

**HELP, IK BEN EEN
HELIKOPTERMAMA**

**HELP,
IK BEN
EEN
HELI-
KOPTER
MAMA**
EVA DE GEYTER

 | LANNOO

www.lannoo.com

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Omslagontwerp: Tom Hautekiet

Vormgeving: Studio Lannoo en Keppie & Keppie

Auteursfoto: © Dimitri Lowette

Foto p. 174: © Shutterstock/Kunal Mehta

Gedicht p. 168: © Erik Menkveld, 'Alles mag je worden', uit: *Schapen nu!*, De Bezige Bij, 2001.

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2013 en Eva De Geyter

D/2013/45/228 – NUR 854

ISBN 978 94 014 0796 0

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

INHOUD

WOORD VOORAF	7
INLEIDING.	13
Wat is een helikoptermama?	
1 IS MIJN KIND GELUKKIG?	19
Of hoe de helikoptermama voor haar kind de hemel op aarde schept	
2 IS MIJN KIND MOOI?	57
Of hoe de helikoptermama haar kind steevast perfect verpakt	
3 IS MIJN KIND GEZOND?	69
Of hoe de helikoptermama haar kind graag in een gezond lijfje ziet	
4 IS MIJN KIND KLAAR VOOR DE GROTE BOZE WERELD?	89
Of hoe de helikoptermama de dagen van haar kind goed vult	

5 IS MIJN KIND NORMAAL?	111
Of hoe de helikoptermama haar kind graag ziet groeien volgens het boekje	
6 DOE IK HET GOED?	151
Of hoe de helikoptermama graag bevestiging zoekt	
7 LOSLATEN!	175
Of waarom de helikoptermama het wat rustiger aan zou kunnen doen	
DANKWOORD	189
Ere wie ere toekomt...	
REFERENTIES	193

WOORD VOORAF

Aan u die dit boek ter hand neemt,

Toen mijn uitgever met de titel voor dit boek op de prop-pen kwam, voelde ik me een tikkeltje weerspanning. Hoezo ‘Help, ik ben een helikoptermama!’? Om te beginnen was de term, blijkbaar geleend uit de VS, me absoluut vreemd. Al was het beeld meteen duidelijk: zo’n niet-aflatende controlefreak-moeder die niets – maar dan ook niets – aan het toeval overlaat. Een mama die gelabelde boterhammetjes (‘dan hoef je niet elk pakje apart open te doen’), netjes in tweeën gesneden (‘dat bijt makkelijker, veel minder geknoei’), meegeeft aan dochterlief voor de schooluitstap. Samen met de gelabelde warme jas, laarzen en muts. En de zakdoekjes voor-het-geval-dat. Alles samen in het ergonomische en trendy rugzakje uiteraard. Een moeder die het pad effent, kreuken gladstrijkt en steeds een waakzaam oogje in het zeil houdt. Goedbedoeld, maar misschien ook net dat beetje verstikkend. Vanuit het hart, maar misschien

ook een beetje vanuit een overgerationaliseerde geest. Met heel veel liefde, maar misschien ook een beetje met knikkende knieën. Omdat elke stap die kindlief zet, ook potentieel een misstap zou kunnen zijn. Omdat leren in theorie wel met vallen en opstaan moet gebeuren, maar is dat niet een beetje ruwig ouderwets?

Oké, dacht ik daarop, we kennen er allemaal wel zo een-tje, helemaal herkenbaar. Maar 'Help, ik ben een helikoptermama!' op de cover van mijn boek? Nee toch? Straks denkt iedereen dat ik er zelf zo eentje ben! Ik, de chaotische, creatieve geest met het drukbezette freelancersbestaan? Met mijn nonchalante manier van opvoeden, vrolijk en gezwind, uit de losse pols, zeg maar? Had ik maar de tijd om een helikoptermama te zijn, pochte mijn lichtjes gekrenkte moeder-ego nog snel even bij wijze van verweer.

