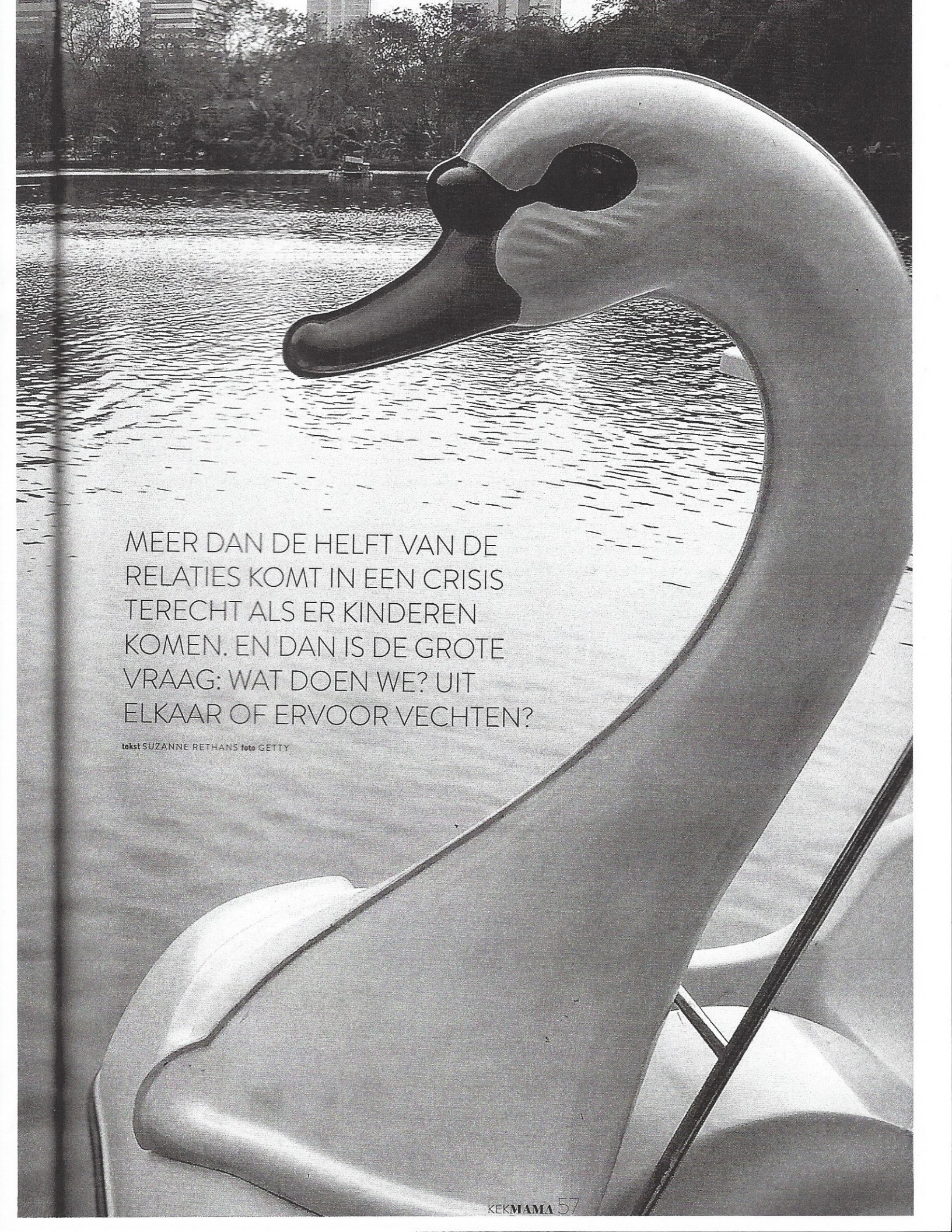




De crisis voorbij



MEER DAN DE HELFT VAN DE
RELATIES KOMT IN EEN CRISIS
TERECHT ALS ER KINDEREN
KOMEN. EN DAN IS DE GROTE
VRAAG: WAT DOEN WE? UIT
ELKAAR OF ERVOOR VECHTEN?

tekst SUZANNE RETHANS foto GETTY

“Het vervelende van samenwonen vind ik dat de leverworst 's avonds minder lang is dan ik hem heb achtergelaten.” Dat zei de vriend van Janet (39) toen ze nog maar kort samenwoonden en hij uit zijn werk thuiskwam. En ze wist: dit is misschien niet de meest flexibele man. Maar ze was zwanger, er was geen uitweg, en het bleek niet eens hun grootste obstakel.

