

VOORWOORD

Een grote onderneming om volwassenen te interviewen die de scheiding van hun ouders hebben meegemaakt. Mensen van verschillende leeftijden vertellen hun verhaal, mannen en vrouwen, een diversiteit aan beroepen en (culturele) achtergronden. Meestal zijn de kinderen jong of adolescent bij de scheiding van hun ouders, maar soms hebben ze al een gezin. De diversiteit is een kracht van dit boek, terwijl uiteindelijk allen eigenlijk in de bodem hetzelfde zeggen.

Iris Gündel heeft dit grondig en met respect voor alle betrokkenen gedaan. Je ziet de volwassenen terugkijken, en je hoort wat zij liever anders hadden gezien. Je hoort het gevecht van het kind in de volwassene die de ouder op de eerste plaats zet, maar daarmee regelmatig zelf in het gedrang komt. Vaak schrijnende verhalen, met het denken van het kind nog vers in het geheugen, zoals bij de vrouw die dacht dat ze als achtjarige weg moest omdat ze haar moeder niet gefeliciteerd had toen deze trouwde met de nieuwe man. Pas zestien jaar later hoort ze wat de reden was, en die heeft niets met haar daad van niet-feliciteren te maken.

Je hoort in de verhalen de invloed die tot diep in de volwassenheid speelt, ook al kun je als kind sterker zijn geworden, dan nog zegt iemand dat hij liever niet had gehad dat de scheiding had plaatsgevonden. Uit de verhalen springt naar voren, dat we niet genoeg met kinderen communiceren over datgene wat voor hén belangrijk is; even hard komt naar voren dat we te veel met kinderen communiceren over wat juist niet bij hen hoort, maar over de nood van de volwassenen gaat.

Het probleem tussen de ouders domineert. Daar lijden kinderen onder. Zoals een jongeman uitdrukt die er eigenlijk niet zoveel last van heeft gehad, maar die de ouders met relatieproblemen aanbeveelt met elkaar in gesprek te blijven. Zoals zoveel kinderen van gescheiden ouders heeft hij wel leren scheiden. Zo jong als hij is, heeft hij zelf toch ook al een scheiding achter de rug.

Het zich herhalen van de geschiedenis waarin de ruzies en miskenning in de relatie van de ouders later tot mishandeling in de relaties van hun kinderen kan doorwerken. Veel kinderen betalen een zware tol. Hun pijn voorgelogen te worden door hun eigen ouders, maar ook de kracht van broers en zussen is in de verhalen terug te vinden. Ze zijn vaak sterker geworden, maar hebben een prijs betaald.

De moraal van het verhaal: scheiden dóet wat met kinderen. Wat er zou moeten? In ieder geval communiceren wat over hen gaat en bij ze weg houden wat volwassenenwerk is.

