



Ik leef gelukkig GESCHEIDEN

Na haar scheiding staat het leven van Margriet (49) volledig op zijn kop. Als de ergste storm is gaan liggen, zet ze de knop om en besluit ze zich op de positieve aspecten te gaan richten. Bij de herinrichting van haar leven, gaan haar drie kinderen voor alles.

Tekst: **Miranda Birney** - Fotografie: **Geert de Jong, Cheeseworks.nl**

Ik kom uit een Drents gezin met een zus boven me. Onze ouders hadden een prima huwelijk, maar mijn vader was een man met een sterk karakter en dat drukte een flinke stempel op het gezin. Dat vond ik lastig. Ik hield als kind al van harmonie en positiviteit, maar bij ons thuis werd niet gepraat over dingen. Dat heeft mij heel erg gevormd. Het bizarre is dat ik later een man tegenkwam bij wie ik tegen dezelfde dingen aanliep, maar dat merkte ik pas naderhand. Toen ik Jan-Willem leerde kennen, voelde ik me aangetrokken tot zijn speelsheid en onbevagenheid. Dat was ik zelf misschien een beetje kwijtgeraakt door mijn jeugd en opvoeding. We kochten een huis, trouwden en kregen vrij snel kinderen. Ik zorgde ervoor dat Jan-Willem zijn dingen kon doen, maar schoof mezelf daarbij naar de achtergrond. Dat sloop erin. Ik vond het blijkbaar moeilijk om mijn eigen plek in te nemen en te zeggen wat ik vond. Het voelde alsof ik steeds minder grip kreeg op de vrouw die ik was.

In het begin waren we nog allebei in loondienst, maar na een paar jaar besloot ik een eigen bedrijf te starten: Happy Family Life. Middels trainingen wilde ik gezinsleden inspiratie en producten aanbieden, waarmee ze op een speelse en zuivere manier bij zichzelf konden komen en daarmee ook tot elkaar. Ik schreef diverse boeken en won zelfs een prijs met mijn bedrijfsplan.

Maar als startende ondernemer waren mijn inkomsten een stuk lager dan ik gewend was en dat legde een druk op onze relatie. Voordat ik Jan-Willem

leerde kennen, had ik een dikke leasebak en een goede baan. Eigenlijk nog een betere baan dan hij had. Maar dat was nu volledig omgekeerd. Het voelde voor mij alsof de gelijkwaardigheid daardoor verdwenen was. Die verandering deed heel veel met mij, maar ik kon er niet goed over praten met Jan-Willem. Hij werkte inmiddels in Duitsland, waardoor ik heel veel alleen was met onze drie kleine kinderen. We hadden wel een au pair in huis, maar daar los je niet alles mee op. Jan-Willem en ik waren alleen nog in het weekend samen, en dat in een periode waarin er zo ontzettend veel gebeurde in ons jonge gezin. Het voelde alsof we als twee losse bootjes nog wel in dezelfde richting voeren, maar niet meer in verbinding stonden met elkaar. Na twee jaar besloten we dat deze situatie niet goed was voor ons gezin. Jan-Willem kon als expat aan de slag in Frankrijk, dus verhuisden we naar Versailles, vlak bij Parijs. Maar daar werd alles wat er al rommelde in ons huwelijk nog eens extra uitvergroet. Als je met je echtgenoot meegaat als expat-vrouw krijg je namelijk een heel andere rol. Ik heb vriendinnen die daar juist enorm van genieten, maar ik kon het niet. Ik heb zelf iets te doen in mijn leven en wil daarin iets betekenen. Wie was ik zonder werk, in een omgeving waar ik niemand kende?

De kinderen voelden zich ontworteld en het paste heel goed bij mij om ervoor te zorgen dat iedereen goed aardde, dus daar focuste ik me op. We hielden wekelijks familieberaad. Voor een deel deden we dat om structuur aan te brengen in ons gezin. Dan namen we bijvoorbeeld de aankomende week samen door. Maar we bespraken ook met z'n allen wat we wilden gaan doen en meemaken. Ik was niet echt gelukkig in die tijd. Als je samen in een ander land woont waar alles anders is, heb je elkaar juist harder nodig, maar Jan-Willem was heel veel weg.