Ze kregen twee zoons die nu tien en acht zijn. De eerste jaren waren zwaar, zegt Janet. “Ik was blij met onze jongens en ons gezin, maar ik miste een hoop. Aandacht voor mij bijvoorbeeld, en iets vrouwelijks in huis. Het was wel heel veel geschreeuw en gestoei.” Sex was vanaf het begin af aan een probleem, haar vriend had er gewoon niet zo'n behoefte aan. “Op een gegeven moment zei hij: ‘Als het zo belangrijk voor je is, moet je maar een minnaar nemen. Ik wil er alleen niets van merken.’ Ik voelde me zo in de steek gelaten.” Janet dacht lang na over de mogelijkheid en besloot toen in te gaan op de avances van een andere man. “Ik fleurde er enorm van op. Ik had sex, ik voelde me weer geliefd en gewild.”

En zo ging het een tijd goed. Tot haar vriend een sms'je van haar minnaar vond. “Het was een nogal geil tekstje, zoals dat gaat als je een minnaar hebt. Ik vond het zielig voor mijn vriend dat hij dat had gezien, maar ik had er geen spijt van. Door mezelf dit te gunnen, werd ik weer compleet.”

Haar vriend wilde er verder niets van weten, maar raakte haar tweeënhalp jaar met geen vinger meer aan. Ze gingen samen in therapie en kwamen erachter dat ze volledig anders in relaties staan. Zij zoekt verbondenheid, hij is bang zichzelf in de ander te verliezen. “Ik ben emotioneel, afhankelijk en een pleaser. Hij is autonoom, lijkt vol zelfvertrouwen en gaat uit van zichzelf.” De therapeut raadde haar aan egocentrischer te worden. “‘Denk niet dat je hem kunt veranderen door veel te geven’, zei hij, ‘waarna je boos bent omdat je het niet terugkrijgt.’ En: ‘Doe wat je trots maakt, dan word je een leuker mens.’ Nou, ik heb het advies opgevolgd. De glasverzameling die mijn vriend zo mooi vond en waar ik een hekel aan had, ging de deur uit. Ik had zin in een kat, ik kocht een kat. Ik beloofde dat ik niet meer met anderen naar bed

zou gaan, maar zei hem dat ik wel zou blijven flirten: ‘Sorry dat je er last van hebt, maar ik ga niet mijn behoeften negeren omdat jij geen zin hebt die te vervullen.’”

Tien jaar lang heeft ze als een golden retriever staan kwispelen, zegt ze nu. Op het moment dat ze er genoeg van had en dacht: ik zoek wel een ander baasje, wakkerde dat bij hem iets aan en keerde het ten goede. “Hij is veel aardiger geworden. Probeert echt socialer te zijn. Als hij uit zijn werk komt, vertelt hij bijvoorbeeld over zijn dag. Wat we delen is onze liefde voor de jongens en ondanks alles hebben we onwijs veel lol. We kunnen tot diep in de nacht opblijven om grappige kabouterhuisjes te knutselen voor een traktatie.” Wat sex betreft: “Ik heb de fout gemaakt erover te klagen, dat is niet bevorderlijk voor de sfeer. Ik had hem gewoon moeten verleiden. We doen het nu eens per maand en dat is prima voor allebei.”

Janet dacht altijd: als de kinderen de deur uit zijn, smeer ik hem. Nu denkt ze: dan kan ik hem eindelijk echt leren kennen. “Ik heb heus geen *Frozen*-achtige illusies, maar hij is zo gesloten geweest dat ik het gevoel heb dat ik nog niet in alle kamers ben geweest. Ik wil het huis nog niet afschrijven.”