Martine Delfos
Utrecht, juli 2015

INHOUDSOPGAVE

1. Inleiding	6		
2. Scheiden: feiten en cijfers	9		
Gert Jan Kloens en Grethe van Duijn: Duurzame relaties op de tocht	10		
Hij ging niet alleen naar Parijs – hij ging met haar	15		
Gewoon een soort midlifecrisis	18		
Vrouwen met een grote V	20		
Fred Schonewille: Verliefdheid is niet genoeg om bij elkaar te blijven	24		
Mijn moeder was dader en slachtoffer tegelijk	27		
Het is wat het is	31		
Mijn ouders hebben ons altijd beschermd	33		
Een ding weet ik zeker: trouwen zal ik nooit	35		
3. Loyaliteitsconflict: tussen twee vuren zitten	37		
Waarom ging je bij je vader wonen?	38		
Relaties breken doe ik per definitie niet	41		
Ik vond het eerlijker bij mijn moeder te gaan wonen	44		
Je lijkt op je moeder	47		
Gert Jan Kloens en Grethe van Duijn: Kind van de rekening	51		
Ik blijf jullie vader	55		
Had ik maar gevraagd of ik mijn vader mocht zien	58		
Wanneer kun jij ze hebben?	61		
Emmy Toonen: Loskomen is een leven lang ploeteren	63		
4. Parentificatie: omkering van rollen	67		
Ik was veertien en mocht alles mooi opknappen	68		
Ik nam de zorg grotendeels van haar over	71		
Mijn moeder zou degene zijn die het moeilijk heeft, niet andersom	74		
Nog steeds een verboden onderwerp	76		
Ik probeer het anders te doen dan mijn ouders	78		
Jeanette van Stijn: Ga je ontwikkelen en leer je grenzen aangeven	80		
5. Bij elkaar blijven voor de kinderen	83		
We blijven bij elkaar tot jullie achttien zijn	84		
Roos Woltering: Het zou helpen als je tijdens en na je huwelijk niet zo in rollen denkt	86		
We voerden permanent een toneelstukje op	89		
Mijn vader had liever geen kinderen gehad	92		
In vier jaar tijd waren we vier keer verhuisd	94		
Jean-Pierre van de Ven: Ik probeer mensen van scheiding af te houden	96		
6. Ouderafwijzing of –vervreemding	99		
Liefdesbaby	100		
Door al het gedoe wilde ik hem niet meer zien	105		
Mijn moeder maakte ons bang voor onze vader	108		
Hanneke Moons: 'De ander is het probleem'	111		
7. Vechtscheidingen	115		
Flippen bij gegil	116		
Harm Jongerius: Je kunt ook gewoon vragen om wat je nodig hebt	118		
Thuis was een slagveld	121		
Ik dacht dat ik weg moest omdat ik mijn moeder niet gefeliciteerd had	124		
Jan Dirk Sprokkereef: Familie, vrienden en burens: spreek jullie zorg uit!	127		
Lydia Spobeck: Ouders wat gaan jullie doen om het voor het kind beter te maken?	129		
Woord van dank	132		
Bronnen	134		
Foto's	135		
Colofon	136		

1. INLEIDING

Zelf was ik acht jaar toen mijn ouders uit elkaar gingen. Ik was de enige in mijn klas met gescheiden ouders. Ik maakte er het beste van. Wat moet je? Nu ik terugblik, zou ik het fijn hebben gevonden om te weten dat er meer kinderen tegen dezelfde dingen aanliepen. Dat er iemand was die zich ook op vrijdagmiddag op het schoolplein al druk maakte of de zwemspullen wel mee waren naar papa dat weekend. In die tijd was er nog niet veel aandacht voor, laat staan hulp.

Mijn moeder startte na haar scheiding een eigen scheidingspraktijk. Toen ik een jaar of vijftien was, raakte ik geïnteresseerd in haar werk. Zo werden er gesprekken gevoerd met kinderen in een scheiding. Als ervaringsdeskundige wilde ik stiekem eens hún verhaal en ervaringen horen en vooral steun bieden. Waar liepen zij tegenaan? Hoe pakte ik dat aan toen het mij overkwam? Ik merkte dat kinderen het fijn vonden om hun verhaal te vertellen en ook te horen dat ik dezelfde dingen zo herkende. Op die manier voel je je echt minder alleen. De verhalen grepen me aan. Het werd me steeds duidelijker dat ik wilde helpen. Ik schrok van wat ouders elkaar aandeden en welk effect dat had op hun kinderen. Zo begon ik hier ook blogs over te schrijven wat voorzag in een behoefte.

Steeds vaker vroeg ik me af hoe deze kinderen op latere leeftijd hiermee om zouden gaan. Want scheiden duurt een leven lang. Wat voor impact zou dit hebben op hun verdere leven? Als ze zelf relaties aangaan of zelf kinderen krijgen. Want de cijfers liegen er niet om: zoveel relaties die stuk lopen. Is een langdurige relatie nog wel van deze tijd? Bestaat 'de ware' überhaupt? Ik moest hier iets mee doen.

Samen met mijn moeder kwam ik op het idee om een boek te maken waarin ervaringsverhalen van volwassenen met gescheiden ouders gedeeld konden worden. Een boek met herkenning voor lotgenoten, met adviezen voor hoe je je handhaaft in een moeilijke situatie, maar ook waarin naar voren komt wat het met je doet als je ouders gescheiden zijn als je inmiddels volwassen bent.

Gelukkig komt er steeds meer aandacht voor kinderen die met een scheiding te maken krijgen. Meermaals blijkt dat volwassenen met gescheiden ouders kampen met littekens uit het verleden. Een boek met oprechte verhalen van moedige volwassenen die mij toevertrouwden wat ze hebben meegemaakt en welk effect dat had en nog steeds heeft op hun leven. Voor sommigen was het verdriet nog zo groot, de loyaliteit met hun achtergrond ook nog zo hecht, dat zij zich alsnog terugtrokken. Voor mij bewees dit hoe moeilijk het is om je verleden 'af te vallen'. Zelfs al ben je de veertig gepasseerd.

