

Als je kind een andere weg gaat in kerk, geloof en leven is dat soms pijnlijk voor (groot)ouders. In het Friesch Dagblad de komende weken een serie artikelen over vragen en thema's die kunnen leven bij ouders. Vandaag deel 3: een weg naar vrijheid.

Verantwoordelijkheid nemen voor je geschiedenis

Kiezen voor een weg naar vrijheid

JAAP VAN DER MEIDEN

De serie 'Kind en geloof' is vooral geschreven vanuit het perspectief van de ouders. Maar wat moet je als kind met een geschiedenis die, vanwege een verstoorde opvoeding, hier en nu nog zó doorwerkt, dat het gemis en de teleurstellingen dagelijks voelbaar zijn. Daar wil ik in dit artikel bij stil staan. Om iets te laten zien van de mogelijkheden die er zijn, ook al heeft het leven een zware tol geëist. Immers, het kind dat slachtoffer was, wordt een volwassen mens dat verantwoordelijk is voor de consequenties van zijn handelen.

Als je verantwoordelijkheid gaat dragen, bijvoorbeeld als ouder, moet je de mogelijkheid hebben de aandacht op je kinderen te richten om te kunnen zien wat die nodig hebben. Je moet de juiste keuzes maken in het belang van degenen die van je zorg afhankelijk zijn. Dan past het niet meer dat je je blijft beroepen op, of je afhankelijk blijft maken van je geschiedenis. Het is niet fair, niet eerlijk om je partner of je kinderen tekort te doen, vanwege de slachtoffering in je eigen geschiedenis. Immers, zij zijn voor hun gezonde ontwikkeling afhankelijk van hoe jij als vader of moeder voor hen zorgt.

Dat betekent dat je iets moet doen met die geschiedenis door die een goede plek te geven. Om te voorkomen dat je dagelijks of zeer regelmatig door die geschiedenis wordt lastig gevallen. Zeker als je merkt dat je belemmerd wordt in te kunnen zijn wie je wilt zijn, is het van belang de geschiedenis 'voor eigen rekening te nemen'. Dat houdt in dat je verantwoordelijkheid neemt voor die geschiedenis, dat je de consequenties van die geschiedenis niet laat neerkomen op de rug van onschuldige derden. Het houdt in dat je aan het werk gaat om het herhalen van de geschiedenis stop te zetten, uit verantwoordelijke zorg voor de volgende generatie.

Moedige keuzen

Het vraagt moed om zo'n proces aan te gaan. Het is op het eerste gezicht namelijk veel gemakkelijker om het er maar bij te laten zitten en te hopen dat het wel bijtrekt. Of om boos te blijven op je ouders, en het contact op een laag pitje te zetten.. Maar dat zijn slechte oplossingen. Wat dan wel?

Het proces begint met een beslissing. Een beslissing om niet in het verwijt te willen blijven leven. Word je bewust van je motieven, omdat die je kunnen helpen volharden als het moeilijk wordt. Eén zo'n motief kan liggen in de wens om je vrijer te voelen in relaties, een goede partner of een goede vader of moeder te zijn. Als je je realiseert dat je meer beschikbaar bent voor de mensen om je heen en meer vrijheid en ruimte kunt verwerven om de persoon te worden die je graag wilt zijn, dan heb je daarmee een belangrijke en sterke bron van motivatie.

Als je het besluit genomen hebt, begint de zoektocht naar die geschiedenis, ditmaal met de ogen van een volwassen mens. Een zogenaamde volwassen hertaxatie van de geschiedenis. Veel van je herinneringen zijn namelijk gebaseerd op waarneming en interpretaties van een kind.

Een goede manier is om terug te kijken met mensen die jullie gezin hebben gekend. Broers en zussen, ooms, tantes, burens of andere betrokkenen kunnen soms een heel nieuw licht werpen op de gebeurtenissen.

Boosheid

Het is ook belangrijk om je af te vragen hoe het voor je ouders is geweest. Dat vraagt moed, zeker als er veel boosheid of teleurstelling is. Toch kan het je helpen als je inzicht krijgt in de omstandigheden waaronder ze ouders hebben moeten zijn. Wie is de man die je vader, wie is de vrouw die je moeder is? En wat heeft je vader, wat heeft je moeder meegekregen om de verantwoordelijkheid voor jou als hun kind te kunnen dragen?

