



KERN v.z.w.

centrum voor psychotherapie en relatievorming

DE SPIRAAL VAN GEWELD BIJ PAREN

Justine VAN LAWICK

Personalia: psycholoog, relatie- en gezinstherapeut, werkzaam in het Lorentzhuis, Amsterdam (Nederland)

Deze tekst verscheen als hoofdstuk 2
In het boek Van Lawick: Intieme Oorlog

Inleiding

Peter en Ella herinner ik mij nog goed, twee mooie, jonge en succesvolle mensen die in 1978 bij me kwamen op de polikliniek van psychiatrisch ziekenhuis Vogelenzang nadat Ella twee dagen ervoor een suïcidepoging met pillen had gedaan. Peter had haar op tijd gevonden en via het ziekenhuis waar Ella een dag was geweest kwamen ze bij mij terecht. Doorvragend naar de reden voor suïcide bleek dat Ella zichzelf niets waard vond. Ondanks haar prachtige carrière als manager van een middelgroot bedrijf, hun mooie huis, hun inkomen, hun feesten, partijen en hun verre reizen bleef ze zich ongelukkig en niets waard voelen. Peter begreep er niets van en hield niet op zijn waardering uit te spreken voor haar prachtige uiterlijk, haar innemende en representatieve gedrag en haar kookkunst als er gasten waren. Hij vond wel dat ze te hard werkte en legde de oorzaak voor haar crisis bij de eisen die het werk aan haar stelde. Zelf had hij het minder ver geschopt maar hij had daardoor ook minder stress. Toen ik verder inging op haar existentiële crisis bleek dat zij de laatste jaren een aantal operaties had ondergaan om nog meer aan de wensen van Peter te kunnen voldoen. Zij had zich inmiddels grotere borsten en een smallere neus laten aanmeten, haar oogleden waren opgetrokken en haar gebit was in de loop van twee jaar van alle schoonheidsfoutjes ontdaan. Peter drong nu aan op een operatie aan haar dijbenen die hij wat te dik vond. Hij had ernaar geïnformeerd en het bleek dat het mogelijk was. Ella had zich voor het eerst openlijk verzet en gezegd dat ze geen gerommel meer wilde aan haar lichaam. Peter wist echter van geen ophouden en bleef aandringen op de ingreep. Uiteindelijk was het conflict uitgelopen op hun eerste echte ruzie waarbij Peter haar geslagen had.

Ik weet nog dat ik afgrijzen voelde bij dit verhaal en dat ik er ook niet goed raad mee wist. Ik begreep niet hoe Ella dat allemaal met zich had laten kunnen gebeuren en ik voelde een sterke aversie tegen Peter die haar zo als een object behandelde. Ella raakte steeds dieper in haar depressie en werd opgenomen. Ik verloor hen uit het oog. Later, nadat ik me meer had verdiept in gendertheorie en de samenhang met psychopathologie en nadat ik me had geschoold in het behandelen van fysiek geweld in man-vrouwrelaties dacht ik nog wel eens aan hen terug. In deze casus lag alles besloten: het tot object maken van vrouwen waardoor zij geen bestaansrecht

voelen en geen eigenwaarde opbouwen, de prestatiegerichtheid van mannen waardoor zij 'ontmenselijkt' raken en angstig worden als hun vrouw meer carrière maakt. De spiraal waar beiden in gevangen raken en waardoor mannen hun lichamelijke overmacht gaan gebruiken. Ik zou het nu anders hebben aangepakt.

Ik begon in 1976 met relatietherapie voor paren met een grote variatie aan problematiek. Ik schoolde me in binnen- en buitenland en werd meer en meer ervaren in het werken met deze complexe materie. Met een aantal casussen kwam ik echter niet verder. Er bleef een grote spanning hangen in de spreekkamer en het was moeilijk om een werkrelatie op te bouwen terwijl dat in de meeste andere gevallen juist goed lukte. Er kwam geen echt contact tot stand. Als de betreffende paren na verloop van tijd wegbleven was ik opgelucht.

