

Zonen en Dochters met afwezige Vaders of Moeders

3 artikelen van Peg Streep uit het online magazine <https://www.psychologytoday.com>.

Wanneer voelt een kind zich in de steek gelaten? Dat kan het gevolg zijn van emotionele verwaarlozing, overlijden van de ouder, afstaan voor adoptie of het letterlijk vertrek van een van de ouders. Voor het kind is het bijbehorende verhaal vaak onbegrijpelijk – het is meestal ook niet het verhaal van het kind. De gevolgen, groot en klein, denderen door tot in de volwassenheid, soms met gevoelens van schaamte, woede en alles daartussenin.

In mijn familieopstellingen praktijk kom ik veel zonen en dochters tegen die worstelen met de vraagstukken die hier aangeraakt worden. Daarom heb ik deze 3 artikelen vertaald zodat iedereen het makkelijk lezen kan. En om duidelijk te maken dat je de enige niet bent.... en dat een familieopstelling bijwonen, gewoon als toeschouwer of als plaatsvervanger, je weer in contact kan brengen met dat deel van jou dat al zo lang weggestopt is. Een stap verder – en daar is even moed voor nodig – is om jouw specifieke situatie in te brengen

NB Overal waar 'moeder' staat, kan je 'vader' lezen – en overal waar 'dochter' staat, kan je 'zoon' lezen.

Met dank aan [Bas Roeleveld](#) op wiens Facebook pagina ik op 19 november 2021 de link naar het Amerikaanse artikel tegen kwam.

Veel leesplezier – je snapt wel wat ik bedoel.

Heiko Sportel
www.helderheid.info volg mij op [Facebook](#)



Inhoud:

8 Dingen die je niet moet zeggen tegen iemand die vervreemd is van een ouder	2
Ongeliefde dochters en de pijn van verlating door je moeder	6
Onbeminde dochters en de warboel die achterblijft als de moeder weggaat	10

8 Dingen die je niet moet zeggen tegen iemand die vervreemd is van een ouder

Wat mensen met goede of goed-genoeg ouders moeten weten.



Geplaatst op 4 mei 2021 door Peg Streep op

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/tech-support/202105/8-things-not-say-people-who-are-estranged-parent>

Belangrijke punten:

- Hoewel vervreemding tussen volwassen kinderen en ouders niet ongewoon is, blijft het een cultureel taboe en kan het leiden tot een hard oordeel.
- Mensen denken meestal jarenlang na over de beslissing om het contact te verbreken en proberen vaak op bepaalde punten zelfs verzoening.
- Veel mensen gaan ervan uit dat de vervreemding tussen volwassen kinderen en ouders het gevolg moet zijn van onvolwassenheid en/of opwelling van woede; dat is niet waar.

Op vervreemding van het gezin - vooral wanneer het wordt geïnitieerd door een volwassen kind - blijft schaamte rusten, ondanks al het recente psychologische onderzoek waaruit blijkt dat het niet ongebruikelijk is. Enige sympathieke aandacht in de reguliere media en de publicatie van twee boeken slepen het onderwerp op zijn minst uit de schaduw. (Beide auteurs zijn hier bloggers op <https://www.psychologytoday.com>. Dr. Joshua Coleman is een psycholoog en zijn boek, Rules of Estrangement, probeert vervreemde ouders te helpen. Dr. Karl Pillemer is een socioloog en zijn boek Fault Lines bevordert verzoening).

Ik (Peg Streep) ben geen onpartijdige waarnemer, aangezien ik mijn enige overlevende ouder - mijn moeder - meer dan 30 jaar geleden heb buitengesloten uit mijn leven. Ik weet nog goed hoe de kijk op mij toen veranderde. Het was de assistente in een dokterspraktijk die vroeg naar de medische geschiedenis van mijn moeder en haar gezicht vol afkeuring toen ik zei dat ik het niet wist. Het kwam op allerlei manieren naar voren, allemaal ongemakkelijk.

Wanneer ouders een kind buitensluiten, is de veronderstelling over het algemeen dat ze een heel goede reden moeten hebben, omdat hun actie indruist tegen alles wat we geloven over de blijvende en onvergankelijke aard van ouderlijke liefde. Dit laatste wordt hier en daar wel ter discussie gesteld, maar zeker niet in de verhalen van ouders die kinderen eruit gooiden omdat ze homo of trans waren of omdat ze niet vasthielden aan de religieuze overtuigingen van hun ouders. Die verhalen zijn relatieve uitschieters omdat de 'oorzaak' gemakkelijk te herkennen is en je ofwel de kant van de ouders kiest of niet. Maar waar het op neer komt? In

deze maatschappij is het makkelijker te accepteren dat een ouder een volwassen kind afsnijdt dan andersom.

