerkracht van een kind van invloed. Een kind dat emotionele en fysieke tekorten heeft gekend bij zijn start kan zich dankzij zijn positieve karakter en zijn veerkracht toch voorspoedig ontwikkelen.

Ondanks de misschien moeilijke start en het afgestaan zijn van je adoptiekind, ligt er een leven voor hem vol kansen en mogelijkheden. Met een liefdevolle opvoeding kun je een vertrouwensband opbouwen met je kind en hem zijn verdere leven positief steunen en stimuleren. Uit onderzoek blijkt dat de meeste adoptiekinderen opgroeien tot stabiele volwassenen, die hun moeizame start een plek hebben weten te geven.

## Opvoedingsvaardigheden

Een geadopteerde baby vraagt van jullie als ouders extra opvoedingsvaardigheden. Voor het opbouwen van een vertrouwensband is het nodig dat je sensitief bent en goed op de signalen van je kind reageert. Daarbij is het van belang hem de tijd en rust te geven zodat hij kan wennen aan zijn nieuwe omgeving vol nieuwe indrukken, geuren en geluiden.

## Tips

- Onderneem niet te veel en zorg voor een voorspelbare dagindeling. Houd het wereldje van je kind klein met jullie als vaste verzorgers.
- Reageer sensitief op je kind. Ga in op zijn signalen en reageer op de behoeften van je kind door met zorg, spel, liedjes, woordjes en afgestemde aanraking met hem te communiceren.
- Benoem wat je baby doet en voelt ('Jij huilt, Jij hebt honger'). Zo leert je kind zijn gevoelens herkennen.
- Let op de lichaamstaal van je kind. Als hij verstijft of zijn hoofdje wegdraait, is veel direct oogcontact misschien nog wat te bedreigend. Bouw het contact langzaam op.
- Denk bij moeilijk gedrag niet alleen aan adoptie gerelateerde oorzaken, wellicht komt het ook door een groeisprongetje of doordat hij iets onder de leden heeft.
- Heb geduld als een kind lang onrustig of kwetsbaar blijft. Er is heel veel herhaling van positieve ervaringen nodig om oude ervaringen te 'overschrijven'.
- Twijfel je over de ontwikkeling van de hechting of over wat je kind nodig heeft om zich optimaal te ontwikkelen? Zoek dan advies of begeleiding. Dat kan bijvoorbeeld in de vorm van een consultatiegesprek of Video-interactiebegeleiding (VIB-G). Meer informatie vind je op onze website.







# Identiteitsontwikkeling in de peuter- en kleutertijd

**Het wereldje van peuters en kleuters breidt zich langzaam uit met nieuwe mensen. Voor jonge kinderen die zoveel indrukken en nieuwe ervaringen opdoen is het belangrijk dat ze weten dat er iemand is die altijd van hen houdt en hun complimentjes geeft. Daar krijgen ze zelfvertrouwen van.**

## Identiteitsontwikkeling van peuters en kleuters algemeen

Door liefdevolle aandacht, complimentjes en duidelijke regels ontwikkelen peuters en kleuters zelfvertrouwen. Kleuters spelen veel naast elkaar in plaats van met elkaar. Toch ontdekken ze met welk vriendje of vriendinnetje het meer of minder klikt. Die voorkeur is op deze leeftijd overigens meestal eerder praktisch dan sociaal van aard: het vriend(innet)je houdt net als het kind bijvoorbeeld ook van spelen met lego. Kleuters merken dat er bij andere kinderen thuis andere regels kunnen gelden. Soms registreren ze uiterlijke verschillen, maar meestal nog zonder waardeoordeel of betekenis. Daarnaast zijn ze heel nieuwsgierig naar het antwoord op de vraag: 'Waar komen baby's vandaan?'

## Identiteitsontwikkeling van peuters en kleuters adoptiekinderen

Jonge peuters voelen geen bewust verdriet over hun afgestaan zijn.

Ook voor oudere peuters en kleuters zijn het begrip adoptie en de totale betekenis van afgestaan zijn nog niet goed te begrijpen. Ze leren dat ze niet uit mama's buik zijn gekomen, maar uit de buik van een andere moeder en vertellen dit aan anderen. Vaak laten ze wel merken dat ze uit mama's buik hadden willen komen. Het kan ook zijn dat ze vanwege hun beperkte begrip van de werkelijkheid ineens bang zijn voor het idee dat ze in de buik van een andere moeder hebben gezeten. Ze willen dan even niets meer horen over waar ze vandaan komen. Bij het praten of denken over hun herkomst, kunnen kleuters volop hun fantasie gebruiken.

Kleuters gaan zich realiseren dat ze er anders uitzien dan de kinderen uit hun buurt of klas. Leeftijdsgenootjes reageren vaak heel direct (niet om te confronteren of te pesten, maar omdat ze ook bezig zijn met de wereld ontdekken): "Jij bent bruin" of "Dat is helemaal jouw echte moeder niet." Dat besef kan voor een kleuter schokkend zijn. Het is iets waar ze misschien niet eerder bij stil hadden

gestaan. Kleuters kunnen dan moeite krijgen met hun 'anders zijn'. Vooral bij oudere kleuters zie je soms dat ze geen andere huidskleur, spleetogen of een bijzondere naam willen hebben. Ze willen het liefst uit de buik van hun Nederlandse mama zijn gekomen en er net als alle andere kinderen uitzien. Je kind kan erg gefocust zijn op de onderlinge uiterlijke verschillen tussen hemzelf en zijn 'witte' omgeving. Dat hij hier zo mee bezig is wil niet automatisch zeggen dat hij hier moeite mee heeft. Hij is zijn omgeving aan het onderzoeken en ontdekken.