Het viel mij op hoeveel mensen liever niet met hun volledige naam boven hun verhaal wilden. Je hebt het immers niet alleen over jezelf – dat maakt het ook telkens zo lastig om erover te praten.

Scheiden moet anders. Daarover zijn heel veel deskundigen het eens. Of je nu mediators, advocaten of professionals in de zorg spreekt; iedereen vindt dat we de handen ineen moeten slaan om scheidingen beter te laten verlopen. Met name voor de kinderen.

Het liefst zou ik zien dat dit het laatste boek is over dit onderwerp en dat hierna deze problemen zijn opgelost. Helaas werkt dat zo niet. Uit de eerlijke en vaak aangrijpende verhalen van de geïnterviewde volwassenen komt goed naar voren hoe belangrijk het is dat je als ouders op een fatsoenlijke 'kindvriendelijke' manier met elkaar om blijft gaan. Ik hoop ook andere volwassenen een hart onder de riem te kunnen steken dat ze niet de enige zijn die worstelen met hun emoties. Tot slot hoop ik dat dit boek ex-partners kan helpen zich bewust te worden van het belang van goed ouderschap. Er staan adviezen in van deskundigen hoe je het ook aan kan pakken.

Ik hoop dat kinderen de kracht vinden om sterker uit de scheiding te komen. Zowel door het delen van de ervaringen als door het voornemen om niet in dezelfde valkuilen te stappen als hun ouders.

Het kan anders. Dat moet.

Iris Gündel
Leiden, najaar 2015



2. SCHEIDINGEN: FEITEN EN CIJFERS

Een op de vijf 17-jarigen groeit op in een eenoudergezin. De gezinssituatie waarin kinderen opgroeien is de afgelopen vijftien jaar veranderd. Steeds meer minderjarigen wonen bij één ouder; van 11 procent in 1999 tot 15 procent in 2014. Ruim 8 procent van de pasgeboren baby's woont in een eenoudergezin. Van de 17-jarigen woont bijna 20 procent bij één van beide ouders. In 2013 waren ruim 34 duizend minderjarigen betrokken bij een echtscheiding. (CBS, 2015) Als je daar het uiteengaan van samenwonende stellen met kinderen bij optelt, wordt dat aantal geschat op zeventigduizend. (Spruijt en Kormos, 2010)

Volwassenen die als kind een scheiding hebben meegemaakt zijn gemiddeld lager opgeleid, hebben een lager inkomen en lopen een grotere kans om zelf te scheiden en depressieve gevoelens te ontwikkelen. (Richtlijnenjeugdhulp, 2015)

Kinderen van gescheiden ouders lijken een significant lagere eigenwaarde en gevoel van zelfbepaling te hebben, terwijl ze ook hoger scoren op een index van gedragsproblemen. Dat heeft gevolgen voor latere sociaaleconomische uitkomsten, zoals de kans op werk, de hoogte van het inkomen, de kans op crimineel gedrag en levensgeluk. (Ter Weel, 2014)

DUURZAME RELATIES OP DE TOCHT

► Deskundigen **dr. Gert Jan Kloens** en **drs. Grethe van Duijn**

Duurzame relaties staan in onze samenleving erg onder druk. In de Westerse wereld zien we ieder jaar hogere scheidingspercentages. Wat is daar nu eigenlijk de oorzaak van? Veel deskundigen zeggen dat het komt door een combinatie van factoren zoals individualisme en consumentisme. In het kort komt het neer op de 'dikke-ik' die vindt dat de ander hem of haar gelukkig moet maken en niet meer weet dat je daar zelf ook verantwoordelijk voor bent. Wij noemen dat verschijnsel de *Postmoderne Consumptieve Relatie (PCR)*. In deze bijdrage leggen we uit wat we daar onder verstaan en hoe het volgens ons zo ver heeft kunnen komen.