In het derde jaar dat we daar woonden, begon ik eindelijk mijn ►

draai te vinden. Ik was klassenmoeder, ontwikkelde de Happy Family Organizer en gaf trainingen en workshops. Jan-Willem en ik waren zelfs bezig met een eventuele volgende stap naar Amerika... Daarom was de verrassing des te groter toen Jan-Willem op een dag zei dat hij niet meer verder met me wilde. Zelf was ik ook al heel lang niet happy in onze relatie, maar toen de stekker eruit ging, wilde ik hem toch heel graag vasthouden. Dus probeerde ik er alles aan te doen om ons huwelijk te redden. Ik ben een

bijter en wilde weten hoe en waarom, maar zo duwde ik hem eerder verder van me af, dan dat ik hem de ruimte gaf. We hebben nog een paar sessies gehad met een relatietherapeut, maar er was geen weg terug.

FASES

We verhuisden weer naar Nederland en gingen apart wonen. Toch zijn we erover blijven praten. We waren twaalf jaar samen geweest. Waar waren we elkaar kwijtgeraakt? Bij mij was het

eigenlijk al begonnen in de periode dat hij in Duitsland werkte en we nog een heel jong gezin waren. Toen al trokken we samen niet meer gelijk op.

We vonden het allebei belangrijk dat Jan-Willem geen weekendvader zou worden, maar een volwaardige vader die de kinderen ook meemaakt in de dynamiek rond school. Omdat hij veel moet reizen voor zijn werk, besloten we dat de kinderen van donderdagavond tot dinsdagochtend bij hem zouden zijn en dan weer tien dagen bij mij.

Al snel kreeg Jan-Willem een nieuwe vriendin en samen kregen ze een kind. Dat was allemaal heel pittig. Er kwam zo veel op me af, en op zo veel levels. Ik voelde me geen aantrekkelijke vrouw meer. In mijn ogen was iedereen om me heen blij en gelukkig met elkaar, terwijl ik zelf het gevoel had dat ik als een vuilniszak aan de straat was gezet. Maar ik moest overleven en er volop zijn voor de kinderen, dus begon ik mijn leven als alleenstaande ouder opnieuw te organiseren.

Ik heb me daarin best alleen gevoeld. In het begin was ik heel erg op zoek naar steun. Ergens hoop je toch dat mensen je begrijpen en partij voor je kiezen. Mijn hele leven stond compleet op z'n kop en ik denk dat mijn omgeving dat onderschatte. Ik heb namelijk de neiging om me sterker voor te doen dan ik ben. Doordat ik in die overlevingsstand ging staan, creëerde ik juist afstand. Een deel van onze vriendenkring heb ik behouden, maar er zijn ook vriendschappen verdwenen of veranderd door de scheiding.

Af en toe dacht ik nog dat het toch weer goed zou komen. Dan had ik weer hoop. Die fases van rouw horen erbij en mogen er ook zijn. Maar als je je eigen verdriet groter maakt dan dat van je kinderen, dan ben je vooral met jezelf bezig. De kinderen hebben niet om een echtscheiding gevraagd. Hun basisbehoeften, zoals zekerheid en veiligheid, zijn aangetast en je moet er hard voor werken om hun vertrouwen weer terug te verdienen. Mijn kinderen waren toen elf, negen en zeven jaar oud en dat was niet eenvoudig. Je hebt ze in hun beleving echt iets aangedaan.

In het begin zaten Jan-Willem en ik nog volop in onze emoties en namen we elkaar van alles kwalijk, maar op een gegeven moment heb ik die knop omgezet. Ik wilde van het positieve uitgaan. Bovendien wilde ik absoluut niet dat de kinderen verder moesten leven in een verscheurd gezin. Hoewel ze in twee verschillende huizen woonden, wilde ik ze toch het gevoel geven dat ze één leven hadden. Daarom gingen we door met het familieberaad, dat altijd een onderdeel was geweest van ons leven. We bleven ook samen verjaardagen vieren en opa's en oma's uitnodigen.

In het begin kostte me dit allemaal best moeite. Het ergste van een scheiding is dat je voor een deel je kinderen niet meer dagelijks meemaakt. Daarbij hadden ze nu ook een stiefmoeder, die allerlei leuke dingen met hen deed. Maar ik had een hogere doelstelling voor ogen, dus nam ik dat op de koop toe, al kwam het soms uit mijn tenen. De kinderen waren voor mij het belangrijkste.

Natuurlijk huppelde ik niet door de kamer alsof het me allemaal niks deed. Ik ben ook maar een mens. De heftige emoties zijn er zeker geweest, maar ik heb geprobeerd om ze zo veel mogelijk af te schermen voor de kinderen en ze gedeeld met vriendinnen. Tijdens de overdrachtsmomenten vermande ik me. Ik wilde niet huilend bij de voordeur staan, terwijl zij met hun tasjes naar hun vader liepen. Toch hebben ze ook zeker mijn verdriet gezien.