Helaas heeft introspectie me geleerd dat razendsnelle, weerspannige reacties op beschuldigingen veelal duiden op het ontkennen van de werkelijkheid. Als ik de boel even laat bezinken, denk ik aan al die *pas op!*'s en *voorzichtig!*'s die de soundtracks vormen van heel wat ondernemingen van mijn dochters, al is het maar een plastic bordje van de eettafel naar de keuken dragen. Aan die verdwaaalarmbandjes waarop je je gsm-nummer kan noteren, die ik toch maar kocht toen we gingen kamperen. En hoe ik wenste dat we een overzichtelijker camping hadden uitgekozen toen mijn gekoesterde duo van een 4- en een 6-jarige meteen na aankomst op verkenning ging. En nu ik dan toch tot bekentenissen overga, aan die tientallen opvoedingshandleidingen die ik al sinds –

nee, eigenlijk al van voor (we zouden eerlijk zijn) – de geboorte van de oudste op mijn nachtkastje heb liggen...

Toegegeven, had ik een onzichtbare, geruisloze mini-helikopter, ik cirkelde dag en nacht rond de hoofdjes van mijn twee hartendieven. Niet om ze te controleren, nee-nee – vrijheid is nog steeds blijheid – ook in mijn geest. Mijn drijfveren zijn veel nobeler van aard: ik wil die twee wezentjes – die stukjes van mezelf die ze in oorsprong en naar mijn gevoel eigenlijk echt zijn – gewoon beschermen. Tegen weer en wind. Tegen tegenslag en verdriet. Tegen de Grote, Boze Wereld, tout court. Dus toch een helikoptermama? Tja... mijn vrijspraak wordt in dit geval een zware klus, zelfs voor de beste strafpleiter.

Oké, ik beken dus bij deze openlijk aan u, mijn lezer, dat ik wel een beetje (u gunt me mijn trots) in dit bedje ziek ben. Maar wat me vooral bezighoudt: moet ik me daar nu ook over schamen? Ben ik helemaal fout bezig? Heb ik de verkeerde boeken gelezen? Stort ik met mijn aanpak mijn twee bloedjes van kinderen onvermijdelijk de verdoemenis in? Knuffel ik ze straks nog dood? Waar liggen in dat geval de handleidingen voor een correcte opvoeding? Hoe moet het dan wel? Waar ligt het recept, liefst met handig stappenplan, voor het opkweken van het perfecte kind tot de perfecte volwassene?

Aangezien u dit boek toch leest, vermoed ik dat u het gevoel wel herkent, die prangende, knagende vraag: 'Doe ik het goed?' Op school krijg je een rapport, op het werk een functioneringsgesprek, maar hoe zit dat voor je job als moeder? Hoe weet je of je goed bezig bent? Falen doe je liever niet, om

je kinderen te lanceren krijg je maar één – het liefst goedge-
mikte – kans. En dus ga je, kind van je tijd, her en der te rade.
Op het internet, in tijdschriften, kranten, boeken. Je leest je
te pletter over het ‘project van je leven’. Je vraagt advies aan
wie je vooring. En, geef het maar toe, je spiekt graag bij col-
lega-moeders.

Maar waarom eigenlijk? ‘Omdat alleen de perfectie goed
genoeg is natuurlijk!’ zo klinkt de leuze ook in mijn hoofd.
Maar laat dat nu net de reden zijn waarom ik dit boek schrijf:
kan het ooit perfect zijn? En vooral: moet het allemaal zo
perfect zijn? En nog: wat is een perfect kind eigenlijk? Of een
perfecte moeder? Is opvoeden niet bij uitstek iets dat *selon
la tête du client* moet gebeuren? In je eigen stijl, naar je eigen
gevoel, volgens je eigen normen en waarden, volgens het ka-
rakter van je kind? Los van de experts, de talloze onderzoe-
ken, de adviezen in kranten en ‘boekjes’, de smalende blik
van een oud dametje op de tram? Of, zoals de vader van mijn
kinderen me altijd bemoedigend op het hart drukt: ‘Alleen jij
bent de best mogelijke moeder voor onze twee dochters.’ Al
doen we het niet perfect, onze kinderen geven geen rappor-
ten. Ze aanvaarden ons, geheel intuïtief, gewoon zoals we
zijn. Net daarom houden ze van ons.

Voor wie proberen we dan beter te doen? Op welk rapport
wachten we eigenlijk? Naar welke eindmeet proberen we
te spurten? Waarom kan het niet meer ruwig ouderwets? U
weet wel, met vallen en opstaan, de bluts met de buil, vrolijk
nonchalant en uit de losse pols? Waarom volgen ook wij niet
doodgewoon onze intuïtie, in plaats van die waslijsten vol

raadgevingen en adviezen? Dat vraag ik me, een heel boek lang, graag samen met u af. Niet opdat u daarna mijn boek als nieuwe handleiding zou nemen. Die paradox zou al te absurd zijn. Maar wel om mijzelf, en ook graag u, gerust te stellen; wedden dat 'gewoon goed' best goed genoeg is?