**Rae (6 jaar, geadopteerd uit Thailand):** "Als mijn vriendjes vragen waar ik vandaan kom, zeg ik dat ik geboren ben in het land van de olifanten. Er liepen olifanten in onze tuin."

### Opvoedingsvaardigheden

Je kind gaat uiterlijke verschillen opmerken. Belangrijke taken in deze fase zijn daarom te praten met je kind over de verschillen tussen mensen en hem erop voor te bereiden dat er op school ook verschillen tussen kinderen zijn.

### Tips

- Benadruk dat je van je kind houdt en dat het verschil in uiterlijk tussen jou en hem daar niks mee te maken heeft.
- Benoem niet alleen uiterlijke verschillen tussen je kind en jezelf of anderen, maar ook de overeenkomsten. In uiterlijk, maar ook in dezelfde voorkeuren of belangstelling.
- Ga in op de nieuwsgierigheid van je kind over waar hij vandaan komt. Vertel waar hij geboren is, dat hij uit de buik van een andere moeder komt en hoe hij bij jullie in het gezin is gekomen. Er zijn leuke kinderboekjes die je ter ondersteuning kunt gebruiken.
- Besteed niet doorlopend aandacht aan het adoptieverhaal als je kind laat merken dat hij even niets wil weten over waar hij vandaan komt. Blijf wel open staan voor zijn vragen en geef kort, duidelijk en eerlijk antwoord. Gooi zo nu en dan een balletje op om te kijken of zijn belangstelling verandert.
- Blijf sensitief en responsief reageren op je kind: zie wat hij doet en verwoord dat. "Wat kan jij goed helpen met roeren" of "Knap dat je jezelf aankleedt." Maak tijd voor momenten om samen te praten, te knuffelen en voor te lezen.
- Geef peuters en kleuters de ruimte hun wereld te ontdekken en hun eigen, sterke wil te tonen. Wees daarbij als veilige basis op de achtergrond aanwezig en stel op een rustige manier grenzen.
- Soms is het goed een adoptiekind te benaderen alsof hij jonger is, omdat hij veel gemist heeft. Je kind heeft dan nog wat in te halen.





# Identiteitsontwikkeling in de basisschoolleeftijd

**In de basisschoolleeftijd (6-12 jaar) ontwikkelt de sociale identiteit van een kind zich. Hij wordt zich bewuster van wat andere kinderen van hem vinden. Door een positieve manier van praten en intimiteit delen met je kind, leert hij te vertellen wat hem bezighoudt, wat zijn wensen en gevoelens zijn en hoe hij met anderen om kan gaan. Zo bouwt hij aan een positief zelfbeeld.**

## Identiteitsontwikkeling van basisschoolkinderen algemeen

Een basisschoolkind wordt steeds kritischer en zelfstandiger. Door alleen en in groepjes samen te werken, ontdekt het kind zijn sterke en minder sterke kanten. Vriendjes kiest hij steeds minder vaak vanwege een gedeelde voorliefde voor speelgoed of hobby, maar omdat er een klik is tussen hun karakters en manier van doen. Op deze leeftijd vindt hij het heel belangrijk bij de groep te horen. Dat geeft hem een veilig en vertrouwd gevoel. Vanuit een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen durft een kind steeds meer te ondernemen. Daardoor doet het kind positieve ervaringen op en groeit zijn zelfvertrouwen. Het logisch denkvermogen ontwikkelt zich sterk bij kinderen vanaf zes, zeven jaar. Een kind gaat abstracter denken, krijgt meer begrip voor situaties en oorzaak en gevolg en leert redeneren. Ook zijn taalontwikkeling gaat snel. Taal is belangrijk voor zijn sociale identiteit; met taal kan hij grapjes maken, iemand helpen en troosten en

begrijpen wat een ander bedoelt of voelt.

Op deze leeftijd leert een kind ook meer over zijn gezin en familie. Hij beseft dat een familie bestaat uit mensen die genetisch aan elkaar verwant zijn. Daarnaast zijn kinderen nu bezig met eerlijkheid en rechtvaardigheid. Dit is de leeftijd waarop kinderen volop meeleven met of in actie komen voor kinderen uit ontwikkelingslanden en dieren.

**Sietske (adoptiemoeder van Yu An, 10 jaar):** “Op campings krijgt Yu An al gauw de vraag of zij geadopteerd is. Ze zegt dan altijd: ‘Ja, leuk hè, ik kom uit China.’ Dat vind ik een doeltreffend antwoord. Het prettige is dat ze het daadwerkelijk zo beleeft.”

## Identiteitsontwikkeling van basisschoolkinderen adoptiekinderen

Een adoptiekind gaat beseffen dat zijn adoptieverhaal meer kanten heeft: hij is niet alleen in een gezin gekomen, hij is ook weggegaan uit een gezin. Hij begrijpt nu dat hij om geadopteerd te kunnen worden, eerst is afgestaan of uit huis is geplaatst.

