

Wat past, past ook en ook niet.

En zij gaven hun “Ja woord” in goede en slechte tijden. Maar wat dat betekent is bij veel jonge stellen onbekend. Zolang de romantische seksualiteit aanhoudt en er kindertjes komen, is alles goed.

De vraag is: op basis waarvan zeggen mannen en vrouwen “Ik hou van jou”?

Antwoord:

Er zijn meestal twee gedragalternatieven; het eerste is authentiek gedrag dat wil zeggen gedrag dat voortkomt uit onbezwaarde behoeften. Het tweede is neurotisch gedrag. Gedrag dat voortkomt uit aanpassing na traumatische gebeurtenissen.

Om te voorkomen dat wij mensen lijken op een machine is het nodig te zeggen dat de opdeling in twee delen onzin is omdat gedrag een uiterst complex geheel van signalen is, die van buiten en uit ons geautomatiseerde systeem komen. Ze worden in werking gezet worden door onze genen, onze hormonen en opgeslagen ervaringen.

Socialisering vindt steeds plaats op basis van iets wat we als jong mens niet goed doen. Omdat we afhankelijk zijn doe wij ons best om dat te doen wat van ons verlangd wordt.

Echter als ouders geweld gebruiken ontstaat grote angst voor herhaling. We proberen het juiste te doen en ontwikkelen een methode die ouders er van weerhouden wederom geweld te gebruiken. Dus absolute authenticiteit bestaat niet het is mengeling van gedrag dat uit authentieke behoeften komt en sociaal wenselijk gedrag, al dan niet traumatisch. Veel van deze regelgeving die zich heeft vastgelegd in onze hersenen ervaren we als normaal. Slechts als we het moeilijk krijgen met deze voorgeschreven gedragalternatieven worden we min of meer bewust van de last die het met zich meebrengt. Komt nog bij dat veel voorgeschreven gedrag zich in heel veel vormen voordoet. Het is als schimmeldraden die zich verspreid hebben door ons hele systeem. Lief en aardig zijn is soms goed en soms niet.

Gelukkig is het niet nodig om wetenschappelijk geschoold te zijn op dit niveau om te kunnen ervaren en begrijpen hoe dat bij ons werkt want deze fenomenen doen zich in ons lichaam en hersenen voor.

Een voorbeeld uit mijn leven.

In de Tweede Wereld Oorlog werd er voor mij niet goed gezorgd. Vooral aan de emotionele zorg schortte het in het bijzonder. Het neurotische antwoord was teruggetrokkenheid en er besluit alles zelf te doen. Geen hulp te vragen want mijn hersenen voorspelden de zinloosheid van een dergelijke actie. Om dit gedragsmodel te continueren in een huwelijk was het nodig dat ik een vrouw zou trouwen die niet voor mij zorgde en die dermate onmondig was zodat ik alles zelf kon maken of regelen. Dus ontbrak het ook aan erkenning voor alle moeite hetgeen aanzette tot harder werken in eenzaamheid. Kritiek op mijn gedrag, kwam niet direct maar via anderen. Dit is een voorbeeld van neurotisch passend gedrag. Over de jaren heen ontstond veel negatieve gevoelens over mijn alleengang en over het gebrek aan zorg.

Omdat alles zo bekend is, lijkt het alsof het leven zo behoort te zijn. Dus door modderen.

Tot dat ik bij een vriendin van mij uitgenodigd om een boterhammetje mee te eten.

Ik kreeg een bordje met een in blokjes gesneden plak brood. De aanblik veroorzaakte een golf van emoties. Een explosie in mijn hoofd liet me weten dat er extra voor mij gezorgd werd en erkenning van mij als persoon. Deze blokjes brood waren de extra kinderlijke zorg die de authentieke gemiste zorg belichaamde die ik zo node gemist had. Dus mijn partnerkeuze was voornamelijk gebaseerd op mijn en haar neurotische antwoorden uit het verleden. De scheiding na twintig jaar huwelijk bracht een einde

aan deze foute situatie. Met de kennis uit het verleden maakte ik voor de tweede keer voorzichtig weer een keuze en wonder boven wondergelukt.

Onze praktijk ervaring wijst uit dat neurotisch gedrag bijna altijd de oorzaak is van onverkwikkelijke situaties in de werkomgeving en problemen in het huwelijk.

Er is echter ook een positieve kant aan de medaille. Als echtelieden hun neurotische gedrag herkennen en erkennen kunnen zij samen een relationele ontwikkeling doormaken die hun huwelijkse leven tot wonderlijk en gelukkig bewogen leven maakt.

Intimiteit die maakt dat de opgave van man en vrouw om een onverbreeklijk aanvulling op elkaar wordt vervuld.

Hulp nodig? Modder niet door. Kom eens met ons praten.

Aaron A. de Haas