Nederlandse
ouders bezorgd
over buitenspelende
kinderen

Zijn we té begaan met
onze kinderen?

Ouders willen per se
dat diploma voor hun
kind, al duurt het tien
jaar en al moeten ze
de eindverhandeling
zelf schrijven

EERSTE
SCHOOLDAG
BAART OUDERS
ZORGEN

Ouders vergallen
paasplezier van kroost

Waar ligt de grens tussen je kind
beschermen en overbeschermen?

DEAR PARENTS
PLEASE RELAX,
IT'S JUST CAMP

praten als w
ten afsluiten. D
gaan we onderha
2013 is uw laats
met de moeilijkste
'Wat de verdeels
weet ik niet. De An
bereid er over te
klem. T

we mochten ge
als het mooi v
dan? Dan ve
heel goed d
mijn mo
deurlij
grond
had

INLEIDING



WAT IS EEN HELIKOPTERMAMA?

Voor ik aan dit boek begon, had ik zelf nog nooit van de term gehoord, laat staan dat ik mezelf als eentje zou hebben bestempeld, maar in de VS is de term al een jaar of tien in zwang. Hij viel voor het eerst in – hoe kan het ook anders – een boek¹ over opvoeden. Een helikopterouder (want zowel moeders als vaders kunnen er last van hebben) is het type ouder dat net als een surveillancetoestel constant boven het hoofd van zijn of haar kind cirkelt om te zien of alles naar wens verloopt.

De helikopterouder trapt daarbij in een paar vallen tegelijk. Hij wil zijn kind observeren, alles vanaf de eerste rij meemaken en graag ook alles vastleggen op foto of film. Hij wil zijn kind ook beschermen, dus verkent hij het terrein en effent het pad nog voor zijn kind er goed en wel langskomt. Gaat het dan toch eens mis, dan is de helikopterouder er als de kippen bij om het kind met liefdevolle woorden te bemoe-

digen of het troostend in zijn armen te sluiten. En komt het kind in contact met ouderwetse tegenslag, dan voelt de helikopterouder zich verschrikkelijk schuldig, of hij vindt een zondebok om die tegenslagen op te verhalen.

Rasechte helikopterouders herleiden opvoeden tot een vorm van topsport. Ze sparen er kosten noch moeite voor, halen er hun voldoening uit, hangen er zelfs een deel van hun identiteit aan op. Falen is voor hen geen optie; succesvolle ouders hebben tenslotte succesvolle kinderen. Meer nog, om eventueel falen te slim af te zijn, helpen helikopterouders het lot graag een handje. Moeilijke huistaken vullen ze zelf in, slechte schoolresultaten vechten ze graag aan bij de leraar. Hun kinderen zien ze als hun beste vrienden: ze durven zichzelf en hun kind weleens in één adem 'wij' te noemen.

Ik hoor het u denken: klinkt als een behoorlijk stel ettertjes (niet de kinderen, wel de ouders). Maar laat u niet misleiden: helikopterouders mogen dan karikaturaal als hoogst-irritante wezens overkomen, eigenlijk zijn hun bedoelingen heel nobel. Ze willen doodgewoon het beste voor hun kinderen. Ze willen vermijden dat hen iets overkomt, willen ze zo veel mogelijk kansen bieden om uit te blinken. Ze willen hun kind blij, gelukkig en succesvol zien, en het liefst zo weinig mogelijk teleurgesteld, verdrietig of bang.

Help, ben ik er ook een?

Ik mag de helikopterouder hierboven wel als een vreemde diersoort beschrijven, maar misschien staat dit type ouder toch niet zo ver van de manier waarop veel van mijn generatiegenoten zich gedragen als ouders. Van hoe ik zelf als mama door het leven ga... Verhalen genoeg in mijn eigen omgeving, van horen zeggen of zelf gezien, van mama's die het schoolproject van hun kind tot een waar kunstwerk helpen scheppen. En die dat kunstwerk nabrengen als zoonlief het op D-day thuis vergeet. Van papa's die naar school bellen om het rapport van hun dochter te betwisten. Van ouders die hun kindjes liever in een hoger niveau van de sportclub zien starten en dat klakkeloos van de trainer eisen. Van ouders die andermans kinderen spreekwoordelijk vertrappelen om voor hun eigen kroost wat snoep te vangen bij de aankomst van Sinterklaas...