De bewijslast van vervreemding geïnitieerd door een volwassen kind

Het taboe wordt gesteund door het Bijbelse gebod dat ons opdraagt om onze moeders en vaders te eren, evenals diepgewortelde ideeën over kinderlijke verplichtingen en de nooit eindigende dankbaarheid die we zouden moeten voelen voor degenen die ons op de planeet zette of ons in huis nam; die ons voedde, kleepte, beschutte en onderwees; en betaalde voor al die dingen. Aangezien dat toevallig wettelijke vereisten zijn, is het eigenlijk niet raar om te denken dat als dat alles was wat van een ouder wordt verlangd, een weeshuis ideaal zou zijn.

Hoewel recent psychologisch onderzoek aantoont dat de beslissing van het volwassen kind om zich van het gezin te vervreemden, lang doordacht is en een proces is dat perioden van verzoening door het volwassen kind kan omvatten, beschouwt de maatschappij het nog steeds als een vlag van woede of woede en een teken van onvolwassenheid. Bij het onderzoek voor mijn boeken - nu meer dan een decennium - vond ik dat de beslissing om te vervreemden bijna altijd diep doordacht is, er is veel over gepiekerd en is herhaaldelijk opnieuw overwogen door de duizenden mensen die ik hier in de loop der jaren over heb gesproken; en hun verhalen weerspiegelen het mijne. De waarheid? De meeste mensen voelen zich meer op hun gemak bij het idee van de woede-uitbarsting van een volwassen kind dan dat ze zich een nalatige, emotioneel afwezige of gewelddadige ouder moeten voorstellen.

8 dingen die je niet moet zeggen

Wanneer iemand je een pijnlijke waarheid toevertrouwt is het eigenlijk helemaal niet nodig om iets te zeggen, maar als je je gedwongen voelt, zou het geweldig zijn als je de onderstaande kunt vermijden.

Deze voorbeelden zijn allemaal afkomstig uit mijn eigen ervaring of die van vrouwen (en mannen) die ik heb geïnterviewd voor mijn boek 'Daughter Detox: Recovering from an Unloving Mother and Reclaiming Your Life' en mijn volgende boek. Ik gebruik de vrouwelijke voornaamwoorden om een veelheid van woorden te voorkomen, maar het geldt net zo goed voor vaders en zonen.

1. "Ze moeten iets goed hebben gedaan, want je bent goed terechtgekomen."
U denkt misschien dat dit een compliment is, maar het ontkent ervaring van de spreker. Het meest irritante is dat het succes of het 'goed terechtkomen' dat ze heeft bereikt, wordt toegeschreven aan de acties van haar ouders van wie ze vervreemd is. Als ik een dollar kreeg voor elke keer dat ik dit heb gehoord, zou ik heel rijk zijn.
2. "Je moet je niet blijven wentelen in het verleden, naar doorgaan."
Het "gedane zaken nemen geen keer" wordt door velen ten onrechte beschouwd als een motivator, wat het zeker niet is. Het idee om zo snel mogelijk "door te gaan" wordt helaas beschouwd als nuttig in pijnlijke situaties - alsof emotionele pijn een houdbaarheidsdatum heeft. Mensen herstellen in hun eigen tempo en tempo van verlies. Het woord "wentelen" is denigrerend. Het verwerken van emotionele ervaringen is een teken van kracht en geen karakterfout.