In mei 1991 nam ik deel aan het Internationale Vrouwencongres over systeemtherapie in Kopenhagen. Geweld in systemen was daar een van de hoofdonderwerpen. Vooral geweld van mannen tegen vrouwen in heteroseksuele relaties en de gevolgen daarvan. De meeste sprekers over dit onderwerp kwamen uit de VS. Daar waren ze al ver in de theorievorming rond geweld en in het ontwikkelen van methoden om geweld aan te pakken. Na het congres realiseerde ik me met een schok hoe weinig ik het onderwerp geweld tussen man en vrouw direct ter sprake bracht en dat dit een verklaring kon zijn voor een aantal onbevredigend verlopen therapieën. Natuurlijk kwam het onderwerp geweld wel ter sprake maar vaak in vage termen ("er valt overal wel eens een klap") en altijd snel verbonden met andere problemen waar hard aan gewerkt moest worden. Na mei 1991 veranderden mijn inzicht en werkwijze rond het werken met geweld tussen partners rigoureuus. Ik bestudeerde het proefschrift van Renée Römken (1989), waaruit bleek dat in Nederland ongeveer één op de vijf vrouwen te maken krijgt met enige vorm van lichamelijk geweld van haar mannelijke partner. Ik realiseerde me dat die cijfers waarschijnlijk nog hoger zouden liggen binnen de groep paren die in therapie kwamen. Dit motiveerde me om bij alle paren heel direct naar verschillende uitingsvormen van geweld te vragen. Ook bij paren die ik al langer in behandeling had bleek regelmatig fysiek geweld te worden gebruikt zonder dat we dat in de therapie goed hadden besproken. Ik begon het geweld centraal te stellen en betoogde dat geen enkel ander onderwerp besproken kon worden zolang het geweld niet was gestopt. Dit maakte een veilige werkrelatie immers onmogelijk. Langzaam maar zeker bouwde ik ervaring op in het werken met paren bij wie lichamelijk geweld wordt gebruikt. Ik vond steun in de publicatie van Virginia Goldner, Love and Violence: Genderparadoxes in Volatile Attachments (1990) en later vond ik herkenning in het werk van Martine Groen die zich al veel langer specialiseerde in het werken met geweldsproblematiek. Samen ontwikkelden wij een theoretisch kader waarbinnen we het geweld tussen mannen en vrouwen konden begrijpen en dat handvaten biedt voor therapeutisch werk met deze paren. Dit hoofdstuk is daarvan een weerslag.

Toen Virginia Goldner begin 1997 haar meest recente publicatie opstuurde (Goldner 1997) en in april 1997 naar Haarlem kwam om in het Lorentzhuis een workshop te geven, bleek dat haar en ons werk zich in dezelfde richting hadden ontwikkeld. Het kan zijn dat u in dit hoofdstuk ideeën tegenkomt die sterk overeenkomen met de ideeën van Goldner. Wij waren alledrie blij verrast dat aan weerszijden van de oceaan dezelfde modellen ontwikkeld werden. Graag willen wij Virginia Goldner hier alle eer geven die haar als pionier in dit werk toekomt. Zij heeft ons geïnspireerd om het werk dat wij hierna beschrijven te kunnen ontwikkelen.

Een begin in de spreekkamer

Harry komt als eerste binnen. Fors gebouwd, tatoeages op zijn arm, een strakke spijkerbroek en een wit T-shirt. Bianca komt stilletjes achter hem aan, tenger, eveneens een strakke spijkerbroek en wit T-shirt. Ze gaan zitten. Ik vertel iets over de praktijk waar ze terecht zijn gekomen en vertel over mijn positie daarin. Vervolgens schrijf ik hen in. Hierdoor komt aan de orde hoe oud zij zijn, waar zij wonen, welk werk ze hebben of er sprake is van werkloosheid, of ze kinderen hebben, hoeveel en van welke ouders, door wie ze verwezen zijn en hoe ze verzekerd zijn. Dit geeft al een schat aan informatie over hun maatschappelijke positie en over hun omstandigheden. Soms staan er op het inschrijfformulier waarop de partners maar ook hun kinderen staan ingeschreven vier verschillende achternamen en wordt de complexe context van een samengesteld gezin direct duidelijk. Ik betreur het wanneer therapeuten in instellingen deze administratie over moeten laten aan een secretariaat en daardoor niet in de gelegenheid zijn deze relevante informatie zelf, in contact, te vergaren. De informatie vormt immers de sociale context die alle therapiegesprekken kleurt.

Harry is 22 en Bianca is 20 jaar oud. Ze wonen op een bovenwoning in een oude wijk van Haarlem. Ze hebben geen kinderen. Hij is taxichauffeur, zij is caissière bij een supermarkt, maar momenteel is ze in de ziektewet omdat ze veel hoofdpijn had en teveel fouten ging maken.