Het zou goed zijn om daarvoor ook met je ouders zelf in gesprek te gaan, allereerst vanuit daadwerkelijke belangstelling voor wie zij zijn, voor hun jeugd en voor hun geschiedenis. Zoek niet om te beginnen erkenning of waardering voor je eigen verhaal, dat kan later in het proces aan de orde komen. Vaak heb ik meegemaakt dat, als het volwassen kinderen lukt om vanuit die gesteldheid het gesprek in te gaan, ouders blij waren om hun verhaal eens te doen. En even vele malen heb ik van de kinderen gehoord dat ze verrast waren, blij waren met deze ervaring, waarin ze hun ouders hadden leren ontmoeten op een wijze die ze nog niet kenden.

De zoektocht naar de geschiedenis van je eigen ouders levert op dat je je ouders beter leert kennen, wat meestal meer licht werpt op de vraag waarom ze gedaan hebben wat ze gedaan hebben. Zoals je ook je bij zichzelf kunt herkennen hoe de geschiedenis invloed heeft op wie je bent en wat je doet. In die zin kan de geschiedenis licht werpen op het gedrag in het hier en nu.

Grote cadeaus

Marieke had een geweldige hekel aan de ongepast grote cadeaus die haar vader altijd meebracht. Al zolang ze zich kon herinneren deed hij dat. Maar tegelijk sloeg hij haar om het minste of geringste. Niet alleen haar overigens, ook haar moeder en andere broertjes en zusjes werden geslagen. Ze had sterk de indruk dat hij zijn brute gedrag met deze grote cadeaus wilde afkopen.

Tijdens de therapie kwamen we op het punt dat Marieke zich ging verdiepen in de geschiedenis van haar vader. Ze ontdekte dat hij uit een erg arm gezin kwam. Er was geen geld voor kleren, geen geld voor speelgoed, nauwelijks geld voor eten zelfs. Tijdens één van de gesprekken die ze in het kader van de therapie voerde, vertelde haar grootmoeder dat ze haar zoon bij de geboorte van Marieke had horen zeggen: „Zij zal nergens gebrek aan hebben”.

Voor Marieke veranderde daardoor de betekenis van dit ongepaste geven van haar vader. Ze begreep dat het voor hem een manier was om het beste voor zijn kinderen te willen, ook al sloeg hij in andere opzichten de plank totaal mis.

De zoektocht naar het verleden heeft niet tot doel iemand de argumenten te ontnemen om verdriet te hebben of om het gemis te ervaren. Wat fout gegaan is, moet fout genoemd mogen worden, en wie schuld heeft, moet ook schuldig mogen zijn. Het heeft juist tot doel verdriet en gemis een gezicht te geven en te zorgen dat het terecht komt bij de mensen die ook daadwerkelijk een aandeel daarin hebben gehad. Het effect is vaak dat er mildheid ontstaat. Omdat blijkt dat de interpretatie van de gebeurtenissen een andere moet zijn dan die men vroeger als kind had bedacht.

Leren ‘geven’

De belangrijkste stap in het proces van verantwoordelijkheid nemen voor je geschiedenis is weer te gaan geven. Daar bedoel ik mee: weer dingen te doen voor of betrokken zijn op je ouders, maar dit keer op de manier zoals je dat zelf belangrijk vindt, en niet meer gedwongen of verkrampt.

Ik vat die stap wel eens samen met: stop met de zoon of dochter willen zijn zoals je denkt dat je ouders willen dat je bent, maar leef als de zoon of dochter die jij voor je ouders wilt zijn. Dan ben je niet langer slachtoffer van je geschiedenis, of van je ouders.

Dat is een belangrijke zaak, aangezien het voorkomt dat je je schuldig maakt aan nieuw onrecht. Onrecht dat de volgende generatie zou belasten.

Jaap van der Meiden is adjunct directeur van de HdS, christelijke organisatie voor zorg en welzijn te Barneveld. Tevens is hij opleider en supervisor contextuele hulpverlening aan de Christelijke Hogeschool Ede en heeft hij een praktijk voor christelijk georiënteerde hulpverlening en contextuele therapie.

Hij is auteur van het boek ‘Als banden knellen; Over relatieproblemen tussen volwassen kinderen en hun ouders’; uitg. Groen, Heerenveen, 2003.