Voor de kinderen was het natuurlijk heel leuk en spannend dat ze een halfbroertje kregen, maar ook confronterend. Hij ►

Sophie: 'Ik heb altijd een logeergevoel'

Margriets dochter Sophie (15) woont in twee huizen. Best lastig, want sommige spullen wil ze gewoon altijd bij zich hebben. Sophie: "Ik was tien jaar toen mijn ouders gingen scheiden. Daarvoor hoorden we ze wel vaker ruziemaken, want ons huis was erg gehorig. 'Gaan jullie scheiden?' vroegen we een keer. 'Nee, dat zullen we nooit doen!' antwoordden ze. Daarom was het best een klap toen ze ons op een dag vertelden dat ze uit elkaar gingen. Iedereen begon te huilen, behalve ik. Dat vond ik raar en ik voelde me daar toen best schuldig over. Maar misschien had ik het zien aankomen. Ik zag mijn ouders nooit meer verliefd, dus was het beter zo. Als oudste kon ik het sneller accepteren dan Pippa en Dax, die nu dertien en elf zijn. Maar ik was net zo goed verdrietig, want naderhand moest ik er soms ineens spontaan om huilen. Ook vroeg ik me af hoe het nu zou gaan lopen. Ze zouden in twee verschillende huizen gaan wonen en wij zouden gaan wisselen. Natuurlijk moest ik aan al die veranderingen wennen, maar ik paste me vrij makkelijk aan. Ik vond het heel leuk om een halfbroertje te krijgen en kon ook goed opschieten met mijn stiefmoeder. In het begin voelde ik me soms schuldig tegenover

mijn moeder als ik erover vertelde. Mama had het in die tijd zwaarder dan papa. Hij had haar verlaten en een kind kreeg, voelde dat een beetje als twee tegen één. Toch heb ik nooit boosheid geuit naar mijn vader toe. Wel ging ik me volwassener gedragen, in de hoop dat met name mijn moeder haar verdriet dan meer met me zou delen.

Ik wilde graag deel uitmaken van dat proces. Maar als ze moest huilen, zag ik dat ze zich voor ons inhield. Ik woon nu in twee huizen. In beide huizen heb ik een eigen kamer waarin ik me thuis voel, maar toch heb ik ook altijd een logeergevoel. Vooral op het moment waarop ik weer van plek ga veranderen. Als ik mijn koffertje inpak, zegt papa weleens: 'Moet je nu alweer een

koffer mee?' Op zulke momenten verwacht ik iets meer begrip. Ja, ik heb de behoefte om bepaalde spulletjes altijd bij me te hebben. Voel ook eens hoe het voor mij is. Het is niet supervervelend, maar ouders moeten wel beseffen dat hun kinderen nog steeds een soort slachtoffer zijn. Dat hebben ze na een tijdje niet meer door. De scheiding was niet onze beslissing, maar we moeten ons nog wel steeds aanpassen.

Gelukkig zijn mijn ouders heel flexibel. Als het vanwege een feestje of iets dergelijks beter uitkomt om ergens een extra nachtje te slapen, dan kan dat ook. Ook vind ik het heel fijn dat ze nog steeds goed met elkaar omgaan. Ik kan nu gewoon bij papa thuis over mama praten en andersom. Als je twaalf jaar bent, mag je volgens de regels zelf kiezen bij welke ouder je wilt wonen, maar dat zou ik absoluut niet willen. Het is nu goed in balans.

Toch merk ik dat ik mezelf heb beschadigd door nooit mijn verdriet en woede te laten zien, terwijl die gevoelens er wel degelijk zijn. Langzamerhand begint die wond vanbinnen te genezen, maar de littekens blijven in mijn hart. Mijn tip aan andere kinderen zou daarom zijn: je moet verder leven, maar je moet ook je emoties laten zien. Krop ze niet op!"



woonde immers wel volledig bij zijn papa en zij maar een aantal dagen. Ondanks onze goede bedoelingen kregen ze toch te maken met een loyaliteitsconflict, want mama was alleen, terwijl papa een vriendin en een baby had. De therapeut zei dat de kinderen pas weer helemaal in balans zouden komen zodra ik ook weer een nieuwe relatie had. Dan heb je namelijk weer twee vergelijkbare situaties. Dat is bij ons heel lang niet zo geweest. Ik was zo met het hele proces bezig, dat ik daar ook helemaal niet voor openstond.