Meer dan de helft van de jonge ouders belandt in een crisis na de geboorte van het eerste kind, zeggen filosoof-ethicus Corrie Haverkort en pedagoog en stiefgezincoach Marlijn Kooistra in hun boek *Liever liefde dan de beste buggy*. Dat komt doordat mensen geen reëel beeld hebben van wat het ouderschap inhoudt en hoe het je relatie kan veranderen, zeggen zij. Aanstaande ouders zijn vooral druk met het inrichten van de babykamer, leuke kleertjes en het zoeken naar de beste buggy. Maar waar een kind echt blij van wordt – ouders die het samen fijn hebben – daar is weinig aandacht voor. Ouders zouden er goed aan doen, aldus Haverkort, om al vóór er kinderen komen afspraken te maken over de verdeling van zorg én over de tijd en ruimte die ze zelf nodig hebben. Daar krijg je betere relaties van. Uit een poll op de Facebookpagina van Kek Mama blijkt dat 78% van de stemmers weleens een serieuze relatiecrisis heeft gehad, maar het heeft overleefd. 17% heeft nog nooit een crisis gehad en 5% is na de crisis uit elkaar gegaan.

De officiële cijfers liegen er ook niet om: een derde van de relaties met kinderen eindigt in een scheiding en de verwachting is dat bijna de helft van alle toekomstige ouders gaat scheiden. Steeds vaker gebeurt dat in gezinnen met kinderen onder de vier jaar, aldus scheidingsonderzoeker Ed Spruijt in *Handboek scheiden en de kinderen*. Elk jaar maken in Nederland zo'n 70.000 kinderen een relatiebreuk van hun ouders mee. Geen prettige gedachte, want al die kinderen moeten vervolgens weer aarden in samengestelde gezinnen en wennen aan nieuwe partners en stiefbroers en -zussen. Hoewel dat heel goed kan gaan en je er als kind veel van kunt leren – je wordt er heel flexibel van en komt in aanraking met verschillende normen en waarden – moeten we het ook niet mooier maken dan het is. Zestig procent van de stiefgezinnen valt weer uiteen en

alle kinderen willen het liefst dat hun ouders bij elkaar blijven. Kinderen zijn ook het best af bij ouders die samen zijn, mits ze elkaar niet de tent uit vechten.

En dat valt nog niet mee als je de ander veel te verwijten hebt. Zoals Kiki (42) die wel erg veel moest slikken. "Mijn vriend John is een vrijbuiters", zegt ze, "en dat heb ik altijd geweten. Het was ook wat ik in het begin zo leuk aan hem vond. John was van de wilde feestjes, de spontane reises en de vurige sex. Het was naïef dat ik dacht dat hij wel zou veranderen als we kinderen kregen."

Vanaf het moment dat ze hun eerste kind kregen, een zoon die inmiddels dertien is, voelde John zich een gekooid dier. Het gezinsleven benauwde hem. "Hij kwam steeds later thuis uit zijn werk en ging veel uit met vrienden. Twee jaar later, een paar weken na de geboorte van onze dochter, trok hij het niet meer en zei: 'We gaan latten. Ik neem een etage in Amsterdam en kom twee, drie dagen per week naar jullie toe.'"

Kiki voelde zich beledigd en gekwetst. "Hij liet me in de steek terwijl we net een baby hadden. Er kwam een oerdrift in me naar boven: ik had dat kleine meisje in mijn armen en dacht: dan doe ik het zelf wel." Een scheiding zette ze niet door. "Ik had bij vriendinnen gezien wat een boosheid, pijn en verdriet een scheiding oplevert en dat had ik er niet voor over. Zo kwam hij in ieder geval thuis voor de kinderen en als ik niet te veel zeurde, werd het soms nog best gezellig ook."

De zorg voor de kinderen deed ze al die jaren min of meer alleen. Veel mensen uit het dorp waar ze woont, wisten niet eens dat ze een partner had. Boosheid en wrok bouwden zich op. "Als je kinderen hebt, blijf je bij elkaar, vind ik. Hij liet me ervoor opdraaien terwijl hij feest vierde en wat voor boodschap geef je de kinderen dan mee? Ik vind jullie leuk, maar alleen als het mij uitkomt? Het kostte me moeite om aardig te doen als hij er was, vaak kregen we ruzie zodra de kinderen op bed lagen en vertrok hij midden in de nacht. Natuurlijk waren er ook andere vrouwen, daarover maakte ik me geen illusies, maar hij vertelde er niet over en ik vroeg er niet naar."

Drie jaar geleden keek Kiki in de spiegel en herkende zichzelf niet. Ze was bijna veertig, maar zag er tien jaar ouder uit. "Op het schoolplein ontmoette ik een holistisch schoonheidstherapeute en de behandelingen in haar stoel met al die heerlijke olietjes waren een eerste stap in weer lief zijn voor mezelf. Ik ben aan yoga gaan doen, ging hardlopen en kreeg weer gevoel in mijn lijf." Ze stelde John voor in relatietherapie te gaan, zodat ze eindelijk eens zonder ruzie te maken haar grieven kon uiten. Ook eiste ze van hem dat hij weer thuiskwam, minimaal vijf dagen per week. En zelf wilde ze ook weleens reises maken terwijl hij op de kinderen paste.

