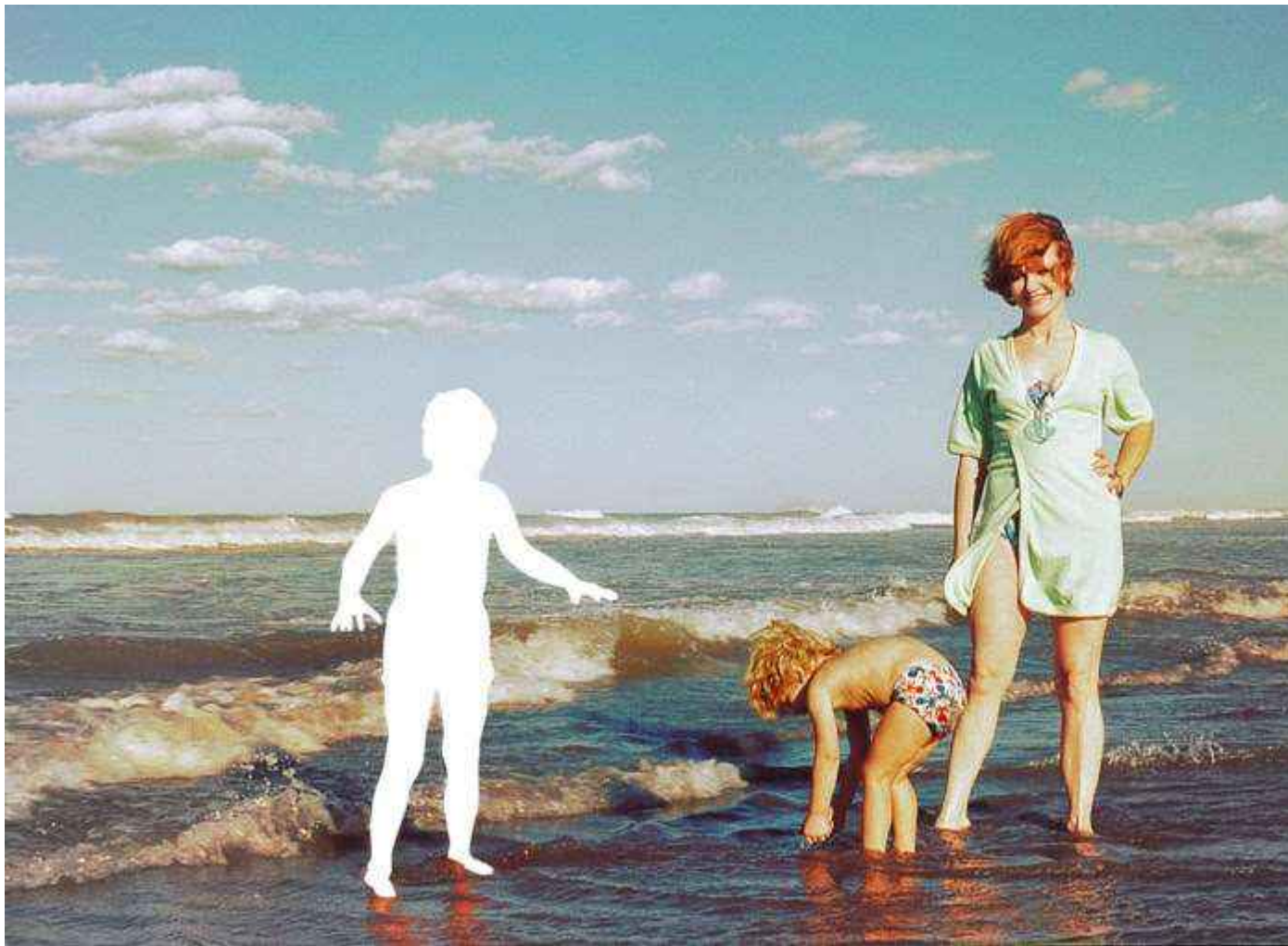




Als kinderen scheiden van hun ouders

Dat ouders soms uit elkaar gaan, hebben we als maatschappij al lang aanvaard. Maar wat als volwassen kinderen van hun ouders willen scheiden? Dan raken we misschien wel aan het ultieme relatietaboe. KAAT SCHAUBROECK

Dit is het tijdperk van de helikopterouders. Eeuwig cirkelen we om onze kinderen heen, waakzaam en bereid tot ieder offer. Zelfs na een scheiding hebben we nog altijd ☐ zekerheid: de band met onze kinderen is onwrikbaar en levenslang. Dat verbond is het priemgetal van de liefde. Zo heilig geloven we in de kracht van bloedbanden dat we ons nauwelijks de andere mogelijkheid kunnen voorstellen: dat volwassen kinderen toch met hun ouders willen breken. Het is een blinde vlek – in ons hoofd en in de onderzoekswereld.

