

Carolien Roodvoets, Wat verwacht je van je huwelijk? Idealisme tegenover realisme

Fragmenten uit hoofdstuk 2 van Carolien Roodvoets, *De duivelsdriehoek. Over de gevaren en de verleidingen van het vreemdgaan*, Haarlem 2009¹⁰ (eerste druk 2001)

Liefde is een zeer omstreden begrip, maar we hebben er allemaal toch bepaalde ideeën over, associaties en verwachtingen bij en het lijkt erop dat we ons tegenwoordig meer dan vroeger overgeven aan die verwachtingen, aan de fantasie van de paradijselijke liefde. Wanneer de relatie niet voldoet aan die verwachtingen, breken we de boel weer op en gaan we op zoek naar een nieuwe relatie in de hoop toch ooit het paradijs weer te vinden. Het lijkt er ook op dat we meer en meer onze eisen in de liefde opschroeven, naarmate we hoger opgeleid en maatschappelijk succesvoller zijn. Want wanneer we het maatschappelijk helemaal kunnen maken, waarom zouden we het in de liefde dan niet kunnen maken? Dat liefdesparadijs moet toch te vinden of te creëren zijn!

Het romantische huwelijksideaal

'Een huwelijk sluit je voor het leven en niet voor even.' Met dit ideale voornemen stapt nog menigeen het huwelijksbootje in, geenszins gehinderd door de recente echtscheidingscijfers. Getallen over echtscheiding heeft het jonge paar misschien wel in het achterhoofd, maar ze gaan er graag van uit dat het 'echtscheidingsvirus' hen niet zal treffen. Het zal hopelijk aan hen voorbijgaan net als een enge ziekte. Idealen laten zich niet snel door cijfers om zeep helpen.

Naast het ideaal 'tot de dood ons scheidt' hebben mensen nog tal van andere impliciete en expliciete en tegenstrijdige romantische en paradijselijke idealen en verwachtingen van een relatie of huwelijk. Wanneer elk ideaal een kilo zou wegen, zou het huwelijksbootje gegarandeerd zinken, of in ieder geval zeer zwaar beladen de (levens)stroom moeten bevaren.

Een aantal van die idealen van het moderne huwelijk zijn:

- 1 Een huwelijk wordt slechts op basis van liefde gesloten, de relatie vormt het fundament van je bestaan, is de veilige basis, de 'thuishaven'. Daar wil je het liefst zijn.
- 2 Het feit dat je van elkaar houdt, heeft tot gevolg dat je elkaar woordloos aanvoelt, elkaar altijd begrijpt. Dat je trots bent op elkaar en elkaar stimuleert en inspireert. Onhebbelijkheden van de ander irriteren wel eens, maar vertederen eerder en je moet vooral de ander accepteren en nemen zoals hij is, want anders kan die ander zichzelf niet meer zijn.
- 3 Je wilt graag een beetje voor de ander zorgen en de ander wil dat automatisch ook voor jou, geven en nemen is dan vanzelfsprekend in balans.
- 4 Je bespreekt zoveel mogelijk met elkaar en bent altijd eerlijk tegen elkaar, maar je hebt wel recht op privacy en vrijheid en je moet elkaar niet opeisen. Dat hoeft ook niet want je wilt automatisch veel bij elkaar zijn omdat je van elkaar houdt.
- 5 Je partner is je beste vriend en je bent nummer één voor de ander. In principe heb je verder niemand nodig en heb je aan elkaar genoeg, maar vriendschappen blijven wel belangrijk.
- 6 In principe wil je vaak hetzelfde, dat gaat zo als je van elkaar houdt, maar kleine verschillen mogen er zijn en zijn altijd overbrugbaar.
- 7 Je vindt elkaar aantrekkelijker dan wie dan ook en je hebt een uitstekende seksuele relatie. Ook al komt de gedachte aan seks met een ander wel eens in je op, je wilt dat nooit serieus, want je vrijt het liefst met je eigen vertrouwde partner. Wanneer je echt van elkaar houdt zul je helemaal geen behoefte hebben aan vreemdgaan.
- 8 Tijdens het vrijen weet je automatisch wat de ander lekker en prettig vindt. Seks hoeft je niet te leren, wanneer je van elkaar houdt gaat 'het' allemaal vanzelf.
- 9 Problemen zijn er om op te lossen en je bespreekt ze met elkaar en je komt er ook altijd samen uit. Anderen moeten zich niet te veel met je relatie bemoeien. Door de jaren heen groei je meer en meer naar elkaar toe.
- 10 Je steunt elkaar door dik en dun, vooral in gezelschap van anderen.
- 11 Je bent gelijkwaardig aan elkaar, je hebt het liefst beiden een (deeltijd)baan buitenshuis en ieder neemt een gelijkwaardig deel van het huishouden voor zijn of haar rekening.
- 12 Beide partners hebben een leuk gezamenlijk sociaal leven met veel vrienden en hebben ook een sociaal leven los van de ander.
- 13 Eventuele kinderen worden altijd geboren uit liefde, ze zijn dan een verrijking van de relatie.