Desintegratie van de liefde

Liefdesproblemen zijn niet nieuw. Onderzoek naar de oorzaken ook niet. In 1956 schreef de psycholoog Fromm in zijn boek *The Art of Loving* over de 'desintegratie van de liefde'. Volgens Fromm had de moderne samenleving, waarin we steeds rijker werden en het steeds normaler werd om wegwerpartikelen te kopen en te vervangen, een slechte invloed op onze persoonlijkheid en daarmee op onze intieme en duurzame relaties. Mensen werden behoeftig. Ze wilden steeds meer. Ze wilden vooral liefde ontvangen maar niet geven, terwijl dat juist de kunst van liefhebben is: liefde geven. Fromm stelde vast dat het woord 'liefde' vaak verkeerd gebruikt werd of zelfs misbruikt. Tegenwoordig bestaat er een heel leger aan onderzoekers die deze problematiek onderschrijven en er hun zorgen over uitspreken. Wij maken deel uit van die groep vakgenoten en maken ons zorgen over de toenemende hulpvragen die scheidingsgerelateerd zijn.

De Postmoderne Consumptieve Relatie

In onze moderne samenleving zien we dat mensen steeds meer vrijheden verwerven en dat ze zichzelf oneindig kunnen ontplooiën. Aan de andere kant zien we dat oude tradities zoals het huwelijk en het gezin steeds minder belangrijk worden. De moderne mens bepaalt zelf of er getrouwd wordt of niet. En of er kinderen komen. Eigen keuzevrijheid staat voorop en wat anderen ervan vinden 'boeit niet'. Omdat normen en waarden steeds minder belangrijk worden en collectieve schaamte ontbreekt, is het individu overgeleverd aan grillig, impulsief en hedonistisch gedrag. 'Ik' doe lekker waar ik zin in heb. Zolang 'ik' maar gelukkig ben. Het *zelf* staat met andere woorden op nummer één.

Tegelijkertijd is de ander wel belangrijk om je mee te vergelijken op het gebied van competitie. Gaat je zwager naar Thailand, dan moet je toch

minimaal naar de Arabische Emiraten. Hebben je vrienden van de middelbare school gestudeerd in het buitenland? Dan is je bul uit Amsterdam toch ineens een stuk minder sexy. Misschien toch maar een extra master aan Harvard gaan doen. Ook in de liefde zijn mensen calculerende wezens geworden. In sommige gevallen wordt een partner als een soort product of consumptiegoed gezien. Iets dat je inruilt als je erop uitgekeken bent. Onlangs zei een gehuwde jonge man bij ons in relatietherapie over zijn vrouw – in antwoord op de vraag waarom hij wilde scheiden: 'De houdbaarheidsdatum is overschreden. Ik voel niets meer voor haar. Het is niet leuk en gezellig meer.' De kern van een *Postmoderne Consumptieve Relatie (PCR)* is dus dat liefde als consumptieartikel wordt gezien. Iets dat jouw behoefte bevredigt, net zoals een zak chips je lekkere trek stilt. Je verwacht aandacht en genegenheid van de ander in plaats van dat je zelf in staat en bereid bent om liefde te geven. Je leeft vanuit de ander, of onaardiger gezegd: je parasiteert. Als je kijkt naar de mythes die mensen vaak aanhalen als excuus voor hun gedrag, begrijp je waar het gedrag van de paren die een Postmoderne Consumptieve Relatie hebben, vandaan komt.

Mythe 1: Geluk is een must! Ongeluk ligt buiten jezelf!

Mensen willen tegenwoordig gelukkig zijn en maximaal van het leven genieten. Er schijnt iets goed mis met je te zijn als je niet blij bent. Het motto vandaag de dag lijkt wel: 'Ik geniet, dus ik leef'. En als je niet genoeg geniet, dan moet je daar wat aan doen. Ben je je baan zat? Dan heb je je passie nog niet gevonden. Heb je geen zin meer om de hond uit te laten? Zet hem op Marktplaats. Zeurt je vriendin over het huishouden? Er zijn er zat die wel graag overhemden strijken. Je ruilt je ongenoegen gewoon in. Als ongebonden autonoom individu hoef je toch met niemand rekening te houden?