3. "Het had veel erger kunnen zijn; waardeer wat je had."
Ja, levend opgegeten worden door een grote witte haai (*Carcharodon carcharias*) zou erger zijn geweest dan opgevoed te worden door mijn moeder, maar door deze vergelijking ga ik haar behandeling van mij niet meer waarderen.
4. "Je krijgt maar één moeder (of vader) in dit leven."
Heel erg waar, en dus? Aha, zie #5.
5. "Kijk eens wat ze allemaal voor je hebben gedaan: ze hebben je gevoed, beschermt en gekleed." Zoals ik al eerder aangaf, dit zijn wettelijke vereisten, maar wist je dat baby's die verstoken zijn van aanraking, interactie en liefde niet gedijen en zelfs kunnen sterven? Emotionele behoeften zijn geen metaforen of fantasie; mensen hebben net zoveel behoefte aan verbinding als voedsel en water.
6. "Geloof me: je zult hier spijt van krijgen als ze sterven."
Dit is het klassieke schuldgevoel, geserveerd met een scheutje van kinderlijke verplichting en maatschappelijke afkeuring, onder het mom van behulpzaamheid. Wat volwassen kinderen wel betreuren als een van hen vervreemde ouder sterft, is dat de ouder nooit meer kan veranderen of verantwoordelijkheid kan nemen en dat de relatie nooit meer kan worden veranderd. Zoals een dochter het uitdrukte: "De dood van de ouder is de dood van de hoop dat er ergens een toverstaf is die haar in een liefhebbende moeder zou kunnen veranderen."
7. "Niemand is perfect."
Nogmaals, dit is ontkenning van de ervaring van het volwassen kind; mensen sluiten hun familie niet uit hun leven voor onbeduidende grieven of kleine misstappen, of voor de materiële dingen die ze niet kregen. En dit gaat ook niet over "perfect" zijn.
8. "Ze heeft haar best gedaan, gezien haar eigen jeugd. Je vader ook."
Niemand is gedoemd het verleden te herhalen en wie kan beter de pijn kennen van genegeerd, verwaarloosd, gemarginaliseerd, verbaal mishandeld of tot zondebok gemaakt worden dan iemand die het heeft meegemaakt? Het werk van het moederschap bestaat uit vele honderdduizenden, misschien wel miljoenen acties en passiviteit, verspreid over vele jaren en elk daarvan vertegenwoordigt een keuze; hetzelfde geldt voor vaderschap.

Kinderen zijn transparant in hun reacties en de vervelende, beledigende, controlerende of kwetsende ouder kan de effecten van zijn of haar woorden en daden zien. Volwassen kinderen vervreemden van ouders die geen verantwoordelijkheid willen nemen voor die acties, dus verzint alsjeblieft geen excuses voor hen.

Referenties

- Aglilas, Kylie. "Disconnection and Decision-making: Adult Children Explain Their Reasons for Estranging from Parents, *Australian Social Work* (2015) 69:1, 92-104.
- Aglilas, Kylie. "Missing Family: The Adult Child's Experience of Parental Estrangement," *Journal of Social Work Practice* (2018) vol. 31(1), 59-72.
- Blake, Lucy. *Hidden Voices: Family Estrangement in Adulthood*. University of Cambridge Centre for Family Research/Stand Alone. <http://standalone.org.uk/wp-content/uploads/2015/12/HiddenVoices.FinalR...>

- Carr, Kristen, Amanda Holman, Jenna Abetz, Jody Koenig Kellas, and Elizabeth Vagnoni, "Giving Voice to the Silence of Family Estrangement: Reasons of Estranged Parents and Adult Children in a Non-matched Sample, *Journal of Family Communication* (2015), vol. 15, issue 2, 130-140.
- Coleman, Joshua. *Rules of Estrangement: Why Adult Children Cut Ties and How to Heal the Conflict*. New York: Harmony Books, 2020.
- Conti, Richard P. "Family Estrangements: Establishing a Prevalence Rate," *Journal of Psychology and Behavioral Science* (2015), vol.3(2), 28-35.
- Pillemer, Karl. *Fault Lines: Fractured Families and How to Mend Them*. New York: Avery, 2020.
- Rittenour, Christine, Stephen Kromka, Sara Pitts, Margaret Thorwart, Janelle Vickers, and Kaitlyn Whyte, "Communication Surrounding Estrangement: Stereotypes, Attitudes, and (Non) Accommodation Strategies," *Behavioral Sciences* (2018), vol.8 (10), 96-112.
- Scharp, Kristina M. and Elizabeth Dorrance Hall, "Family Marginalization, alienation, and estrangement: questioning the nonvoluntary status of family relationships," *Annals of the International Communications Association* (2017), vol.41 (1), 28-45.

Ongeliefde dochters en de pijn van verlating door je moeder

"Ze voelde zich absoluut gerechtvaardigd om ons te verlaten."