Als je jonge stellen over hun verwachtingen van het huwelijk gaat interviewen, dan zullen ze zonder meer een aantal van bovenstaande idealen noemen, maar ze zullen er ook bij zeggen dat je een goed huwelijk niet cadeau krijgt, 'je moet er wel wat voor doen om het goed te houden'. Maar wat je er dan precies voor moet doen, weet eigenlijk niemand en de opvattingen over welke investeringen er gepleegd moeten worden lopen nogal uiteen.

Het ene paar zal vinden dat je vooral alles openlijk met elkaar moet bespreken en altijd eerlijk moet zijn, het andere paar zal de individuele vrijheid benadrukken. Weer anderen zullen vinden dat je goed bij elkaar moet passen, maar wat dat precies is en concreet in de praktijk betekent, is ook niet zomaar duidelijk. Oma's van de jonge stellen zullen vinden dat je een huwelijk goed houdt door vooral 'veel te geven'. Wanneer je de damesbladen erop naleest word je alleen maar moedelozer van weer tien gouden tips voor een 'fantastisch seksleven'. Boeken met adviezen over 'hoe verbeter ik mijn relatie' gaan vooral in op het verbeteren van de communicatie.

In feite wordt het romantisch ideaal in de meeste tijdschriften en populaire literatuur bekrachtigd, je leest vrijwel nooit dat deze ideaalbeelden vooral gerelativeerd dienen te worden. Dit laatste blijkt namelijk uiterst belangrijk en is de oplossing om een huwelijk goed te houden, zoals onderzoek van Iteke Weeda uitwijst. Zij heeft in de jaren tachtig onderzoek gedaan naar huwelijksproblemen, het proces dat tot een echtscheiding leidt en de ervaringen na de echtscheiding. Uit haar onderzoek blijkt dat de meeste mensen inderdaad met zeer veel romantische verwachtingen het huwelijksbootje instappen. Partners maken deze verwachtingen nog het meest waar tijdens de verliefdheidsperiode. Daarna komt de klad erin (zie Weeda's boek *Echtscheiding. Een regenboog van ervaringen*, 1991)

Wanneer mensen hun verwachtingen gedurende het huwelijk niet bijstelden, maar wilden vasthouden aan de oorspronkelijke verwachtingen of idealen, leidde dit meestal tot een echtscheiding en een nieuwe poging om alsnog dat ideale huwelijk te creëren. Wanneer mensen hun eisen wisten bij te stellen of konden relativeren, kwam dat meestal hun huwelijk ten goede. Met andere woorden: 'de kunst van het samenleven is de kunst van het relativeren.' Oftewel: 'behoud je illusies en verlies je partner, of behoud je partner en verlies je illusies.'

De harde realiteit

Dat menig huwelijk vroegtijdig strandt en lang niet meer voor het leven is, blijkt wel uit de cijfers. Een op de vier echtparen gaat uit elkaar en wanneer je samenwonende stellen meerekent, dan stijgt dat percentage en kom je uit op een op de drie. Blijkbaar wil het niet zo lukken met die belofte van 'tot de dood ons scheidt' en ook andere idealen blijken moeilijk haalbaar.

Als hoofdmotieven om te scheiden worden genoemd:

- 1 Relationale tekorten (22%). Bedoeld wordt een tekort aan aandacht, aan liefde, aan begrip.
- 2 Buitenechtelijke relatie (20%).
- 3 Veranderingsproces (19%). Bedoeld wordt een geleidelijk uit elkaar groeien.
- 4 Conflictueuze communicatie (13%).
- 5 Fundamentele persoonlijkheidsverschillen (8%).
- 6 Agressieve leefsituatie (7%).
- 7 Geestesziekte van een van de partners (6%).
- 8 Overige redenen (5%).

Bovenstaande gegevens wijzen erop dat menig ideaal waarmee we in het westerse huwelijksbootje stappen moeilijk haalbaar is en dat bijstelling van dat romantische huwelijksideaal wenselijk is. Het bijstellen van dat romantische ideaal betekent accepteren dat samenleven moeilijk is. Accepteren dat de ander je vaak niet zal begrijpen, ondanks alle moeite. Dat je elkaar onvermijdelijk wel eens in de steek laat. Dat trouw blijven moeite kost en dat het ook op het gebied van de seks soms tobben blijft.