Samenleven tot de sleur ons scheidt maakt samenleven betekenisarm. Veel mensen hebben op den duur een buitenechtelijke relatie omdat ze zich vervelen of omdat ze oprecht denken dat ze ongelukkig worden van hun partner. De hevige verliefdheid is weg dus 'Er zal wel iets mis zijn met de relatie'. Of ten minste: met de ander. Die was kennelijk toch niet 'de ware' want anders zou je je niet zo ongelukkig voelen. Deze individualistische kijk op het leven waarbij je eruit wilt halen wat erin zit, en voortdurend maximaal gelukkig wilt zijn, staat op gespannen voet met de voorwaarden die nodig zijn voor een duurzame relatie waarin je rekening houdt met elkaar. Dat je juist gelukkiger wordt, meer zelfvertrouwen hebt, en meer persoonlijke vrijheid ervaart als je een vaste relatie hebt, zullen veel mensen niet snel geloven. Maar in feite speelt de moderne mens die zich niet meer kan verbinden met anderen steeds vaker een rol in een oppervlakkig toneelstuk. Leegte, onechtheid en eenzaamheid worden opgevuld met vluchtige keuzes die op korte termijn smaken naar meer. En die vluchtigheid zorgt voor een gebrek aan verbinding. Eenzaamheid wordt in Nederland niet voor niets een steeds groter probleem.

Mythe 2: Liefde gaat vanzelf

Een tweede mythe is dat een gelukkig leven 'als vanzelf' moet gaan en dat de juiste keuzes bijdragen aan een soepele levenswandel. 'Als je voor elkaar bent voorbestemd, gaat alles vanzelf.' Als je van die mythe uitgaat dan is het doorzettingsvermogen vaak gering als je moeite moet doen om problemen op te lossen. Problemen zijn immers een teken dat er iets niet goed zit! De inzet ontbreekt om die reden en bij tegenslag gooien mensen dus al snel het bijltje erbij neer.

Een grote denkfout die veel echtparen maken, is dat er in een goed huwelijk geen plek is voor conflicten of strubbelingen. Dat is een fundamenteel misverstand. De bekende relatie-expert Gottman stelt dat conflicten inherent zijn aan intiem samenleven en dat mensen dat moeten (leren) accepteren. Gemiddeld 69% van de problemen in een intieme relatie is volgens Gottman onoplosbaar. Het zijn de *masters of relationship* die hier op een slimme manier mee om weten te gaan. Zij accepteren dus dat de één liever op een doe-vakantie gaat en de ander op het strand ligt. Of dat de één liever hamburgers eet en de ander vegetarische pasta. In plaats van de ander te overtuigen van het eigen gelijk, accepteren ze de andere zienswijze en zorgen ze dat beiden aan hun trekken komen. Of ze kiezen voor om en om. De echtparen die er niet in slagen om met problemen om te gaan, de zogenaamde *disasters*, strijden voortdurend over deze onoverkomelijke problemen en buitelen van het ene geschil naar het andere om hun eigen gelijk te halen. Of ze zwijgen erover en besluiten in zichzelf dat 'het niet meer gaat'. Het zijn voornamelijk deze *disasters* bij wie de relatie voortijdig schipbreuk leidt.

Zoals sommige mensen menen dat het leven gevrijwaard moet zijn van pijn, moeite en verdriet, zo denken PCR-paren dat in de liefde elke vorm van strijd uitgesloten moet worden. Ze moeten het eens zijn. Er mag geen verschil van mening bestaan. En het mag allemaal niet te veel moeite kosten. Ze verlangen naar liefde als emotie: de relatie moet goed voelen. Voelt die niet meer goed, dan is dat een 'bewijs' dat de relatie over is.

Mythe 3: Ik ben belangrijker dan jij (en wij)

Een derde mythe is dat we onszelf moeten ontplooiën en onze verworven vrijheden moeten inzetten om onszelf gelukkig te maken. Dit leidt bij PCR-paren tot zelfingenomenheid en onverzadigbaarheid of zoals filosoof en socioloog Kunneman schrijft: tot het 'dikke ik'. Het 'dikke ik' is een narcist die vooral verliefd is op zichzelf: relaties zijn vooral bedoeld ter verhoging van het gevoel van eigenwaarde. Daarom zijn partners ook zo snel inwisselbaar. Als de partner het zelfbeeld niet meer verhoogt en het zelfgevoel niet meer bevredigt, zoekt men de volgende partner, ter meerdere eer en glorie van zichzelf. Volgens Kunneman leidt het gebrek aan een diepe relationele verbondenheid tot minder solidariteit, respect en tolerantie voor elkaar. Dat uit zich vervolgens

in het stuklopen van huwelijken en een toename van consumptieve seks. Liefde wordt verward met porno. Het dikke-ik lijdt aan een existentiële armoede en denkt dat directe behoeftebevrediging kan helpen de leegte in te vullen. In feite is het dikke-ik een slaaf van hedonisme, onverschilligheid en cynisme. De vrijheid die het dikke ik opeist, is paradoxaal genoeg juist een zelfgecreëerde gevangenis van het eigen ik. Een liefdesjunk die steeds vaker met steeds meer partners probeert een moment van geluk te beleven en daar steeds minder in slaagt.