Adoptiekinderen gaan op zoek naar antwoorden op vragen over hun afkomst en waarom ze zijn afgestaan. Voorbeeldvragen: Bij welke vader en moeder ben ik geboren? Hoe zien mijn vader en moeder in Haïti eruit? Lijk ik op hen? Waarom mocht ik niet bij hen blijven? Denken ze wel eens aan mij? Heeft mijn broertje in Nigeria ook een korte arm?

Het besef van een kind dat het is afgestaan kan voor het eerst - of opnieuw - gevoelens van gemis, verdriet en rouw met zich meebrengen. Het verdriet kan zo diep zitten, dat een kind het niet meer over zijn adoptie wil hebben - wat niet wil zeggen dat hij er niet mee bezig is. Ook in een periode van rouwverwerking komen identiteits- en/of loyaliteitsvragen naar boven: Was ik niet lief? Gaat het goed met mijn vader en moeder? Waarom ben ik afgestaan en mijn broertje/zusje niet? Wie zijn nou mijn echte ouders? Wie is mijn echte familie?

Het besef van een adoptiekind dat hij twee paar ouders heeft, kan tot een loyaliteitsconflict leiden. Het kind voelt zich bijvoorbeeld schuldig dat hij aan zijn biologische ouders denkt en wil daarom niet meer met zijn adoptieouders over zijn biologische ouders praten.

Zijn rechtvaardigheidsgevoel kan hem het idee geven dat het niet eerlijk is dat hij wel is geadopteerd, terwijl andere kinderen die het moeilijk hadden moesten achterblijven. Of andersom kan hij zich afvragen hoe het zou zijn als hij daar gebleven was. Adoptiekinderen moeten leren omgaan met de reacties uit hun omgeving op de adoptie. Ze willen graag bij de groep horen en ervaren de verschillen met hun leeftijdsgenootjes soms als lastig. Ze praten dan misschien liever niet over hun adoptie. Als een adoptiekind dezelfde huidskleur heeft als (een van) zijn ouders, kan hij ermee worstelen dat hij wel een adoptiekind is, terwijl dat uiterlijk niet zichtbaar is.

Komt het herkomstland in het nieuws, dan roept dit vaak vragen op bij adoptiekinderen. Is mijn moeder daar nu? Gaat het goed met mijn familie? Ook kan een kind op deze leeftijd al verlangen tonen naar zijn roots en vragen om een reis naar het herkomstland of een ontmoeting met de biologische ouders. Zie ook de brochure ‘Rootsreis in de basisschoolleeftijd’.

**Witoria (12 jaar, geadopteerd uit Polen):** “Ik vertel niets over mijn adoptie, want dan gaan mensen van die moeilijke vragen stellen. Toch zou ik soms wel bruin willen zijn. Dan zien mensen tenminste hoe het bij ons in elkaar zit.”

## Opvoedingsvaardigheden

Al lijkt hij soms al heel zelfstandig, je kind heeft je nog hard nodig op zijn weg naar zelfstandigheid. Belangrijke taken voor ouders in deze fase zijn: structuur bieden, positief stimuleren en bevestigen en het onderwerp adoptie bespreekbaar houden. Naast leiding geven, leer je je kind stap voor stap verantwoordelijkheid te dragen.

Is je kind verdrietig over zijn afgestaan zijn? Respecteer dit verdriet, laat je kind voelen wat het voelt. Als ouder kun je een luisterend oor zijn. Je kunt samen praten over het verdriet en je

kind troosten en helpen het verdriet een plek te geven, bijvoorbeeld door samen iets te ondernemen of te maken. In het boek 'Levensboek van een adoptiekind' van Karin van Hoorn vind je suggesties om samen een levensboek te maken. Ook 'Dit ben ik' van Monique Weustink is een leuk werkboekje over identiteit.

### Tips

- Laat je kind een haalbaar taakje uitvoeren of een bepaalde verantwoordelijkheid dragen. Daardoor leert hij nieuw gedrag en groeit zijn zelfvertrouwen. Geef positieve reacties op zijn ondernemingslust. "Goed geprobeerd. De volgende keer gaat het vast goed." "Fijn dat je boodschappen voor me hebt gedaan. Straks gaan we samen een spelletje doen." Blijf wel duidelijke grenzen en regels stellen.
- Bereid spannende momenten samen voor, bijvoorbeeld door alvast te oefenen met rollenspel of speelgoed.
- Leg je kind uit dat je van meer mensen tegelijk kunt houden. Bijvoorbeeld dat je van de ene opa en oma én van de andere opa en oma houdt. Stel je kind gerust: hij hoeft zich niet schuldig of ondankebaar te voelen wanneer hij aan zijn biologische ouders of geboorteland denkt.
- Houd de onderwerpen adoptie en biologische ouders bespreekbaar, ook al wil je kind er (tijdelijk) niet over praten. Zeg bijvoorbeeld op de adoptiedag of de verjaardag van je kind dat zijn biologische vader en moeder nu vast ook aan hem denken.

# Identiteitsontwikkeling in de puberteit

**Bij wie hoor ik? Wat wil ik en wie ben ik? In de puberteit is een kind volop bezig zijn identiteit te onderzoeken. Vrienden spelen een belangrijke rol in die zoektocht; een puber ijkt zich continu aan andere jongeren in zijn omgeving. Ouders zijn in deze fase vooral een klankbord voor hun zoekende en experimenterende kinderen.**

## Identiteitsontwikkeling bij pubers - algemeen

In de puberteit/adolescentie (van 10 tot 18 jaar, volgens andere definities tot 24 jaar) 'moeten' kinderen veel: verantwoordelijk en zelfstandig worden, zich losmaken van hun ouders, hun talenten en levensstijl ontdekken en hun eigen mogelijkheden en beperkingen leren kennen. Ook moeten ze een seksuele identiteit vinden en uitzoeken welke identiteit bij hen past wat betreft opleiding en beroep.