‘Schokkend’, zo noemde de Amerikaanse onderzoekster Kristina Sharp het gebrek aan onderzoek begin februari nog. Dat deed ze in een interview met *Utah Statesman*, het campusblad van de Utah State University, waar ze zich fulltime over het thema buigt. Wereldwijd is ze een van de weinigen in dat onderzoeksdomein, terwijl het fenomeen verre van marginaal is. Volgens Sharp geeft 12 procent van de ouders aan dat ze vervreemd zijn van tenminste een van hun volwassen kinderen. Ook in andere onderzoeken, onder meer in Duitsland en Australië, lag het gemiddelde tussen de 7 en de 12 procent. Bijna altijd waren het de kinderen die dat contact hadden verbroken.

‘Het taboe is enorm,’ zegt Karen*, die al meer dan drie jaar geen contact meer heeft met haar dochter Lore (23). ‘Alleen de dichte familie is op de hoogte. Verder vertel ik het aan

niemand, omdat ik intussen weet wat mensen dan denken: wat voor een slechte moeder moet je niet zijn dat een kind je de rug toekeert? Ik heb weleens contact met andere moeders die hetzelfde doormaken, en zij zeggen het allemaal: je wordt door de omgeving bekeken als een halve crimineel.'



Zeventien jaar geleden heeft Karen met haar ex een bittere scheiding uitgevochten. Lore bleef bij haar wonen, maar ging om de veertien dagen naar haar vader. Nooit liet ze volgens Karen blijken dat ze het thuis moe was, al waren er weleens strubbelingen over geld. 'Op 26 december 2014 vertrok ik met mijn vriend en mijn jongste dochter voor een paar dagen naar de Ardennen. Lore ging liever niet mee. Ze voelde zich te oud, en dat begreep ik. Bij het afscheid zei ze: "Mama, ondanks alles zal ik je altijd graag zien." Ik schonk er toen niet zoveel aandacht aan: pas achteraf heb ik beseft wat het echt betekende. Toen we thuiskwamen, was haar kamer leeg. Als een dief in de nacht is ze vertrokken.'

Lore trok bij haar vader in en weigerde alle contact. Soms zag Karen haar voorbijfietsen – haar ex woonde vlakbij – maar altijd werd ze genegeerd. Aangezien Lore meerderjarig was, kon Karen haar ook nergens toe dwingen. Ze is uiteindelijk een provincie verderop gaan wonen. 'De schok was te groot, ik had die afstand nodig om te overleven. Als je zo iets meemaakt, dan kraakt het je. Dag na dag overloop je in gedachten haar kindertijd: waar is het fout gelopen? Ben ik te streng geweest of te zacht? Hoe dan ook neem je de schuld op je. Het heeft me als mama heel onzeker gemaakt. Ik durf nauwelijks nog iets te beslissen voor mijn jongste dochter, uit angst dat ik een fout zal maken en dat zij op een dag ook vertrekt.'

Soms zijn er voor de hand liggende redenen waarom kinderen geen contact meer willen: mishandeling, verwaarlozing, misbruik, verraad. De ouder wordt dan als het ware gestraft of de kinderen kiezen gewoon voor een veilige afstand. Soms kan een vechtscheiding – zelfs na jaren – doorspelen. In het onderzoek dat Kristina Scharp vorig jaar publiceerde, hadden volwassen kinderen het over vormen van (fysiek, emotioneel, seksueel) misbruik. Vaak kozen ze de stille weg – een uitdoofbeleid of een plotse breuk met hun ouders – om voor zichzelf een leefbaar evenwicht te vinden.

Toch is het een hardnekkige mythe dat kinderen alleen met hun ouders breken na een turbulente jeugd. Degenen die contact houden met hun ouders, groeien niet altijd op in Villa Zonneschijn. En kinderen breken soms met ouders die de beste bedoelingen hadden: kinderen kunnen sowieso een ander perspectief hebben op de gebeurtenissen in hun jeugd dan ouders. Meestal gaat het om een combinatie van factoren: kleine, sluimerende conflicten, het gevoel er niet bij te horen of niets gemeenschappelijks meer te hebben, het idee dat ouders zich te veel moeien, een nieuwe partner (bij ouder of kind) met wie het niet klikt.

De verkeerde taart

De Australische Kylie Agllias interviewde in 2015 een groep van 25 ouders over de redenen waarom ze geen contact meer hadden met hun volwassen kind. Soms leken die te gek voor woorden. Een vrouw had al zeven jaar geen contact meer met haar zoon na een conflict over taart: ze had haar schoondochter gevraagd een bepaald soort gebak mee te brengen naar het familiefeest, maar die had 'met opzet' iets anders mee. De taart was uiteraard een symbool, het breekpunt na een lange periode van wederzijdse wrijvingen, onder meer over een gebrek aan respect. Het haalt meteen ook een andere mythe onderuit: dat een breuk uit de lucht komt vallen. Bijna altijd is ze het resultaat van een reeks, vaak onuitgesproken, ergernissen.