Geplaatst op 18 oktober 2021 door Peg Streep op

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/tech-support/202110/unloved-daughters-and-the-pain-maternal-abandonment>

Belangrijke punten

- Van alle taboes die op het moederschap rusten, wordt misschien wel het minst gesproken over de moeder die haar kinderen verlaat.
- Je in de steek gelaten voelen kan het gevolg zijn van emotionele verwaarlozing, moedersterfte, afstaan voor adoptie of een letterlijk vertrek van een moeder.
- In de steek gelaten worden blijft vaak onbesproken in het gezin dat moeite heeft om zich aan te passen aan het 'nieuwe normaal'.

De 'moedermithen' - dat alle vrouwen koesteren, dat moederen instinctief is, dat moederliefde altijd onvoorwaardelijk is. In de loop van de jaren dat ik over deze taboes heb geschreven - meer dan een decennium - ben ik gaan inzien dat de geheimen heel erg op Russische matroesjka poppen lijken. De Russische naam voor deze poppen, matryoshka, is afgeleid van het Latijn voor moeder of mater. De grootste buitenpop heeft het uiterlijk van de moeder en in deze buitenste pop zijn andere poppen, elk kleiner dan de vorige, elk met een geheim binnenin totdat je bij de allerlaatste, de allerkleinste komt.

De moeder die haar gezin verlaat is een van de taboes die verborgen zijn in die buitenste pop; de vormen die het aanneemt zijn allemaal schadelijk en worden destructiever naarmate het verlaten meer letterlijke vormen aanneemt. Het verlaten worden door de moeder roept een stroom van emoties op, sommige tegenstrijdig; vermengd met pijn en verlangen, is er vaak woede en woede, samen met schuld en schaamte.

De vormen die het verlaten worden door de moeder kan aannemen

1. Emotionele verlating of verwaarlozing.

We beginnen met de meest voorkomende, namelijk emotionele verlating. De moeder is fysiek aanwezig, maar is als een verre zon waar haar behoeftige en emotioneel uitgehongerde dochter om heen draait. Opgevoed worden door een emotioneel nalatige moeder of iemand die je gewoon negeert, biedt geen basis voor zelfrespect en is een vruchtbare voedingsbodem voor het internaliseren van het idee dat het op de een of andere manier 'gerechtvaardigd' en/of 'jouw schuld' is dat ze je in de steek laat. Deze dochters hebben de neiging om op te groeien tot vrouwen met een onzekere hechtingsstijl en vertonen angst voor hechte relaties. Sommigen zullen zelf emotioneel onthecht raken, wat ze meenemen naar hun volwassen leven.

2. De moeder overlijdt.

Dochters van wie de moeder is overleden tijdens hun kindertijd, adolescentie of jonge volwassenheid, spreken vaak over 'in de steek gelaten worden', ook al hebben hun moeders er niet voor gekozen om hen te verlaten; zoals Hope Edelman duidelijk maakt in haar klassieke boek 'Motherless Daughters', betekent de dood van de moeder het einde van het gezin zoals het was en het leven dat de dochter had toen haar moeder nog leefde.

Suzy's moeder stierf toen ze negen was en jarenlang was haar sterkste emotie niet verdriet, maar intense woede tegen haar moeder omdat ze haar onder de hoede van haar vader had achtergelaten. Haar vader hertrouwde binnen twee jaar en haar stiefmoeder was dominant en vastbesloten om te bewijzen dat ze een betere moeder was dan degene die ze verving.

Zoals Suzy me vertelde: "Wat ik wilde deed er niet toe; ze stond erop dat zij de baas was. Ik kon niet boos op haar worden omdat ik nog het huis van mijn vader woonde en omdat hij mijn stiefmoeder zag als zijn redder en tweede kans. Hij deed ook min of meer afstand van zijn rol als ouder van mij. Van binnen was ik jarenlang woest op mijn dode moeder totdat ik uiteindelijk in therapie ging. Het heeft mijn leven gered."

3. Opgeven ter adoptie.

Hoewel deze vorm van verlating door de moeder vaak voortkomt uit goede bedoelingen of legitieme behoefte, kan het ook aanvoelen als verlating en afwijzing, vooral als de adoptiemoeder liefdeloos, terughoudend of nalatig is. De emotionele afrekening van geadopteerde dochters zal ik in een apart artikel behandelen, omdat het een opmerkelijk complexe kwestie is.