In die zoektocht naar een eigen identiteit, vergelijken kinderen zich met hun ouders en zetten zich tegen hen af. Ze gaan zelfstandig dingen ondernemen en experimenteren met uiterlijk en gedrag, en soms met alcohol en drugs. Identificatie met leeftijdgenoten is belangrijk. Pubers hebben veel behoefte bij een groep te horen, 'live' of via social media. Vaak sluiten ze zich aan bij een groep en nemen ze de normen en uiterlijke kenmerken over. Meestal zijn deze experimenten tijdelijk; het kind test of een bepaalde identiteit bij hem past.

## Puberbrein

Puberhersenen maken een grote ontwikkeling door. Het inzicht van een puber neemt toe: hij leert verbanden zien, feiten aan elkaar koppelen en abstract en systematisch denken. Dit kan hem een euforisch gevoel geven: hij begrijpt hoe de wereld in elkaar zit. De puberteit is ook de leeftijd om idealen te ontwikkelen en kritischer over dingen na te denken. Consequenties van handelen en gedachten zijn vaak nog wel lastig te overzien voor een puber.

## Tips

- Toon interesse in de leefwereld en belevenissen van je kind. Laat je kind zijn verhaal doen zonder direct je eigen mening te geven. Pubers hebben een grote hekel aan 'preken'.
- Probeer vooral de positieve kanten en de krachten van je kind te verwoorden. Dat betekent niet dat je niet je zorgen over je kind kunt benoemen.
- Geef je puber inspraak bij dingen die je als ouders onderhandelbaar vindt en wees duidelijk over waar je geen discussie over aangaat.
- Geef je puber inspraak bij het begrenzen. Als het nodig is, ben jij het die de knoop doorhakt of de grens trekt.
- Focus niet op probleemgedrag. Maak onderscheid tussen wat echt jouw probleem is (schelden of te harde muziek bijvoorbeeld) en wat van je kind (huiswerk niet af, troep). Maak afspraken over waar je last van hebt (bijvoorbeeld muziek in de woonkamer). Is het een probleem van je kind? Leg de verantwoordelijkheid bij hem neer (laat hem zelf zijn troep opruimen).

## Identiteitsontwikkeling van pubers - adoptiekinderen

Voor adoptiekinderen in de puberteit is het extra hard werken. Naast de taken die voor elke puber gelden, zoals losmaken van ouders en zelfstandig worden, komen er voor een adoptiekind taken bij. Zo moet hij leren 'dealen' met de betekenis en gevolgen van zijn afgestaan zijn en leren omgaan met het verlies dat met adoptie gepaard gaat. Hij moet zijn etnische identiteit onder ogen zien, waarbij hij fysieke verschillen met vrienden en gezinsleden moet accepteren. Ook verschillen in karakter, aanleg en vaardigheden zal hij moeten accepteren. Verder zal hij het belang van zijn roots moeten afwegen

en erkennen. Door zijn toegenomen kritisch denkvermogen en inzicht gaat een puber zijn adoptieverhaal op een dieper niveau begrijpen. Daardoor kan hij veel vragen gaan stellen over zijn adoptiegeschiedenis. Dat hij niet in zijn land van herkomst kon opgroeien, moet een plek krijgen. Hij is weggegaan uit zijn oorspronkelijke land, terwijl dit land nog deel uitmaakt van zijn identiteit. De herontdekking en de pijn van het afgestaan zijn kunnen (opnieuw) leiden tot verdriet en rouw. Pubers stoppen die gevoelens soms weg, waardoor ze heel boos, afstandelijk of somber kunnen worden. Het kan prettig zijn om je te laten coachen door een professional om hiermee om te gaan.

## Vervroegde puberteit

Het komt voor dat adoptiekinderen vervroegd in de puberteit raken. Terwijl het lichaam van het kind verandert, kan hij sociaal-emotioneel juist nog erg jong zijn. Zeker als een kind op latere leeftijd is geadopteerd kan dit lastig zijn voor de ontwikkeling van zijn identiteit. Bij een vervroegde puberteit is de lichaamslengte die het kind bereikt lager dan bij een latere start van de puberteit. Voor adoptiekinderen tikt dit extra hard aan: ze komen daardoor nog meer in een uitzonderingspositie.

## Rol van leeftijdgenoten

Geadopteerde pubers kunnen flink worstelen met het verschil in uiterlijk tussen henzelf en blanke leeftijdgenoten. Soms worden zij vanwege hun uiterlijk helaas gepest of gediscrimineerd door leeftijdgenoten of volwassenen. Neem emoties van je kind over discriminatie serieus en troost je kind. Daarna kun je hem steunen door bijvoorbeeld op een goede manier te oefenen om hier een volgende keer mee om te gaan.

**Sandra (15 jaar, geadopteerd uit de Filippijnen):** "Ik zie mezelf niet als helemaal Nederlands of helemaal Filippijns, maar meer als 'ertussenin' en dat voelt oké. Het gaat erom wie je bent. Die vraag kan ik steeds beter beantwoorden."