Hoe goedbedoeld en hoe liefdevol elk van die initiatieven ook mag zijn, het ruikt verdacht veel naar helikopterouderschap. Denk of beweer ik nu dat iedereen zo in het leven staat vandaag? Neen. Bedoel ik dat wie een van deze dingen al eens gedaan heeft voor zijn kind een hufter is, of straffer: een mislukte ouder? Neen. Wat ik wel constateer bij mijn collega-ouders: ze willen het allemaal zo verdomd goed doen. En ze willen dat graag bevestigd horen, voelen en zien. Ze voelen zich allemaal vroeg of laat weleens schuldig over een opvoedsteek die ze lieten vallen. Ze vrezen al-

lemaal vroeg of laat weleens dat het ‘de verkeerde kant’ opgaat met hun kind, op wat voor vlak dan ook. En ze zoeken allemaal naarstig naar antwoorden op steeds opduikende vragen. In boeken, op televisie, op het internet, bij hulpverleners en medici. Of ik die opvallende onzekerheid als een ziekte of een gebrek beschouw? Neen. Maar het fascineert me wel. De vraag of die goedbedoelende, ambitieuze ouders specifiek zijn voor onze tijd. En waar dat dan wel vandaan komt. Of kinderen echt zo veel speciale zorg nodig hebben als ze vandaag her en der krijgen. De vraag of het niet allemaal wat lossier en intuïtiever, of minder rationeel en wetenschappelijk kan.

Maar u wacht nog op een antwoord op die andere vraag: of ik zelf zo’n helikopterouder ben... Ik ben een kind van mijn tijd, dus vermoedelijk voor een deel wel. Maar ik geloof ook graag dat een ander deel van mij zich er succesvol tegen verzet. Ik onderzoek het graag grondig in dit boek.

En u? Bent u er eentje? Ik zou hieronder een handig en supersnel zelftestje kunnen opnemen met een pasklaar antwoord, aangevuld met praktische zelfhulptips voor hopeloze gevallen. Dat schud ik als doorgewinterde magazinejournaliste zo uit mijn mouw. Maar we zouden uit onze comfortzone stappen, niet? Dus leg ik eerst mezelf op de rooster voor ik u in een hokje stop, of alweer een nieuw schuldgevoel aanpraat. Dit keer laat ik het aan u over uzelf te beoordelen, zo u dat wil. Maar lees vooral eerst graag met me mee. Als u

dan onderweg iets van een helikopterouder in uzelf ontdekt,
bent u tenminste niet alleen.

Steeds jongere kinderen krijgen faalangst

GOED VERWENNEN: HET KAN!

Zo maak je meer tijd voor je kind

Ouders worden minder gelukkig na de geboorte van hun eerste kind

Dit is het verband tussen je mama en je relatie

1 OP 10 MEISJES PIEKERT OVER DE DOOD

Kinderen gescheiden ouders denken vaker aan zelfdoding

BRUSSEL | Het is rustig van Molenbeek. Wanneer reaux na het interview ge...

Een oproer Stany Cre Langkou

Benjamin (opent een in...
Gevoelen brieftje met vra...
Waarom ben je van the...
naar film overgestapt?

1 IS MIJN KIND GELUKKIG?



OF HOE DE HELIKOPTERMAMA VOOR HAAR KIND DE HEMEL OP AARDE SCHEPT

We kunnen er niet omheen: de helikoptermama heeft op het eerste gezicht veel weg van een dictatoriale controlefreak. En je zou durven denken dat ze er vooral op uit is haar eigen status als perfecte moeder te bevestigen. Misschien wel, daar denken we later in dit boek nog verder over na, maar om nog even in haar voordeel te pleiten: dan is dat trekje in elk geval geheel onbewust. Waar ik van overtuigd ben: de helikoptermama helikoptert met goede bedoelingen. Simpelweg omdat ze de spreekwoordelijke hemel op aarde voor haar kind wil creëren. In die hemel is het kind van de helikoptermama zorgeloos, zelfverzekerd, succesvol, emotio-