Ik leg vervolgens uit hoe het gaat met de rekeningen en de eigen bijdrage (f 20 per zitting). Er wordt open besproken of dit voor hen een probleem vormt. Dit open bespreken van de financiële zaken rond de therapie is essentieel. Het schept een sfeer van transparantie waarin alles besproken kan worden. Bovendien wordt de realiteit dat therapie geld kost direct ingebracht. Als mensen financieel vastgelopen zijn komt dat meteen ter tafel. (Het komt bij ons niet voor dat een therapie niet doorgaat omdat mensen de eigen bijdrage niet kunnen betalen. In noodgevallen springt de sociale dienst vaak in.) In het geval van Harry en Bianca bleek de eigen bijdrage geen bezwaar. Vervolgens leg ik uit wat de bedoeling is van het eerste gesprek.

Therapeut: 'Zoals ik jullie door de telefoon al zei duurt dit gesprek maximaal 1½ uur. Ik ga met jullie verkennen wat de problemen zijn waarvoor jullie komen. Ik wil graag beiden daarover horen. Jullie kunnen ieder een eigen verhaal vertellen en jullie hoeven het niet met elkaar eens te zijn. Aan het eind van het gesprek vat ik met jullie samen wat de problemen zijn en maken we een plan voor deze therapie. Wie wil beginnen? Vertel maar, wat brengt jullie ertoe hier te komen?'

Harry: 'Ze zeggen dat ik fout zit maar ik denk er anders over. Ik zit hier omdat zij het wil en omdat zij het niet meer ziet zitten tussen ons.'

T: 'Kun je me iets vertellen over dingen die jij niet prettig vindt gaan tussen jullie en die jij zou willen veranderen?'

Harry: 'Ik zie niet zoveel problemen, ze moet alleen niet zo zeiken dat ik alles verkeerd doe.'

T: 'Ik hoor je al twee keer zeggen dat je ervan wordt beschuldigd dat je dingen fout doet. Dat zit je blijkbaar hoog. Als je te horen krijgt dat je dingen fout doet, word je dan boos?'

Harry: 'Ja, natuurlijk word ik boos als er altijd aan mijn kop gezeurd wordt.'

T: 'Ik wil je graag goed begrijpen, kan je een voorbeeld geven? Wanneer is het voor het laatst gebeurd dat je boos werd?'

Harry kijkt even naar Bianca die naar de grond staart.

Harry: 'Vanochtend nog. Ik kon niet goed uit bed komen. Vannacht tot drie uur dienst gehad. Zij kwam om de vijf minuten zeggen dat ik eruit moest omdat we hierheen moesten. En toen ik eruit was bleef ze jagen. Daar kan ik niet tegen. Dat moet ze weten.'

T: 'Toen werd je dus boos en wat gebeurt er als je boos wordt?'

Harry: 'Dan word ik dus boos, en dan moet ze stoppen, dat weet ze heel goed.'

T: 'Hoe word je dan precies boos? Ga je schreeuwen, zeg je gemene dingen of zeg je juist helemaal niets meer, geef je haar een duw, of sla je... Hoe doe jij als je echt boos wordt?'

Weer een blik van Harry naar Bianca die nu alert terugkijkt.

Harry: 'Nu gaat het opeens allemaal over mijn boosheid, maar die heeft oorzaken, we moesten toch allebei ons verhaal vertellen, laat haar nu maar eens vertellen wat haar allemaal niet zint.'

T: 'Ik wil jullie inderdaad allebei horen, we hebben gelukkig de tijd. Ik wil dit eerst even afmaken. Hoe word je precies boos. Blijft het bij woorden of sla je ook?'

Harry: 'Er valt wel eens een klap, maar daar vraagt ze dan ook om.'

Binnen vijf minuten is het geweld ter sprake. Onze ervaring is dat dit eerder oplucht dan dat mensen ervoor weglopen. Ze weten immers zelf dat het een groot en bedreigend probleem in huis is waarvoor ze zich meestal erg schamen. Als dat in het eerste gesprek niet op tafel komt blijft er een grote spanning hangen. Elke keer zullen ze zich afvragen of 'het' nu zal uitkomen.