## Loslaten en loyaliteit

In de puberteit gaan adoptiekinderen meer nadenken over hun biologische ouders. Tegelijkertijd zetten ze zich af tegen hun adoptieouders. Je afzetten tegen je adoptieouders gaat ook makkelijker als je je kunt identificeren met je biologische ouders. Over dit 'afzetten' kunnen pubers zich behoorlijk schuldig voelen; dit kan leiden tot een loyaliteitsconflict. Pubers kunnen soms extra gevoelig zijn voor loslaten en verlaten. Ze moeten zich losmaken van hun ouders, maar voelen zich ook onzeker of hun ouders hen niet in de steek zullen laten. Daarom kunnen ze (onbewust) extreme grenzen opzoeken om hun onzekere gevoel bevestigd te krijgen. 'Zie je wel, je moet me niet ...!' Waar ze indirect om vragen is juist de bevestiging dat je er als ouders voor hen bent, ook in moeilijke tijden. Om zelfstandig te kunnen worden, geeft een puber zijn ouders stap voor stap een andere plek in zijn leven. Een adoptiekind dat moeilijk de hechting met ouders aan is gegaan, heeft vaak ook weer moeite met loslaten. Bij adoptiekinderen die op oudere leeftijd zijn geadopteerd kan de band bijvoorbeeld nog broos voelen. Zelfstandig worden geeft dan het gevoel het weer helemaal alleen te moeten doen. Dat kan een puber veel angst geven. Onderzoek toont aan dat veel jongeren (geadopteerd of niet geadopteerd) die niet optimaal veilig gehecht zijn, toch in staat zijn bevredigende relaties aan te gaan en te onderhouden.

**Michael (17 jaar, geadopteerd uit Taiwan):**

“Het is belangrijk op je ouders te lijken. Voor mijn vrienden is dat vanzelfsprekend. Maar ik weet niet of mijn muzikaliteit en mijn interesse in techniek voorkomen in mijn Taiwanese familie. Ik ben zo benieuwd of ik misschien een broer of zus heb met dezelfde interesses.”

### Opvoedingsvaardigheden

In de puberteit wordt de band tussen kind en ouder gelijkwaardiger. Ouders staan meer en meer naast dan boven hun kind en opvoeden wordt meer en meer het begeleiden van het kind naar volwassenheid. Een open houding en tegelijkertijd duidelijke grenzen en regels zijn belangrijk in deze fase. Je moet je kind leren loslaten. Aanvoelen waar dat wel en waar dat (nog) niet kan, is voor adoptieouders een belangrijke extra vaardigheid. Je bent het klankbord voor je puber en moet hem de ruimte geven voor experimenten en keuzes in bijvoorbeeld hobby's en vrienden. Voor autoritaire ouders is een puber allergisch; voor een ouder die openstaat voor zijn mening en wensen, af en toe met hem meedenkt en grenzen stelt, heeft hij waardering. Al laat hij dat misschien niet merken.

### Verlangen naar roots

De actieve zoektocht naar

zijn identiteit leidt bij een adoptiekind tot vragen over zijn achtergrondgeschiedenis en roots. Soms blijft het bij fantasieën en verlangens, soms gaan geadopteerden daadwerkelijk op zoek naar hun biologische ouders. Steeds meer adoptiegezinnen maken een rootsreis, een reis om zich te verdiepen in de cultuur en gewoontes van het land van herkomst, vaak al voor de puberteit van het adoptiekind. Voor veel pubers is een daadwerkelijke ontmoeting met biologische ouders uiteindelijk minder belangrijk dan het antwoord op de vraag welke gelijkenissen er zijn in uiterlijk, gedrag en talenten. Op wie lijk ik? Waarom ben ik afgestaan? Hielden mijn ouders van mij? Heb ik meer familie? Uiteindelijk gaan alle geadopteerden op zoek naar hun roots, in welke vorm dan ook. Ook geadopteerden die niet op reis gaan, zullen in gedachten op zoek gaan naar hun afkomst.

**Rosa (25 jaar, geadopteerd uit Colombia):**

“Toen ik informatie kreeg over mijn biologische moeder, was het of er een leegte in me werd opgevuld. Het was alsof ik had rondgelopen met gaten. Ineens overhandigt iemand je een stukje. Daardoor realiseer je je dat het een stukje van jou is dat in een van de gaten past.” Ik zie mezelf niet als helemaal Nederlands of helemaal Filippijns, maar meer als ‘ertussenin’ en dat voelt oké. Het gaat erom wie je bent. Die vraag kan ik steeds beter beantwoorden.”

### Tips

- Laat je kind weten dat het van zowel zijn biologische ouders als van jou tegelijk kan houden.
- Heeft je kind verdriet om zijn afgestaan zijn, maar vindt hij het lastig er met jou over te praten? Maak het makkelijker voor hem, bijvoorbeeld door te zeggen: “Je kwetst mij niet als je er wel met anderen over praat, ik begrijp dat wel.” Dit kan voor je kind al een hele opluchting zijn.
- Merk je dat je kind gedrag vertoont dat kan duiden op verlatingsangst? Leg uit waar de angst vandaan komt en dat deze angst begrijpelijk en normaal is.
- Attendeer je puber op contactmogelijkheden met andere geadopteerde jongeren via internet, verenigingen of via adoptiespecifieke hulpverlening.
- Bereid je kind voor op mogelijke onverwachte ontmoetingen met biologische ouders of broers en zussen via sociale media. De schok kan groot zijn als hij plotseling ‘oog in oog staat’ met een foto van een familielid of als hij onbekende informatie krijgt. Ook kan hij teleurgesteld worden als zijn biologische familie het contact met hem afwijst.