4. Letterlijk verlaten.

En dan is er nog het zeer reële en zeer grote probleem: wanneer een moeder bewust en op eigen kracht het leven van haar kind verlaat. Ik moet eerlijk toegeven dat ik heel diepgewortelde reactie heb op deze vrouwen die op een ochtend wakker worden en besluiten dat dit niet is wat ze wilden en hun kind of kinderen achterlaten. Persoonlijk heb ik drie vrouwen gekend die dit deden - alle drie hebben ze nu weer een soort van contact met hun volwassen kinderen - maar ik heb geen empathie voor die moeders. Het is ook interessant dat ondanks de duizenden woorden die ik heb geschreven over moeders, dit de eerste keer is dat ik er over schrijf. Soms is er een matroesjka die je wilt vermijden en dit kan de mijne zijn.

Het is niet duidelijk hoeveel vrouwen hun kinderen in de steek laten. Helaas zijn betrouwbare statistieken afhankelijk van de gestelde vragen, en wordt meestal gevraagd. Bekende feiten:

in de Verenigde Staten woonde in 1968 85 procent van de kinderen bij twee ouders, ongeacht de burgerlijke staat, in 2020 slechts 70 procent. In 1968 woonde slechts 11 procent van de kinderen alleen bij hun moeder, maar in 2020 deed 21 procent dat.

Het aantal kinderen dat alleen bij hun vader woont, blijft klein, maar is in vijftig jaar verviervoudigd, van 1 procent naar 4,5 procent. We weten echter niet waarom deze vaders hun kinderen hebben; de moeders hebben mogelijk geen voogdij gekregen, zijn gestorven of zijn weggelopen.

Het aantal kinderen dat zonder ouder woonde, steeg in vijftig jaar met 1 procent, van 3 procent naar 4. Maar meer dan de helft (55 procent) van de kinderen zonder ouder woonde wel bij een grootouder.

Wat deze statistieken ons wel vertellen, is dat moeders meer dan ooit onder druk staan en dat een dialoog over moederschap - en de mislukkingen en successen ervan - voorop moet staan.

Wat gebeurt er als een moeder weggaat?

Afgaande op de ingevulde vragenlijsten, gebeurt er van alles. Terreur. Huilen. Intense pijn. Schaamte. Schuld. Toen ik de antwoorden las, was het alsof ik was uitgenodigd in een donkere kamer waar een kind werd achtergelaten om te verdrinken in emoties, meestal zonder hulp.

De schaamte die het gezin als geheel omhult, klinkt door in de antwoorden. De vader die achterbleef met drie kinderen en 'gewoon' maar doorging en weigerde erover te praten. Dit lijkt een coping-mechanisme te zijn dat door veel vaders wordt gebruikt en het komt ook terug in Melissa Cistero's memoires 'Pieces of My Mother'. Vader ging het huis opruimen en deed moeder nog meer verdwijnen door elke foto van haar weg te gooien. Grootmoeder van vaderskant zei, toen de kinderen zeiden dat ze hun moeder misten: "Je kunt niet missen wat je nooit hebt gehad." Het leven van een kind verandert volkomen met het vertrek van de moeder.

Gillian, nu 40, was acht en haar broer was vijf toen haar moeder vertrok:

"Ze pakte haar koffers en reed weg terwijl ik op school was en ze liet papa achter om te bedenken wat die ons moest vertellen. Hij mompelde iets over haar behoefte om haar eigen weg te vinden en dat was dat; hij weigerde erover te praten. Ik vroeg of ze terug zou komen en hij zei dat hij het niet wist. Ik vroeg hem of ze was weggegaan vanwege mij en hij zei nee, maar toen zei hij zoiets als het moederschap was niet wat ze ervan verwachtte. Ik denk niet dat hij echt snapte hoe ik dat begreep en jarenlang pijnigde ik mijn hersens over wat ik had gedaan waardoor ze was vertrokken. Ik voelde me verschrikkelijk."

Haar moeder belde haar een paar weken nadat ze was vertrokken en zei dat Gillian groot en sterk was en dat ze 'het niet te moeilijk moest maken'. Haar moeder zei dat ze naar Louisiana zou verhuizen en een echtscheiding zou aanvragen. Let wel, ze vertelde dit aan een achtjarig meisje.