Het werken met geweldsproblemen heeft ook mijn ideeën over een eerste gesprek veranderd. Vroeger dacht ik dat je voor kennismaken en voor het invoegen in de wereld van de cliënten de tijd moest nemen. Dat je mensen op hun gemak moest stellen. Dat je moest vragen naar allerlei gewone dingen uit hun leven voordat je naar de problemen vroeg. Ik doe dat niet meer. Naar mijn ervaring is het beter gebruik te maken van de spanning waarmee mensen voor een eerste gesprek binnenkomen en in te voegen door goed op hun problemen in te gaan. Ze komen immers niet voor hun hobby's. Niet altijd lukt het om het geweld zo snel ter tafel te krijgen. Soms is de weerstand veel groter en wordt er lang om de hete brei heengedraaid. Concreet doorvragen blijkt de beste strategie. Deze vragen stellen we rechtstreeks aan de man, we vragen niet via de vrouw (circulair) door over de gewelddadige interacties. Dit zou haar in de positie brengen dat zij haar man moet 'verraden' en dat kan voor haar gevaarlijk zijn. Misschien heeft ze thuis wel moeten beloven het daar niet over te hebben. De informatie die de vrouw geeft is dan vaak gekleurd door angst waardoor het geweld gebagatelliseerd wordt. Concreet doorvragen bij de man geeft over het algemeen de duidelijkste informatie.

Wanneer het geweld aan de orde is stel ik dat centraal. Ik leg ook uit waarom ik dat doe:

T: 'Ik wil jullie wat vertellen. In heel veel relaties wordt geslagen. Net als bij jullie. Jullie zijn wat dat betreft geen uitzondering. Ik heb echter wel een probleem. Ik vind dat slaan, duwen, schoppen en ander lichamelijk geweld geen oplossing zijn om problemen aan te pakken. Meestal maken ze de problemen tussen mensen groter. Het maakt je relatie onveilig zodat je niet meer van elkaar kunt genieten, maar het maakt ook de therapie onveilig. We kunnen geen dingen bespreken als het gevaar bestaat dat jij haar thuis weer gaat slaan, misschien wel om de dingen die zij hier gezegd heeft. Dat vind ik zelf ook te onveilig. Ik kan niet goed werken als ik me steeds zorgen maak over of het bij jullie thuis uit de hand loopt en of Bianca gevaar loopt. We zullen dus eerst moeten werken aan een oplossing voor dat probleem zodat er thuis geen klappen meer vallen. Nu heb ik al heel veel gewerkt met paren waarbij mannen hun vrouw slaan. Ik weet inmiddels dat dat meestal geen slechte mannen zijn. Dat ze het zelf vreselijk vinden dat ze zich soms niet kunnen beheersen. Dat ze zich schamen dat het soms zo uit de hand loopt. Ik weet ook dat er iets aan te doen is. Dat het slaan kan stoppen. Daar zou ik eerst aan willen werken. Daarna kunnen we de therapie gaan starten en dan kunnen er allerlei dingen besproken worden die problemen geven in jullie relatie. Dit gaat aan de therapie vooraf. Willen jullie meewerken aan zo 'n programma?'

Soms gaan paren heel snel akkoord met dit voorstel. Vaak is het zo dat zij zelf steeds geprobeerd hebben het slaan te stoppen. Vrouwen proberen dit door situaties die escalaties teweeg kunnen

brengen te vermijden, mannen door na het slaan beterschap te beloven. Zij voelen zich vaak schuldig en nemen zich voor niet meer te slaan. Doordat het steeds toch weer mis gaat is er vaak moedeloosheid ontstaan rond dit onderwerp. Het feit dat de therapeut stelt dat er wat aan te doen is en dat zij daarbij zal helpen schept hoop. En zoals bekend is het scheppen van hoop op verbetering een van de sterkste non-specifieke factoren die het slagen van een therapie positief beïnvloed. De laatste tijd komt het regelmatig voor dat mensen bij ons in therapie komen juist omdat ze problemen hebben met geweld in hun relatie en omdat ze weten dat wij gespecialiseerd zijn in het behandelen daarvan. In die gevallen gaan ze graag akkoord met een programma om het geweld te stoppen want daar komen ze juist voor. Soms kost het veel meer moeite. Bij Harry en Bianca verliep het als volgt:

Harry: 'Ik heb er veel moeite mee dat ik nu opeens als gewelddadig slafiguur word neergezet, want dat ben ik helemaal niet. Ik sla niet graag en dat heb ik ook nooit veel gedaan in mijn leven. Ik ben niet zo'n typ die er makkelijk op loslaat. Alleen als ik tot het uiterste getergd word, en daar is zij goed in. Vroeger op school is het ook een keertje gebeurd. Er was een jongen die me steeds treiterde omdat mijn vader bij de vuilnisdienst werkte. Hij stookte altijd iedereen op dat ik stonk en zo. Die heb ik een keer flink in elkaar geramd. Toen was het gelijk afgelopen. Daarna pasten ze wel voor me op. Verder is het, voorzover ik me nu kan herinneren, nooit gebeurd. Ik ben geen vechter. Maar met haar... ik weet het niet. Ze kan zo... en dan weet ik niet meer wat ik doe. Ze stopt niet. Ze gaat altijd maar door met zeuren. Over alles. Dan heb ik mezelf niet meer in de hand. Als ze stopt met zeuren is er niets aan de hand.'

T: 'Ik begrijp dat er dingen gebeuren waardoor jij getergd wordt, daar kunnen we het over hebben. Wat ik bedoel is dat we het pas overal over kunnen hebben als er niet meer geslagen wordt. Zolang het gevaar bestaat dat er geslagen wordt is de situatie niet veilig en veiligheid is een noodzakelijke voorwaarde voor therapie. Dat wil niet zeggen dat jij het probleem bent, dat het allemaal aan jou ligt. In de therapie, die begint als er niet meer geslagen wordt, gaan we het natuurlijk ook over het gedrag van Bianca hebben, hoe ze jou tergt en hoe ze daar mee kan stoppen. Maar eerst moet jij stoppen met slaan. En ik weet dat dat kan. Wil je er aan meewerken?'

Harry: 'Ik geloof dat u al net zo goed kunt doordrammen als Bianca, maar oké, als dat dan nodig is... ik zit hier nu toch, ik word dit ook zat... zeg maar wat ik moet doen.'

T: 'Bianca, jij bent nog helemaal niet aan het woord geweest. Ben je het ermee eens dat het geweld tussen jullie een probleem is en dat we er eerst aan gaan werken om dat te laten stoppen?'

Bianca schiet in tranen: 'Ja, ik ben altijd bang, ik wilde bij hem weg, dat durfde ik ook niet echt, en dan is hij opeens weer zo lief... ik heb al vaak gezegd dat ik het niet meer pik, hij heeft al zo vaak beloofd dat het niet meer zal gebeuren... ik weet niet of het werkt.'

T: 'Ik begrijp je twijfels maar ga je akkoord met een programma om het slaan te laten stoppen, want daar moet jij ook aan meewerken.'

Bianca: 'Zeg maar wat ik moet doen.'

Ik vind het belangrijk om eerst met de man te onderhandelen, pas daarna vraag ik de medewerking van de vrouw. Wanneer de man bereid is mee te werken aan het programma erkent hij zijn gewelddadige gedrag en is hij bereid er verantwoordelijkheid voor te nemen. Dat is cruciaal voor het slagen van het programma. Het kan echter alleen maar lukken als de vrouw ook meewerkt en als ze samenwerken in het stoppen van het geweld.

Soms kost het veel meer moeite om mannen en vrouwen zover te krijgen dat ze willen meewerken met een programma, bijvoorbeeld als ze het erover eens zijn dat het niet het grootste probleem is en dat ze het over andere zaken willen hebben. Ik stel in zo'n geval mijn dilemma

centraal: 'Jullie komen hier voor hulp en willen het hebben over belangrijke problemen in jullie relatie maar jullie willen niet starten met een programma om het geweld in jullie relatie een halt toe te roepen. Dat is een probleem voor mij want ik kan mijn vak alleen binnen een veilig kader uitoefenen. Ik zou daarom juist wel willen starten met zo'n programma. Maar ik wil jullie ook niet zomaar wegsturen, we zitten dus met een dilemma waar ik ook niet direct een oplossing voor weet.'

Door er op deze manier een gezamenlijk probleem van te maken lukt het meestal toch om een start te maken met het programma. Het feit dat ze het dan voor mij doen om daarna bij mij in therapie te kunnen kan me niet zoveel schelen. Als het lukt te stoppen met slaan motiveert dit hen ook zelf om nieuwe wegen in te slaan. In het meest extreme geval lukt het helemaal niet. Sommige mannen weigeren verantwoordelijkheid te nemen.