# Vragen van Ouders

**Onze éénjarige zoon uit Taiwan is net bij ons. Binnenkort willen we aan onze familie, vrienden en bekenden een aankomstkaartje sturen. Wat is een goede tekst om hierop te zetten? We vinden het belangrijk dat hij later trots is op zijn Taiwanese afkomst.**

Ze weten dat ze bij jullie horen, maar voelen zich ook loyaal aan hun geboorteland en biologische ouders. Het is fijn als ze dan jullie loyaliteit voelen over hun afkomst. Een aankomstkaartje is daarvan een concreet voorbeeld. Je kunt de afkomst van je kind erkennen door bijvoorbeeld op het kaartje (ook) zijn originele naam te gebruiken en die samen met zijn geboorteplaats te vermelden.

**Mijn dochter van tien fantaseert in ons bijzijn veel over haar biologische moeder. Hoe kan ik het best reageren?**

Adoptiekinderen kunnen gaan fantaseren over hun biologische ouders, waarbij ze kunnen denken dat in het gezin van herkomst alles beter is. Het is soms lastig die fantasiebeelden los te laten, omdat er vaak weinig bekend is over de achtergrondgeschiedenis. Het plaatje is nooit helemaal compleet en dat geeft het kind de mogelijkheid tot het romantiseren van een situatie. Benoem de feiten die bij jou bekend

zijn over de biologische moeder, maak het niet mooier dan het is. Laat je kind merken dat het prima is dat hij over zijn moeder denkt. Als er een foto van de biologische moeder is, kun je die neerzetten zodat je kind er altijd naar kan kijken. Probeer samen een symbolisch alternatief te vinden als die foto er niet is, zoals een dagboek, iets zelfgemaakt of een voorwerp uit de natuur.

**Onze zoon van zeven heeft nog zo weinig zelfvertrouwen. Hoe kunnen wij hem meer zelfvertrouwen geven?**

Ouders kunnen via hun verbale en non-verbale communicatie werken aan het basisvertrouwen en zelfvertrouwen van hun adoptiekind. De grondgedachte daarbij is dat je adoptiekind zich gezien en begrepen voelt. In je houding kun je erop letten dat je je naar je kind toewendt, dat je oogcontact zoekt, regelmatig knikt en een vriendelijk gezicht en stem opzet. Ontvang wat je kind zegt door zijn woorden te herhalen of samen te vatten (bijvoorbeeld: "Jij wil nog even buiten spelen."). Gewenst gedrag positief voorzeggen biedt hem ook duidelijkheid (bijvoorbeeld: "Je zoekt een goeie stoel. Pak deze maar en kom erbij zitten. Zo, gezellig!"). Zo weet hij goed wat de bedoeling is en dat helpt hem om zich zekerder te voelen. Ook video- interactiebegeleiding of Sherborne Samenspel zijn effectief om

het zelfvertrouwen van een kind op te bouwen.

**Mijn zoon van tien wil graag een rootsreis maken en wij zien dat ook wel zitten. Is een rootsreis maken op deze leeftijd verstandig?**

Een rootsreis kan tot doel hebben op zoek te gaan naar biologische familie. Het kan ook een kennismaking met het land zijn. Wil je echt familie gaan zoeken, zoek dan specifieke begeleiding. Je vergunninghouder kan je hierbij op weg helpen. Een rootsreis maken is pas verstandig als je kind zijn plekje in je gezin heeft gevonden en als hij voldoende basisvertrouwen heeft. Maak een rootsreis dus niet te vroeg. Een rootsreis kan meer losmaken bij een kind dan het kind zich van te voren realiseert. Bij een kind dat zich nog niet veilig voelt, kan bij het maken van een rootsreis gevoelens van verlatingsangst naar boven komen. Het kind kan bijvoorbeeld denken dat je hem wilt gaan ruilen. Stel je ook de vraag of het echt ook de wens van je kind zelf is, of alleen de wens van jullie als adoptieouders. Maak een rootsreis alleen als het kind dat zelf ook wil. Laat je kind de grenzen aangeven. Wil hij bijvoorbeeld het kindertehuis niet bezoeken, doe het dan niet. Lees ook onze brochure 'Rootsreis in de basisschoolleeftijd'.

**Mijn dochter van dertien uit Haïti loopt als een hondje achter een groepje populaire Nederlandse meiden aan en doet en kleedt zich zoals zij. Moet ik me zorgen maken?**

Het gedrag van je dochter is heel begrijpelijk; ze wil erbij horen en niet opvallen vanwege haar andere uiterlijk. Voor geadopteerde pubers geldt dit soms nog sterker dan voor andere pubers. Tegelijkertijd komt je dochter op de leeftijd dat ze de uiterlijke verschillen onder ogen moet gaan zien en haar eigen kracht moet onderkennen. Ga met je dochter in gesprek over haar mooie en sterke kanten. Wat vindt ze mooi aan zichzelf en waar is ze goed in? Probeer erachter te komen of je dochter zich echt thuis voelt in de meidengroep, en wat voor haar belangrijk is in vriendschappen.