Langdurig samenleven is soms verre van paradijselijk en vaak heel confronterend. Je komt jezelf (inclusief je kleinzieligheid, bekrompenheid, preutsheid, truttigheid, driftbuien) en de ander (inclusief zijn vieze gewoonten, zijn arrogantie, zijn gemakzucht en zijn dwingende karakter) soms flink tegen.

In dat bijstellen van de paradijselijke verwachting 'dat het allemaal een beetje vanzelf zal gaan' blijken we niet zo goed te zijn. Sterker nog: we zijn in de loop der jaren niet realistischer geworden, maar eerder veeleisender ten aanzien van veel zaken, ook ten aanzien van de liefde. Sociologen denken dat dit komt omdat de twintigers en dertigers van nu – de zogenaamde 'pampergeneratie' – te weinig frustratietolerantie heeft. Opgegroeid in welvaart en met het geloof in ontwikkeling en vernieuwing en in de 'maakbaarheid van het leven', veronderstellen ze dat het in de liefde ook een beetje vanzelf zal gaan. Uit de echtscheidingscijfers blijkt het tegendeel. Hoe kan het toch dat idealen en verwachtingen zich zo moeilijk laten bijstellen?

Heimwee naar het paradijs

Wat drijft ons toch elke keer weer in de armen van een ander? Waarom blijven we op zoek naar de ware? Waarom streven we idealen na die niet haalbaar zijn? Waarom zijn we toch iedere keer weer bereid om op te krabbelen na een 'relatiecrash' en starten we de liefdesmotor vrolijk, of soms met angst en beven, opnieuw?

Menigeen neemt zich na een relatiebreuk voor 'er nooit meer aan te beginnen', maar weinigen houden zich aan dit voornemen. Het is waar, er zijn meer alleenstaanden dan ooit, maar slechts een enkeling wil beslist geen relatie meer en handelt daar ook naar. Zijn het dan toch de hormonen die ons opjagen, is het dan toch de drift der natuur en de noodzaak tot voortplanting?

Psychologen hebben andere verklaringen en zien de oorzaak van onze jacht naar die ene geliefde meer in de oorspronkelijke relatie tussen moeder en kind. Nancy Chodorow beschrijft in het boek *Waarom vrouwen moederen. Psychoanalyse en de maatschappelijke verschillen tussen vrouwen en mannen* (1989⁵) hoe wij in de liefde op zoek zijn en blijven naar die ene specifieke band die we ooit met onze moeder hadden. Volgens deze theorie blijven we heimwee houden naar de periode dat we innig en symbiotisch verbonden zijn met haar. Moeder die je zwijgend begrijpt en er is wanneer je haar nodig hebt, het object van warmte en koestering en onvoorwaardelijke liefde, het 'paradijs' op aarde en een 'oceaan van liefde'. In ons latere leven, wanneer we ons op de huwelijksmarkt gaan begeven, zijn we onbewust op zoek naar dit paradijselijke gevoel en vallen we op die man of vrouw van wie wij het vermoeden hebben dat die ons naar dit paradijs zal leiden.

Tijdens het vrijen wordt ook duidelijk dat we met ons hele lijf en leden verlangen naar dat 'symbiotische gelukzalige eenwordende' gevoel met de ander. De verstremgeling tijdens het vrijen; de activiteiten van de mond zoals het tongzoenen, sabbelen, bijten, zuigen; het ruiken en snuffelen; huid op huid contact, het strelen en aaien... In de ander willen zijn en de ander letterlijk in je willen voelen, het klaarkomen, de overgave, bijna niet meer weten waar jij ophoudt en waar de ander begint. Wanneer je 'het' goed doet zijn het gelukzalige, soms vredige en vooral ook symbiotische activiteiten en momenten en in zekere zin te vergelijken met het eerste contact dat we met onze moeders hadden.

Samen met de biologische motieven om te vrijen zullen dus de psychologische motieven, namelijk het op zoek zijn naar die versmelting, waarschijnlijk net zo belangrijk zijn en ons aanzetten tot liefdesactiviteiten. Het romantische huwelijksideaal, dat ook betrekking heeft op de seksualiteit, is dan de weerslag en de vertaling van dat diepe, diepe verlangen dat we koesteren en in ons latere leven najagen.