Haar moeder stuurde ansichtkaarten en belde van tijd tot tijd en vertelde Gillian allerlei details over haar leven: ze kreeg een geweldige baan, maakte vrienden, ze ontmoette een man met wie ze zou trouwen als de scheiding definitief was. Ze verliet Louisiana en verhuisde naar Vermont. Ze stuurde verjaardags- en kerstcadeaus, maar het zou drie jaar duren voordat ze haar kinderen weer zou zien. Gillian was elf toen haar moeder en een stiefvader die ze nog nooit had ontmoet, haar en haar broer kwamen ophalen voor een bezoek. Gillian's geheugen is relevant:

'Wat werkelijk verbijsterend was - en het is nog steeds vandaag - is dat ze zich helemaal in haar recht vond staan om ons te verlaten. Als ik haar ernaar vroeg, zei ze dat het niet erg was en dat ik het - als ik later groot was - zou begrijpen dat ze in haar eigen behoeften moest voorzien. Bovendien zei ze altijd dat ik bij mijn vader in goede handen was en dat het met ons allebei goed kwam. Aangezien ik al meer dan twintig jaar in therapie ben, is dat discutabel. Mijn broer heeft allerlei problemen, hij heeft een erg kort lontje en is niet bepaald een 'vrolijke frans'. Nu ik zelf moeder ben, is wat ze deed nog steeds even ondoorgroendelijk en verwerpelijk als toen. Ik heb strikte grenzen en een beperkte relatie met haar omdat ik niet wil dat mijn kinderen te dicht bij haar komen. Ze is gewoon geen betrouwbaar persoon. En, geloof het of niet, ze betreurt het feit dat ik zo afstandelijk ben.'

De gevolgen zijn diepgaand en worden vaak niet aangepakt

De volwassene die achterblijft met het kind / de kinderen, doet vaak wat hij of zij kan om de ervaring te normaliseren, wat helaas tot gevolg heeft dat de emotionele betekenis wordt gebagatelliseerd. Geen enkel volwassen kind met wie ik sprak, werd bijvoorbeeld doorverwezen naar een hulpverlener of therapeut toen de verlating plaatsvond. Als maatschappij lijken we niet te weten hoe we met verdriet moeten omgaan, vooral niet met dat van een kind. \

Referenties

- Edelman, Hope. *Motherless Daughters: The Legacy of Loss*. New York: Delta Books, 1994.
- Cistaro, Melissa. *Pieces of My Mother: A Memoir*. Naperville, Illinois: Sourcebook, 2015.

Onbeminde dochters en de warboel die achterblijft als de moeder weggaat

Hoewel elke ervaring uniek is, zijn er emotionele overeenkomsten.

Geplaatst op 26 Oktober 2021 door Peg Streep op



<https://www.psychologytoday.com/us/blog/tech-support/202110/unloved-daughters-and-the-muddle-maternal-abandonment>

Belangrijke punten

- De volwassene die het huishouden runt, probeert vaak het vertrek van de moeder te normaliseren en zet het kind of de kinderen onder druk om verder te gaan.
- Het niet kunnen uiten van emoties over het vertrek van een moeder kan op de lange termijn net zo schadelijk zijn als de vertrek zelf.
- De emotionele conflicten die een in de steek gelaten kind voelt, gaan door tot in de volwassenheid en omvatten verdriet, pijn, schaamte, woede en meer.
- Als volwassene kan een in de steek gelaten dochter niet makkelijk haar verhaal vertellen, gezien de maatschappelijke druk, de angst om gelabeld te worden en schaamte.

Onze maatschappij heeft de neiging om moeders op te hemelen vanwege hun doorzettingsvermogen, zelfopoffering en onvoorwaardelijke liefde en, voor meer dan de helft van de bevolking die stevig gehecht is aan hun moeder, is dat min of meer waar. Een veel beter bewaard geheim zijn de moeders die weglopen van hun kind of kinderen en het moederschap - soms voor een korte periode, soms voor jaren. Sommigen zullen terugkeren in de hoop hun plaats in het leven van hun kinderen terug te winnen. Anderen kiezen voor incidenteel contact en sommigen zien daar helemaal vanaf.

In elk van deze verhalen is het kind niet bij machte om het verhaal te veranderen.

De verhalen die moeders vertellen

Zij en ik ontmoetten elkaar enkele jaren geleden voor koffie; we kenden elkaar via wederzijdse kennissen en de uitgeverij. Ze was terug naar Manhattan verhuisd na jaren ergens anders te hebben gewoond, nadat ze net een langdurig samenwonen had beëindigd.