KERN

Het is mijn vak om andere stellen te leren hoe ze voor een happy family life kunnen zorgen en dan valt plotseling je eigen bodem eruit. Bij een van de eerste trainingen na mijn scheiding spraken cursisten mij daar ook op aan. Alsof ik een stukje geloofwaardigheid had verloren. Zo voelde ik het toen zelf ook. Nu weet ik dat juist die ervaring mijn trainingen zo veel meer diepgang geeft.

Het hebben van een gelukkig gezin is mogelijk voor iedereen, in welke gezinssamenstelling je ook leeft. Je kunt gelukkig getrouwd zijn, maar je kunt ook goed scheiden. Daar heb ik inmiddels ook een programma voor ontwikkeld, dat nog gelanceerd gaat worden.

Als je binnen een huwelijk niet kunt zijn wie je bent, word je ongelukkig. Dan kun je maar beter gelukkig gescheiden leven. Jan-Willem en ik leven volgens de happy family lifestyle en we zorgen binnen ons eigen gescheiden gezin voor een optimale balans en een optimale ontplooiing van onze kinderen en onszelf. De problemen die wij in ons huwelijk hadden, zijn daarmee niet opgelost. We hebben nog steeds onze meningsverschillen, dus is het goed dat we niet meer onder één dak wonen. Het grappige is dat de kinderen nu ook beter zien wie we werkelijk zijn, juist doordat we gescheiden wonen.

Het gaat nu goed met iedereen. Nog steeds houden we eens per maand met het hele gezin familieberaad. De kinderen kunnen dan ook vertellen hoe het met ze gaat en we bespreken of wij daarin iets kunnen betekenen. Ze hebben nu twee gelukkige huizen en het loopt allemaal door elkaar. De vriendin van Jan-Willem zei een keer dat ze het zo respecteert dat ik op feestjes kom, ook als ze bij hen thuis gevierd worden. Als haar zoontje jarig is, begrijp ik ook heel goed dat mijn kinderen daar graag naartoe willen om een taartje te eten. Dan denk ik met ze mee en zorg ik ervoor dat ze een leuk cadeautje voor hun kleine broertje meenemen. En als het op een dag valt waarop ze normaal gesproken bij mij zouden zijn, stel ik me flexibel op.

Tien tips om goed te scheiden!

- Ga de dialoog aan met elkaar. Bij voorkeur zonder advocaat, want dan gaat het al snel om strijd. Spreek eerlijk uit wat je voelt en waar je mee zit.
- Focus je op de kinderen, niet op je emoties. Visualiseer een toekomstbeeld. Hoe wil je dat de kinderen later op de scheiding terugkijken?
- Deel negatieve gevoelens over je ex - verdriet, woede en pijn - met vriendinnen, niet met je kinderen. Kijk naar jezelf, in plaats van gal te spuwen naar de ander. Loop daar niet voor weg.
- Hoe sneller je uit de emotionele fase bent, hoe eerder je kunt gaan opbouwen. Dan zijn die praktische dingen zo geregeld.
- Gun elkaar het leven, in plaats van het de ander te misgunnen. Houd dat voor ogen tijdens het regelen van de financiën.
- Houd regelmatig familieberaad, juist ook ná de scheiding. Geef de kinderen daarbij de ruimte, ook al is het niet altijd leuk wat je te horen krijgt, en doe er iets mee.
- Blijf ook de ouders van je ex zien. Opa's en oma's horen bij het leven van de kinderen. Ze verliezen in hun beleving al zo veel.
- Accepteer dat de ander nog steeds de vader of moeder van je kind is.
- Staar niet naar het leven van je ex, maar vul je éígen leven weer in. Hoe eerder je daartoe in staat bent, hoe makkelijker je de scheiding kunt accepteren.
- En misschien wel de belangrijkste tip: blijf dicht bij jezelf.

Door de scheiding, nu vierenhalf jaar geleden, kwam ik uiteindelijk dicht bij mijn kern. Ik ging door allerlei fases: van volledige afwijzing tot mezelf weer hervinden. Ik denk dat ik sinds een jaar weer heel dicht bij de oude Margriet ben. En uitgerekend een paar maanden geleden kwam ik plotseling een man tegen met wie ik een levensstijl deel die zo mooi past in hoe ik het leven wil! Dat is bizar. Als ik bij hem ben, merk ik hoe gemakkelijk een gesprek kan lopen - niet moeizaam, en zonder strijd. Dat kreeg ik in mijn huwelijk niet voor elkaar. Nu wel. ■

Wil je reageren op dit verhaal? Mail o.v.v. 'MGS1405 Margriet' naar redactie@mijngeheim.nl. Je kunt ook je eigen verhaal vertellen op www.mijngeheim.nl.