**Mijn zoon van zeventien gaat om met verkeerde vrienden. Ze blowen en drinken, kunnen heel agressief zijn en spijbelen geregeld van school. Waarom gedraagt mijn zoon zich zo en hoe breng ik verandering in de situatie?**

Adoptietieners kunnen extreem reageren als ze onvoldoende basisvertrouwen en zelfvertrouwen hebben. Een nonchalante houding en alcohol of drugsgebruik kunnen onbewust een 'scherm' zijn om niet te hoeven voelen dat ze kwetsbaar of onzeker zijn. Ongeacht het waarom van dit risicogedrag, het vraagt om ouderlijke bemoeienis.

Het is je verantwoordelijkheid als ouders om te normeren, uit te leggen waarom je je zorgen maakt, grenzen te stellen en te ondersteunen waar nodig. Schakel hierbij ook hulp in van je familie of netwerk, waar je kind zich ook gesteund door voelt. Zodra hij laat zien dat hij zelf beter met de verantwoordelijkheden om kan gaan, heeft hij je leiding en hulp weer minder nodig en kun je hem meer oefenruimte bieden om zelfstandig te leren worden. Heb tegelijkertijd oog voor wat er wel goed gaat, zijn talenten en hobby's, of de positieve contacten die hij heeft. Stimuleer deze, laat hem weten dat je hem waardeert, trots op hem bent, etc. Zoek eventueel opvoedondersteuning van een adoptiedeskundige.

**Mijn dochter van veertien is op Facebook uitgenodigd door haar biologische zus. Ze weet niet of ze dat moet doen.**

Het is positief dat je dochter je heeft verteld over haar zus op Facebook. Nu kun je haar voorbereiden op een eventueel contact met haar familie uit haar geboorteland. Spreek met haar door of ze dit contact echt wil en wat het zou kunnen betekenen. Bereid haar voor en zoek samen het contact. Zo kun je je dochter ondersteunen als ze zich er toch niet prettig bij voelt of als er informatie op haar afkomt waar ze geen raad mee weet.

**Mijn zoon van zestien is een stille en rustige puber. Hij blijft in het weekend thuis en hij durft niet uit te gaan. Moeten we hem stimuleren dat wel te doen?**

Als een kind veilig is gehecht en genoeg zelfvertrouwen heeft, onderneemt hij steeds meer zelfstandig en maakt hij zich stapje voor stapje los van thuis. Bij sommige kinderen komt deze ontwikkeling vertraagd op gang, omdat het kind meer tijd nodig heeft. Voor deze fase geldt dat je je kind wel kunt stimuleren, maar niet dwingen. Je kunt hem stimuleren een vriend bij hem thuis uit te nodigen om bijvoorbeeld samen een film te kijken, of via een sport of hobby anderen te ontmoeten. Een puber met onvoldoende basisvertrouwen heeft het vertrouwen van zijn ouders nodig, dat hij niet in zeven sloten tegelijk loopt. Probeer hem dit vertrouwen te geven.

**Onze dochter van negentien heeft in haar hoofd dat ze een baby wil met haar vriendje. Hoe kan ik hierop reageren?**

Sommige geadopteerde meisjes hebben al vroeg de wens zwanger te worden. Ze hebben een sterk verlangen naar iets dat helemaal van henzelf is om zich te identificeren met hun biologische moeder. Praten over dit verlangen met je dochter is belangrijk, schakel daarbij ook andere naasten uit je netwerk in die ze vertrouwt, zodat ze een realistisch beeld kan ontwikkelen over de voor- en nadelen, ook voor de lange termijn.

**Mijn zoon van acht stelt veel vragen over zijn biologische ouders. De laatste tijd is hij vaak ook verdrietig. Hoe kunnen we hier mee omgaan?**

Bij kinderen die op jonge leeftijd zijn geadopteerd, ontstaat het verdriet om het afgestaan zijn vaak rond de leeftijd van zes tot acht jaar. Verdriet mag er zijn; je kunt en hoeft het niet te verkleinen of te voorkomen. Wel kun je je kind ondersteunen in zijn verdriet. Probeer met aandacht te luisteren, zodat je kind merkt dat je openstaat voor zijn gevoelens. Vertel je kind eerlijk en op zijn begripsniveau over zijn achtergrondgeschiedenis. Maak samen een boek waarin je kind zijn gevoelens en eventuele herinneringen over zijn biologische ouders of verzorgers kwijt kan. Gebruik ook foto's, plaatjes van internet, gedichtjes en verhalen.

**Onze dochter van twaalf moet een middelbare school kiezen. Zij wil graag naar een school met veel allochtone kinderen, voor ons hoeft dat niet zo. Moeten we de wens van onze dochter respecteren?**

Geadopteerde kinderen met een niet-westerse achtergrond voelen zich vaak meer thuis op een middelbare school met kinderen uit verschillende culturen. In principe werkt het het beste als het kind zelf een grote stem heeft in de schoolkeuze. Als het vervolgonderwijs een keus van ouders is, ook al is dit met de beste bedoelingen, blijft het kind zich hier soms jaren tegen verzetten.