Wanneer we kritisch naar het romantische huwelijksideaal kijken, dan kunnen we stellen dat het inderdaad om kinderlijke, naïeve wensen en verlangens gaat. We willen 'woordeloos' begrepen worden, we willen dat de ander 'aanvoelt' wat je bedoelt en we willen 'onvoorwaardelijk geaccepteerd' worden in lichamelijke en psychische/emotionele zin. De nadruk ligt op harmonie en eenheid en op psychische en lichamelijke versmelting en eenwording, alsof het inderdaad een moeder-kindrelatie betreft en het niet gaat om twee volstrekte vreemden voor elkaar met een wereld van verschil tussen beiden.

Na deze allereerste symbiotische periode wil de baby echter al snel moeder meer loslaten, afhankelijk van zijn temperament zal het ene kind sterker die 'drive' voelen dan het andere.

De symbiotische eenheid met moeder wordt ook doorbroken omdat moeder niet altijd die perfecte 'alles aanvoelende' moeder kan zijn en blijven, zeker niet wanneer het kind ouder wordt en zijn behoeften complexer worden. Dus naast het feit dat het kind zelf wil groeien en meer ruimte 'los van moeder' vraagt, zal moeder het kind ook letterlijk meer en meer op eigen benen zetten op weg naar zelfstandigheid. Het kind zal zo leren dat moeder niet altijd beschikbaar is. Het kind zal gevoelens van triomf ervaren over de nieuwverworven zelfstandigheid en moeder zal trots zijn op haar kind dat zich zo goed ontwikkelt, maar het loslaten is zowel voor de moeder als voor het kind ook een moeilijk proces.

Moeders hebben nogal eens de neiging hun kinderen te veel aan zich te binden, waardoor de kinderen te afhankelijk blijven, of ze zetten hun kinderen te snel op eigen benen waardoor er aan de afhankelijkheidsbehoefte te weinig wordt voldaan en het kind in het latere leven daar te veel naar blijft hunkeren. Voor het kind is dit 'separeren', dit 'scheiden' van moeder echter ook een ingewikkelde klus en het gaat ook altijd gepaard met heftige gevoelens van angst en woede, eenzaamheid en verlatenheid.

Wanneer het separatieproces geleidelijk gaat, de band tussen moeder en kind voldoende hecht is geweest in de eerste paar maanden van het leven en moeder daarna een goed evenwicht vindt tussen veiligheid bieden en loslaten, dan zal het kind deze gevoelens meer en meer leren verdragen. Het kind zal dan steeds meer eigen initiatief en zelfstandigheid verwerven, zijn wereld zal steeds groter worden.

Het separatieproces is nooit voor 100% voltooid. We blijven ons hele leven bezig met dat proces: volwassen worden duurt een leven lang. We zullen in ons latere leven regelmatig de behoefte voelen aan het samen doen en samen zijn, in de liefde, maar ook in andere zaken, bijvoorbeeld op ons werk. Het zet ons aan tot samenwerken en saamhorigheid en dat is natuurlijk positief waar dat gewenst is.

De nadruk kan echter ook te veel liggen op dat 'samen', op 'vervloeiing', wat ten koste gaat van de eigen zelfstandigheid, van de zogenaamde autonomie. Vaak wordt die behoefte aan samen zijn en samen doen wel vervuld maar soms ook niet en dan is het elke keer weer even slikken. Wanneer blijkt dat de versmelting in emotionele zin een illusie is en we toch weer op eigen benen worden gezet, kan dat enorm veel woede oproepen, ook al zijn we al lang zelfstandig en doppen we onze eigen boontjes.

Het separatieproces verloopt voor de een gemakkelijker dan voor de ander. Daarom kan de een beter omgaan met desillusies dan de ander en stelt de een ook meer reële eisen in een liefdesrelatie dan een ander. Wanneer je vroeger als kind in een onveilig klimaat bent groot geworden, er niet genoeg in je afhankelijkheidsbehoefte werd voorzien en je minder op eigen benen (en kunnen) leerde vertrouwen, zul je in latere relaties meer de nadruk leggen op samenzijn en samendoen. Je zult ook meer de neiging hebben vast te houden aan het romantische huwelijksideaal, in de hoop dat toch ook voor jou nog eens het paradijs op aarde neer zal dalen.

Het feit dat velen van ons meer of minder hardnekkig, openlijk of verdekt en bewust of onbewust vasthouden aan het romantisch huwelijksideaal, alle feiten over de realiteit en cijfers ten spijt, heeft dus alles te maken met de mate van geborgenheid die we vroeger hebben ervaren. We zijn voor onze eigen bestwil door onze moeders uit het paradijs gezet, net als Adam en Eva door hun Vader en we kunnen de harde realiteit van het existentieel alleenstaan maar moeilijk aanvaarden.