Patrick: 'Ik ben het er niet mee eens. Het is namelijk háár probleem. Ze weet precies hoe ze me boos kan krijgen. Soms stuurt ze er regelrecht op aan. Bijvoorbeeld met die vegetarische onzin van haar. Ik heb gewoon vlees nodig, en dat weet ze en dan probeert ze het toch weer met die troep. Of ze haalt geen bier in huis omdat ze vindt dat ik teveel drink, dan grijp ik mis. Razend word ik daarvan. Ik werk hard en dan heb ik dat nodig. Daar moet ze rekening mee houden. Anders vraagt ze om problemen. Als zij meewerkt is er niets aan de hand.'

Patrick bleef zo praten. Ik begin dan geen therapie. Therapie is alleen mogelijk als de geweldpleger bereid is verantwoordelijkheid te nemen voor zijn gedrag. Lukt dit niet dan zal de therapeut een andere weg moeten bewandelen. De weg van de sociale controle waarbij de veiligheid van de vrouw en haar eventuele kinderen voorop staat. Het is altijd aan te raden de huisarts op de hoogte te brengen van je bevindingen. Je kunt de vrouw ook aanraden voor haar veiligheid en die van haar kinderen te kiezen door zich bijvoorbeeld tot een opvanghuis te wenden of ergens op een veilige plek te gaan logeren. Ook is het mogelijk de politie in te schakelen wanneer er aantoonbaar geweld heeft plaatsgevonden.

Het is bekend dat geweld vaak samengaat met overmatig alcohol- of drugsgebruik. Als dit het geval is is onze aanpak niet mogelijk. Het therapieprogramma vereist dat de deelnemers aan het programma nog over enige zelfcontrole beschikken. Door overmatig alcohol- of drugsgebruik kan dit dermate zijn aangetast dat deze vorm van therapie niet mogelijk is. We hebben het hier niet over een aantal pilsjes maar over echt misbruik van middelen. Er zijn paren waar het alleen fout gaat als de man excessief gedronken heeft. Dan is het geïndiceerd deze man te verwijzen naar een alcoholkliniek.

Omdat dit hoofdstuk gaat over paren waar behandeling binnen de ambulante setting wel mogelijk is werken wij dit hier niet verder uit.

Een ander argument dat mannen vaak noemen is dat beiden geweld gebruiken:

Peter: 'Jacqueline vliegt mij vaker aan dan ik haar. Meestal is het zo dat zij op mij afvliegt. Ik verdedig me alleen maar.'

Jacqueline (fel): 'Ja maar ik houd daar dan wel een gekneusde ribbenkast aan over of een gebroken pols, of een blauw been.'

Peter (dreigend): 'Je weet heel goed hoe dat is gegaan, daar zou ik nu maar je mond over houden, je moet me niet tegenhouden als ik weg wil gaan en ik kon er niets aan doen dat je zo rot tegen dat kastje aanviel. Ik duwde je alleen maar van me af.'

T: 'Ik hoor dat jullie aardig aan elkaar gewaagd zijn. Jullie vechten allebei. Er is alleen een verschil. Jij bent groter, zwaarder en sterker dan Jacqueline, zij loopt dus meer gevaar bij jou dan jij bij haar. Ben jij ooit bang voor de aanvallen van Jacqueline, ik bedoel, heb

je het gevoel dat je in gevaar verkeert als ze je aanvalt?’

Peter: ‘Nou nee, dat niet echt, maar ik pik het niet van haar.’

T: ‘Jacqueline, ben jij bang voor Peter als hij jou aanvalt? Heb jij het gevoel dat je gevaar loopt?’

Jacqueline (zacht): ‘Ja, natuurlijk, dat is ook wel gebleken. Ik moet echt oppassen met hem. Maar hij heeft gelijk, ik ben ook geen lieverdje. Vooral als ik ongesteld ga worden. Dan ben ik niet te genieten. Dan kan je beter uit mijn buurt blijven.’

Door zo het verschil in lichamelijke kracht te benadrukken wordt het duidelijk dat het ook in dit geval belangrijk is dat Peter verantwoordelijkheid neemt voor zijn geweld en dat hij daarmee stopt. Gelukkig ging hij akkoord nadat ik hem had verzekerd dat ook het verbale geweld van Jacqueline aan de orde zou komen zo gauw hun situatie veilig was.

Het contract

Als het fiat verkregen is voor een programma om het geweld te laten stoppen werk ik dit programma verder uit:

T: ‘Ik zal jullie uitleggen hoe het werkt. Eerst wil ik graag een voorbeeld horen. Bijvoorbeeld wat jullie al noemden. Vanmorgen ging het mis. Hoe ging dat precies. Bianca, wil jij beginnen?’