"Het grappige is dat de rollen zijn omgedraaid," zegt ze: "ik leef op en hij wordt wat gezapiger. Wel zit er zo veel oud zeer dat aardig doen een puntje blijft, maar het lukt me steeds beter de stekeligheden achterwege te laten. We trekken er als >

gezin veel op uit en ik ben blij dat we dit kunnen doen voor de kinderen. Maar als ik eerlijk ben, zie ik ons niet oud worden samen. Zodra de kinderen het huis uit zijn, ga ik het leven vieren met vriendinnen – en hopelijk een nieuwe liefde.”

Ook voor Myrthe (40) waren de eerste jaren als gezin bepaald geen genoegen. Sterker nog: de eerste zes jaar van hun relatie hebben ze alleen maar ellende gehad. Ze somt op: “Mijn ouders overleden vlak na elkaar, we verhuisden zes keer en kregen kort op elkaar twee kinderen – nu zeven en zes – die veel ziek waren en nauwelijks sliepen. Bovendien werd mijn vriend ontslagen en kwam een jaar thuis te zitten.” Gelukkig hadden ze door de erfenis geen geldzorgen, maar alles draaide om haar en haar verdriet. Ze ging haar vriend, die onverminderd lief en ondersteunend was, steeds minder waarderen. “Ik vond hem saai en stom en weinig ondernemend. Zin in sex had ik ook niet meer, al deden we het nog wel.”

Toen ze zeven jaar samen waren, zei Myrthe: “Misschien moeten we er maar mee ophouden.” Ze was opgebrand, het moederschap viel haar zwaar, ze kwam totaal niet meer aan zichzelf toe. “Ik dacht: als we uit elkaar gaan, heb ik in ieder geval de kinderen niet meer iedere dag en krijg ik ook eens rust. Wat ik fout deed, was mijn miserabele staat op hem projecteren. Ik vond het leven niet meer leuk, maar het leven wás in die jaren ook niet leuk.” Gelukkig reageerde hij heel relaxed. “Hij zei dat ik me niet zo’n zorgen moest maken, dat het wel goed zou komen, en ik had op dat moment niet de moed er echt mee te stoppen.”

Er brak een periode aan van twee jaar puur overleven. “In een ruzie riep hij: ‘Zelfs de poes krijgt meer aandacht dan ik.’ Daar had hij gelijk in, die kat knuffelde ik de hele dag door, hem haalde ik niet meer aan. Het is langzaam maar zeker beter gegaan. Ik besepte donders goed dat het gras aan de overkant altijd groener lijkt. Een nieuwe man zal misschien enige tijd vertier brengen, maar dat houdt ook weer op.” In de basis kunnen Myrthe en haar vriend goed met elkaar opschieten en vinden ze dezelfde dingen belangrijk. “We maken nu tijd vrij voor elkaar, gaan weekendjes weg, naar de bioscoop en uit eten.”

Ze zal nooit die keer vergeten dat filosoof René Gude aan tafel bij *De wereld draait door* zat, vlak voor hij stierf. Hij zei: “Het leven is een gedoeitje.” Myrthe: “Dat is het ook. En in plaats van dat we er eerlijk over zijn en toegeven dat we ’s nachts in bed liggen te janken, zie je alleen maar vrouwen op tv en in tijdschriften die zeggen dat het prima lukt, die carrière in combinatie met welopgevoede zeventienjarige kindjes en een opwindend seksleven.” Nou, zij kent ze niet, die vrouwen. “Mijn vriendinnen hebben het allemaal zwaar. En het is oneerlijk je man daarvan de schuld te geven.” Ze is ontzettend blij dat haar vriend zo vasthoudend was toen zij het zwaar had. “Hij is de liefste, de leukste en de trouwste. Op de momenten dat ik me voel alsof ik geëld word, denk ik nu tel je zegeningen. De kinderen gaan goed, we zijn gezond, we hebben een mooi huis en elkaar.”

Zeg zelf:
met een
nieuwe man
blijft het ook
niet altijd
rozegeur en
maneschijn