**Mijn zoon van negen komt uit China, hij heeft een schisis. Laatst zei hij: "Ik ben dubbel anders met mijn lip en mijn spleetogen. Wilden ze mij daarom niet hebben in China?" Wat kan ik hem het beste vertellen?**

Aan adoptiekinderen met een beperking kun je vertellen dat hun mogelijkheden (en soms zelfs overlevingskansen) in het geboorteland waarschijnlijk heel klein waren. Vul niet te veel in als je het zelf ook niet weet. Het kan de band met je kind verstoren als op latere leeftijd blijkt dat je kind om andere redenen is afgestaan dan je je kind hebt verteld. Vraag naar wat je kind zelf denkt en voelt. Sta hierbij stil en erken de gevoelens van je kind hierover. Als het beeld negatief is, probeer dan samen ook andere opties te bedenken. Bijvoorbeeld: "Dus jij denkt dat je door je uiterlijk niet in China kon blijven? Dat lijkt me niet zo'n leuke gedachte, dat maakt je vast verdrietig. Wil je weten wat ik denk?"...



## Literatuur (Boeken voor ouders)

### **De Multiculturele Persoonlijkheid als gevolg van adoptie en migratie, een gouden kans**

Irene Ypenburg, uitgeverij Van Gorcum, ISBN 978 90 232 4502 5

### **Hoezo, lastige puber?!**

Laura Tietjens, uitgeverij Scriptum, ISBN 978 90 5594 778 2

### **Wereldkind, praten met je**

**adoptiekin**, opvoedgids voor ouders van adoptiekinderen tot 12 jaar, Renée Wolfs, uitgeverij De Prom, ISBN 90 6801 916 3

### **De adoptiedialoog**, gespreksvoering

voor adoptiegezinnen met tieners, Renée Wolfs, uitgeverij SWP, ISBN 978 90 6665 887 5

### **Levensboek van een adoptiekind**,

handleiding voor het maken van een levensboek, Karin van Hoorn, uitgeverij Boekenbent, ISBN 978 90 8570 089 0

**Bruin zonder zon**, jeugdboek over rootsreis, Diane Broeckhoven, uitgeverij Houtekiet, ISBN 90 5240 093 8

**Het sociale leven van baby's**, over de ontwikkeling van de hersenen bij baby's, Chantal Kemner, uitgeverij Balans, ISBN 978 94 600 3341 4

**Huilen, boos zijn, ruzie**, omgaan met emoties bij kinderen tot 8 jaar, Hanneke Hasselt-Mooy, uitgeverij SWP ISBN 90 6665 378 7 ISBN 978 90 5594 778 2

### **Dit ben ik, werkboek identiteit**,

Monique Weustink- Schmeitz, ISBN 978 90 824999 0 02

**Patja de gevlekte panda**, kinderboek (4-8 jr) over adoptie, Martine Delfos, ISBN 978 90 856 0588 1

## Literatuur (Kinderboeken)

### **Mensen, mensen, wát een mensen!**

prentenboek over verschillen, Peter Spier, Lemniscaat, ISBN 90 6069 458 9

**Ieder meisje een prinses**, kinderboek (v.a. 3 jr) over kinderen uit verschillende werelddelen, Mylo Freeman, Clavis uitgeverij, ISBN 978 90 448 1268 8

**Jouw kleur mijn kleur**, kinderboek (v.a. 4 jr), thema diversiteit, eerste schooldag, Mylo Freeman, Clavis uitgeverij, ISBN 978 90 448 1780 5

**Sam krijgt een zusje**, kinderboek (v.a. 5 jr) adoptiekind krijgt adoptiezusje, Veronique Renting, Clavis uitgeverij, ISBN 978 90 448 1274 9

**Rosita**, kinderboek over het besef van geadopteerd zijn, Pimm van Hest, Clavis uitgeverij, ISBN 978 90 448 1045 5

**Elke familie is anders...en dat is toch heel gewoon**, prentenboek over kleurrijke families, Thais Vanderheyden, Clavis uitgeverij, ISBN 978 90 448 1783 6

**Dan zeg ik toch gewoon nee**, kinderboek (v.a. 4 jr), thema nee leren zeggen (serie 'Bobbels en Bubbels', over omgaan met emoties), Ilona Lammerink (kindertherapeute), Clavis uitgeverij, ISBN 978 90 448 1790 4

**Het geheim van Lina en Lotte**, meidenboek over de vriendschap tussen twee meisjes met verschillende achtergrond, Corine Naranjie, Clavis Uitgeverij, ISBN 978 90 448 0864 3





# Meer informatie

## **Meer informatie**

De afdeling Adoptievoorzieningen van Fiom geeft informatie, advies en ondersteuning aan adoptieouders, geadopteerden, leerkrachten en andere professionals. Meer informatie over adoptie en de ontwikkeling en opvoeding van adoptiekinderen vind je op onze website.

## **Persoonlijk advies**

Heb je vragen of zorgen over de ontwikkeling of opvoeding van je adoptiekind? Of wil je gewoon eens van gedachten wisselen met een adoptiedeskundigen? Neem dan contact met ons op via 030-233 03 40 (keuze 3). Wij zijn bereikbaar van maandag tot en met donderdag van 9.30 - 12.30 uur. Je kan ook je vraag mailen naar [nazorgadoptie@fiom.nl](mailto:nazorgadoptie@fiom.nl).

Voor meer informatie:

### **Fiom**

De Bouw 93

3991 SZ Houten

Telefoon: 030-233 03 40

[info@fiom.nl](mailto:info@fiom.nl)

[www.fiom.nl](http://www.fiom.nl)

**omdat je er niet alleen voor staat**