Bianca: ‘Nou, hij lag dus nog te slapen want hij had late dienst. We moesten hier dus om tien uur zijn. Ik wilde niet te laat zijn, want daar heb ik een hekel aan, dus ik was al vroeg op. Dan zit ik al de hele tijd te denken. Laat ik hem nou niet te vroeg wakken want dan wordt hij kwaad, maar ik moet hem ook niet te laat wakken want hij heeft even de tijd nodig om wakker te worden en op te staan. Ik vond het ook best eng om hier heen te gaan dus ik voelde me niet echt tof. Ik zette vast koffie en ging om half negen naar boven, met koffie. Hij kwaad, veel te vroeg. Ik dus weer weg met de koffie. Door de zenuwen morste ik koffie op mijn T-shirt. Ik natuurlijk kwaad op mezelf. Ik liep de kamer in om een schoon T-shirt te pakken. Toen dacht hij dat ik hem weer kwam wakken, maar dat was helemaal niet zo. Ik probeerde uit te leggen van de koffie en zo maar hij werd alleen maar kwaai en zei dat ik m'n rotkop moest houden. Toen ging ik huilen en toen werd hij nog kwaai en zei dat ik zeker wilde laten zien dat hij alles fout deed, dat ik daarop uit was, maar dat was helemaal niet zo...’ (Huult.)

Harry: ‘Maar je zat toch de hele tijd aan mijn kop te zeiken dat ik op moest staan, dat ik de tijd moest nemen om te douchen en zo en dat je al koffie had gezet en dat jij al lang klaar was... dat werkt op mijn zenuwen gewoon.’

T: ‘Als ik het goed begrijp ging je haar slaan toen zij ging huilen.’

Harry: ‘Inderdaad ja, daar kan ik helemaal niet tegen, en vooral ook omdat we hier heengingen, dan was ik natuurlijk de gebeten hond. Nou dat komt dus mooi uit. Heb ik toch gelijk gehad.’

T: ‘Wat ik graag wil weten, wanneer wist jij, Bianca, dat het fout ging. Je hebt hier al zoveel ervaring mee, op een gegeven moment weet je dat het fout gaat. Hoe was dat deze keer?’

Bianca: ‘Toen ik weer binnenkwam voor dat schone T-shirt en hij helemaal niet meer wou luisteren, ik probeerde het uit te leggen, maar hij luisterde helemaal niet meer, ja, toen wist ik... dit gaat helemaal fout. Maar ik kon het niet meer stoppen, hoe ik ook probeerde hem rustig te krijgen, het wordt dan alleen maar erger.’

T: 'Dat is duidelijk, ik zal er zo verder op ingaan, maar eerst Harry. Wanneer voelde jij dat het misging, dat je jezelf niet meer in de hand had?'

Harry: 'Ik voel dat helemaal niet, ik lag gewoon lekker te slapen en was gewoon kwaad dat ze me zo idioot vroeg wakte. Toen ze weer binnenkwam... ik weet het niet... dan weet ik niet goed wat er dan gebeurt... dan weet ik niet meer wat ik zeg en doe... dan moet ze gewoon stoppen, niets meer zeggen, me met rust laten...'

Vrouwen weten vaak heel goed aan te geven wanneer het misgaat, ze weten dat er klappen zullen gaan vallen maar weten het proces niet goed te stoppen. Wel zijn ze erin getraind geraakt om signalen op te vangen en ze proberen daar dan goed op in te spelen. Vaak voelen vrouwen zich dan ook verantwoordelijk om het geweld te voorkomen. Römken (1991) heeft dit goed beschreven en noemt dit fenomeen 'projectie en internalisering van verantwoordelijkheid en schuld'. In ons voorbeeld vertelt Bianca hoe zij al voor het wekken bezig is een gunstige strategie uit te zetten om de kans op escalatie te verkleinen.

Mannen vertellen meestal dat zij er geen vat op hebben, dat het ze zwart voor de ogen wordt of dat ze overvallen worden door grote woede. Goldner e.a. (1990) beschrijven hoe geweld voor mannen zowel een uitingsvorm (en ervaring) is van macht als van onmacht.