We babbelden en toen, uit het niets, tuimelde het verhaal uit haar. Hoe ze direct na haar studie was getrouwd en twee kinderen had gekregen tegen de tijd dat ze 24 was. Hoe ze haar vriendinnen met afgunst zag - gaan dansen, plezier maken, nieuwe mensen ontmoeten, carrière maken - terwijl zij achter een peuter aan rende een peuter en een kinderwagen duwde. En dus vertrok ze en verhuisde naar de westkust, waar ze zes jaar lang rondhing, danste en de hippie uithing op de weg naar zelfontplooiing. En toen kwam ze terug.

De manier waarop ze het verhaal vertelde was gepolijst - het was duidelijk vele, vele malen verteld door de jaren heen - en ze eindigde met te zeggen dat haar volwassen kinderen geweldig waren, het goed ging in hun leven en dat zijzelf had gedaan wat ze moest doen. En - hier is de kers op de taart - dat ze daardoor een betere moeder was geworden.

Wat ik wilde zeggen, maar niet deed, was dat de prijs van haar vrijheid werd betaald door kinderen die te klein waren om zelfs maar te verwoorden wat ze verloren hadden. In plaats daarvan nam ik afscheid.

Een soortgelijk verhaal wordt verteld in Rahna Reiko Rizzuto's memoires 'Hiroshima in the Morning', evenals in de egoïstische verklaringen in de verhalen die worden verteld door de dochters die deze moeders achterlieten. Soms gaat het verhaal over zelfontplooiing en expressie, maar het kan ook gaan over de toekomst. Een dochter zei het simpel: "De man die ze wilde, wilde niet opgescheept zitten met het kind van een ander. Toch ze besloot met hem te trouwen. Ik werd als vuilnis langs de kant van de weg gezet, onbelangrijk en geen onderdeel van haar masterplan voor de toekomst. Kun je je voorstellen? Ik was 6 jaar oud."

De verhalen die dochters vertellen

Houd in gedachten dat wat volgt allemaal voorbeelden zijn en zeker niet de pretentie heeft allesomvattend te zijn. Een aantal dochters schreven dat hun angst om weer in de steek gelaten te worden, samen met de diepe angst om het niet waard te zijn om met iemand het leven te delen, bij hen bleef op volwassen leeftijd, ondanks stabiele huwelijken/relaties. Zoals een vrouw schreef: "Als de persoon die je op deze planeet heeft gezet zich vrij voelt om er vandoor te gaan, hoe kun je dan geloven dat het nooit meer zal gebeuren? De liefde van een moeder hoort immers de sterkste te zijn, toch? Zelfs met veel therapie heb ik vaak geruststelling nodig. Het blijft een probleem, er is niet veel voor nodig om me weer alleen gelaten te voelen."

Zoals ik in het vorige artikel besprak, werden de meeste verlaten dochters actief gepusht om "door te gaan" en vooral niet stil te staan bij wat er gebeurde. Dit 'achter het behang plakken' van een traumatische gebeurtenis heeft bijna net zoveel effect op de dochter als de verlating zelf. De stilte is het perfecte medium voor de groei van schuld, schaamte en vertrouwenskwesaties. Een dochter concentreerde zich op de schaamte die haar ervan weerhield erover te praten:

"Je wilt niet dat mensen je zien als het zielige meisje wiens moeder haar in de steek heeft gelaten en dat om medelijden vraagt. Door het verhaal te vertellen, heb ik het gevoel dat ik mezelf ook het etiket 'ik ben zo beschadigd' opplak. Mijn moeder was niet verslaafd aan drugs of alcohol - iemand zou daar medelijden mee kunnen hebben. Nee, ze was gewoon een huisvrouw uit een buitenwijk die geen zin meer had om moeder te zijn. Hoe vertel je dat verhaal zonder jezelf er slecht of zielig uit te laten zien? Ik zou het niet weten."