Toch opmerkelijk: in *Hidden voices*, een Britse studie van de universiteit van Cambridge en de organisatie Stand Alone, zei 67 procent van de vervreemde kinderen dat ze hun ouders duidelijk de reden voor de breuk hadden uitgelegd. Meer dan 60 procent van de ouders zei dan weer dat ze nooit een woord uitleg hadden gekregen. Geen wonder dat zoveel ouders blijven worstelen met de waaromvraag.

Blijven proberen?

Tips, programma's, boeken en blijken van sympathie: ouders die worstelen met een peuter, een puber, of met het ouderschap na de scheiding hebben ze voor het uitkiezen. Voor volwassen kinderen die met hun ouders breken, en voor de ouders die met die keuze worden geconfronteerd, is er amper advies – laat staan empathie. Ze krijgen in essentie vooral te horen dat ze moeten blijven proberen, wat vaak als een half verwijt klinkt.

Dat merkte ook Sheri McGregor, een Amerikaanse psychologe en coach. Haar 24-jarige zoon verbrak het contact vlak voor zijn huwelijk. In de weken vooraf merkte ze steeds vaker hoe hij zijn (rijkere) schoonfamilie vergeleek met het gezin waaruit hij afkomstig was, hoe

hij zijn jeugd bekeek door de ogen van zijn vriendin. Hij begon afstand te nemen, tot McGregor een telefoontje kreeg: ze waren niet welkom op het huwelijk. Nadat ze tevergeefs op zoek was gegaan naar hulp, of gewoon een luisterend oor, richtte ze in 2013 een website op, rejectedparents.net. Daar meldden zich al snel duizenden mensen aan: ‘doodgewone ouders’ die toch van hun kinderen – en daardoor ook vaak hun kleinkinderen – waren afgesneden. Op basis van hun ervaringen schreef McGregor een boek over het thema, *Done with the crying*, en ze ging ook in haar praktijk als coach aan de slag met ouders. Een van de thema’s die daar het vaakst aan bod komen: schuldgevoel. McGregor herkent het, ze heeft er lang zelf tegen gevochten, maar na jaren van zelfverwijt, nam ze zich voor drie vragen uit haar hoofd te zetten: waarom gebeurde dit, wat als hij terugkomt, wat deed ik verkeerd? Ze besloot verder te gaan met haar leven, met of zonder Dan. Haar advies: maak er iets van. Geef je leven weer zin, doe wat je graag doet en wat je weer zelfvertrouwen geeft.

Het wordt haar door andere ouders weleens verweten: hoe kan ze haar zoon opgeven? ‘Maar er komt een moment waarop je alles gedaan hebt wat je kunt’, schrijft ze. ‘Soms is het gewoon zinnig om toe te geven aan het besluit van een kind. Ik wens mijn zoon het beste. Ik hoop oprecht dat hij gelukkig is. Maar ik tel ook nog mee. Ik wil dat andere ouders dit ook weten: als je kunt loskomen van al die vragen, van het eeuwige “waarom” en “wat als”, dan kan je nog altijd een vervullend leven leiden.’

Een kind is geen vuilniszak

Nog een gevoelig thema in de praktijk van McGregor: hoop. Ze gunt het elke ouder, en ze beseft dat hoop je door de donkerste momenten kan sleuren, maar ze kent ook de realiteit van de cijfers: het komt gewoon niet zo vaak tot een verzoening, en zelfs niet tot een verhelderend gesprek. In het onderzoeksrapport *Hidden voices* gaf zo’n driekwart van de volwassen kinderen aan dat ze geen normaal contact meer mogelijk zagen in de toekomst. Ook in het onderzoek van Kristina Scharp toonden de kinderen weinig animo om het contact te herstellen. Voor ouders blijft er vaak niets anders over dan troost te zoeken, met mensen te praten die hen niet veroordelen, en, als ze dat willen, de reservesleutel te leggen waar hun kind hem weet te vinden.

Hopen of verdergaan? Ook Karen voelt het gevecht. Ze beseft dat ze verder moet, maar er is niet zoiets als een afscheidsritueel, een manier om het af te ronden – waardoor ze blijft twijfelen. ‘Sommigen zeggen: “Laat het los, en ga verder met wat je wel nog hebt.” Maar een kind is geen vuilniszak die je dumpst. Soms denk ik: ik spring nu op de trein en ga haar zoeken. Als ik bij mijn mama op bezoek ga, ben ik fysiek weer dichterbij mijn dochter, ook al omdat daar foto’s van haar staan. En dan voel ik me weer rusteloos en triest. Ik blijf dromen van een verzoening, al ben ik wel bang voor de tijd die tussen ons in komt. Ik mis zoveel momenten. En stilaan groeit ook de kwaadheid. Het voelt onrechtvaardig. Ik heb mijn best gedaan, gevochten om haar een warm nest te geven en ik ben afgedankt. Ik weet zelfs niet wat ik zou doen als ze hier plots voor de deur stond: eerst boos zijn, of haar toch maar meteen in de armen sluiten?’

(*) Karen is een schuilnaam