Naam **Frans J.**
Leeftijd **48 jaar**
Burgerlijke staat **Gehuwd**
Werk **Verkoop auto's**

Gewoon een soort midlifecrisis

Ik herinner mijn ouders vooral ruziemakend. Bijvoorbeeld op die fondue-avond. Mijn moeder bleef maar doordrammen en mijn vader werd laaiend. Zo boos dat mijn moeder naar haar ouders vluchtte en mijn broertje en mij meenam. Mijn vader reed boos achter haar aan en vroeg aan mijn broertje en mij: "Wat willen jullie?" Wij wilden natuurlijk naar huis. Daarom gingen we met z'n allen maar weer terug.

Maar de situatie was onhoudbaar; de ruzies werden steeds erger. Mijn moeder rommelde met andere mannen omdat mijn vader door zijn eigen bedrijf geen tijd voor haar had. Maar dat was voor hem natuurlijk de druppel. Mijn vader besloot om naar Spanje te verhuizen, hij had daar al familie wonen en we waren er al vaak op vakantie geweest. Mijn moeder bleef met ons achter en was vaak verdrietig, vooral tijdens de feestdagen. We zochten dan familie op voor een beetje gezelligheid. Tijdens de vakanties gingen mijn broer en ik naar Spanje toe om onze vader op te zoeken. Hij liet in die periode zijn snor en baard staan, hij zag er echt heel anders uit.

'Mijn vader realiseerde zich dat hij gewoon een soort midlifecrisis had gehad en dat hij mijn moeder terug wilde.'

Het verhaal was dat onze ouders uit elkaar waren gegroeid maar op mijn zestiende bedachten ze zich ineens. Ze hadden telefonisch contact gehad en de strijdbijl begraven. Mijn vader realiseerde zich dat hij gewoon een soort midlifecrisis had gehad en dat hij mijn moeder terug wilde. Ineens was hij er weer en ik vond het super. We gingen met z'n allen in een nieuw huis wonen; echt een nieuw begin maken. Mijn vader had ook geen eigen bedrijf meer, waardoor hij meer rust had en hij vaker leuke dingen kon doen met ons.

Toch kon hij het niet laten veel naar het buitenland te gaan, voor zijn eigen plezier. Geen idee of hij dan gezelschap had of niet. Na twee jaar gingen mijn vader en moeder alsnog uit elkaar. Een grote afknapper was dat. Mijn vader kocht een appartement in Nederland maar was ook daar niet gelukkig. Hij verhuisde weer naar Spanje, met een nieuwe liefde.

Zelf raakte ik op mijn 23ste gelukkig in de liefde. Samen kochten we een oud pand. We moesten natuurlijk een hoop verbouwen en sjouwen en mijn moeder kwam gelukkig vaak helpen, maar het liep uiteindelijk niet zoals het moest. Daardoor knapte er iets bij mijn moeder. Ze vond dat mijn afwezige vader nu eindelijk eens verantwoordelijkheid moest nemen voor zijn zoon. Ze belde mijn vader en riep: "Je moet nú komen, want het lukt niet met de kinderen. Als je niet komt, dan kun je wegblijven." Maar mijn vader kwam niet.

Nu heb ik mijn eigen leven en ik ben inmiddels getrouwd. Gelukkig zijn allebei mijn ouders op mijn bruiloft geweest, terwijl ze toen al tien jaar uit elkaar waren en nooit meer contact met elkaar hadden. Toen ik ging trouwen, stond voor mij een ding vast: het beter doen dan mijn ouders. Ik zet dus alles op alles op mijn huwelijk goed te houden.

'Ik zet dus alles op alles om mijn huwelijk goed te houden.'

Wat mij geholpen zou hebben

Wat ik miste in de relatie van mijn ouders was wederzijds begrip. Naar elkaar luisteren. Nadenken over hoe iemand dingen beleeft en daar wat aan willen doen. Als je probeert je in te leven in de ander, kun je makkelijker problemen oplossen. Als je langs elkaar heen leeft en veronderstelt dat de ander jou gelukkig moet maken, dan is dat geen goede basis voor samenleven.