Boosheid, woede, en het proberen te begrijpen

Terwijl sommige dochters zeiden dat het verlies en de pijn die ze voelden bij het vertrek van hun moeder groter waren dan hun woede, zeiden anderen het tegenovergestelde. Een deel hiervan kan te maken hebben met zowel de persoonlijkheid als de leeftijd van het kind op dat moment. Dochters die ouder waren, waren over het algemeen wat luchtiger. Sherry, nu 35, was 10 toen haar moeder vertrok:

"Toen ze vier jaar later terugkwam – haar tussentijdse relatie lijkt niet te zijn gelukt – werd ik verteerd door woede. Ik was 14, oud genoeg om enige verantwoordelijkheid te willen, en in plaats daarvan deden mijn moeder en vader alsof alles in orde was. Zij wilde er niet over praten. Hij wilde er niet over praten. Mijn twee jongere broers, die nog maar 3 en 4 waren toen ze wegging, waren gewoon blij haar terug te hebben. Dus maakten ze van mij het probleem. Het boze meisje dat het vreugdevolle weerzien verstoorde. Het is meer dan 20 jaar geleden en dat is nog steeds de rol die aan mij is toegewezen. Ik vertrouw ze geen van beiden en heb weinig contact."

Melissa Cistaro's soms verschroeiende, soms verontrustende memoires, 'Pieces of My Mother', is de poging van een dochter om zowel het vertrek van haar moeder als de vrouw die ze ooit was te begrijpen. Het schrijven van de memoires is duidelijk een manier om met de ervaring in het reine te komen.

Cistaro's moeder vertrok toen ze 4 was en haar broers waren 5 en 6. Ondanks de dappere inspanningen van hun vader, raakten de kinderen in de war. Cistaro wordt achtervolgd door generaties van moeders in haar familie die vertrekken. Nu ze zelf moeder is en maakt zich zorgen of er misschien een genetische fout is die ook zij draagt en waardoor ze haar kinderen zal verlaten. Als haar 4-jarige haar vraagt hoe haar eigen moeder haar troostte wanneer ze bang was, verkrampt Cistaro maar vertelt ze niet dat haar moeder er niet was wanneer ze bang was. "Mijn dochter deze waarheid vertellen, is mezelf de donkerste waarheid vertellen. Dat ik zomaar verlaten kon worden. Onmogelijk."

In de loop van het boek dat zowel haar jeugd verhaalt als het moment waarop ze - naar wat ze verwacht – naar haar moeders sterfbed gaat. Op dat moment leest ze de brieven die haar moeder haar en anderen heeft geschreven maar nooit heeft verzonden. Die brieven worden Cistaro's manier om haar moeder te begrijpen, ondanks het feit dat haar moeder nooit haar excuses heeft aangeboden of haar verantwoordelijkheid heeft genomen voor de pijn die ze haar dochter heeft aangedaan. Cistaro spant zich in om vrede te sluiten, dit is haar manier. Ik moet toegeven dat de zin, dicht bij het einde van het boek, "Ik zou mijn moeder voor geen ander ter wereld willen ruilen" me met open mond deed staan.

Daarentegen vonden sommige dochters die mijn vragenlijst beantwoordden en die zelf moeder waren geworden, het vertrek van hun moeder nog ondoorzichtiger, nog minder begrijpelijk, naarmate de tijd verstreek:

"Toen mijn dochter Ella 8 werd, net zo oud als ik toen mijn moeder wegging, begreep ik pas echt hoe ongelooflijk egoïstisch mijn moeder was door van me weg te lopen. Egoïstisch dekt het niet. Laten we het narcistisch en afschuwelijk noemen. En m'n moeder vraagt zich af waarom ik haar vanaf dat moment niet meer wilde zien. Zij was degene die wegliep maar ze voelt zich ongemakkelijk bij het beeld dat dat oproept. Maar ik was niet wraakzuchtig. Ik had er vrede mee gesloten in de hoop een 'gezin' te kunnen hebben zoals normale mensen, maar ze heeft het nooit uitgelegd, ze verontschuldigde zich nooit. En toen Ella 8 werd, begreep ik het plotseling. Ja, aha! En

ik weet nu dat ik de juiste keuze heb gemaakt. Dat was tien jaar geleden en ik heb daar ik lang voor gevochten."

Maar elke in de steek gelaten dochter moet dit gecompliceerde pad bewandelen en er zijn kosten verbonden aan het sluiten van vrede en het niet sluiten van vrede. Over het algemeen is het een pad dat gedeeltelijk gericht kan worden doorworsteld, en het liefst met de hulp van een goede therapeut.

Referenties

- Rizzuto, Rahna Reiko. Hiroshima in the Morning. New York: The Feminist Press, 2010.
- Cistaro, Melissa. Pieces of My Mother. Naperville, Illinois: Sourcebooks, 2015.