Ik gebruik vaak een metafoer die bij mannen goed blijkt aan te slaan:

T: 'Ik merk dat je het moeilijk vindt om te herkennen wanneer het fout gaat. Ik wil je het volgende voorleggen. Als kind speelde ik graag in de zee. Ik mocht nooit verder dan tot mijn knieën in het water en dat vond ik maar niets. Mijn moeder legde me uit dat er gevaarlijke stromingen zijn die je meenemen als je te ver de zee ingaat. Natuurlijk probeerde ik dat af en toe toch uit. Ik liep steeds iets verder de zee in en merkte dat het dan steeds moeilijker werd om terug te lopen. Eén keer liep ik te ver en het bleek waar: de stroming nam me mee, hoezeer ik me er ook tegen verzette. Gelukkig was er een grote man die het zag gebeuren en die me weer op tijd terug kon halen.

Dit is te vergelijken met jouw woede. Eerst word je een beetje kwaad, dan kan je nog terug, maar als je doorgaat wordt het steeds moeilijker, op een gegeven moment kan je niet meer terug, dan is de woede sterker dan jij en gaat het echt mis. Ik wil nu kijken waar de eerste stappen gezet worden en het programma komt erop neer dat je niet verder dan tot je knieën erin gaat, zodat je altijd nog terugkan.'

Harry: 'Oké, ik snap het. Het klopt, op een gegeven moment weet ik dat het fout gaat maar ik kan niet meer terug. Dat maakt me extra kwaad, dat ik niet meer terugkan. Ik word dan ook nog kwaaiër op haar, dat zij me zover brengt dat het dan echt misgaat.'

T: 'Goed dat je het herkent, dan kunnen we onderzoeken tot waar je kunt gaan zodat je niet verder dan je knieën erin gaat. Kun je me vertellen wanneer je vanmorgen tot je knieën erin was?'

Harry: 'Ja, dat is moeilijk. Ik lag nog lekker te slapen, ik had helemaal geen zin om wakker te worden en hierheen te gaan, ik voelde me door haar gedwongen. Het ging gelijk mis toen ze me wakte, dan doet ze ook zo... met die koffie en zo... dat ik me gelijk schuldig moet voelen, daar kan ik niet tegen... dan heb ik mijn ogen nog niet open of ik zit al weer fout... dat gevoel... dan word ik gelijk kwaad... misschien gelijk al verder dan mijn knieën.'

We zien hoe Harry via de metafoor begint met het reflecteren op zijn eigen gedrag en op de interactie tussen hen beiden. Hij zegt een aantal belangrijke dingen waar we later in de therapie mee aan de slag kunnen. Inderdaad is het zo dat vrouwen die mishandeld worden door de effecten van de traumatisering gedrag gaan vertonen dat het mishandelende gedrag van de man juist activeert. Beiden voelen zich onmachtig om deze cirkel te doorbreken. Toch blijf ik volhouden dat de situatie veilig moet zijn voordat de therapie kan beginnen en deze belangrijke zaken besproken kunnen worden.

T: 'Je zegt een aantal belangrijke dingen waar we later, als de therapie begonnen is, op terug zullen komen. Nu we weten hoe het bij jullie werkt, zal ik jullie eerst het anti-geweldprogramma uitleggen. Het is eigenlijk heel simpel. Het sleutelwoord is "time-out". Time-out betekent dat je voor een tijdje alles stopt tussen jullie. Degene die de time-out stelt gaat weg, de kamer uit, het huis uit of loopt bijvoorbeeld de andere kant op buiten. Als een van jullie twee een time-out vraagt, móet de ander akkoord gaan. Dat is de deal. Dat is heel belangrijk. Door uit de situatie te stappen kan je voorkomen dat de stroming je meeneemt. Daarom is het zo belangrijk dat jullie weten wat de eerste signalen zijn dat het de verkeerde kant op gaat. Ik denk dat jij, Bianca, dat heel goed weet en jij, Harry, als je goed oplet, ook heel goed weet wanneer je er tot je knieën in staat.'

Harry: 'Volgens mij heb ik dat al zo vaak geprobeerd, dan wil zij doorpraten en dan wil ik weg. Als ik dan toch de deur uit wil lopen houdt zij mij wel eens vast, dan wil ze het verder uitpraten maar dat kan ik dan niet, als ze me dan belet de deur uit te lopen dan duw ik haar weg, of dan vallen er klappen. Ik vind dit wel een goed voorstel, ik vind het niet moeilijk.'

Bianca: 'Ik vind het helemaal niet leuk, hij loopt altijd al weg, ik ben het er niet mee eens, nu speelt u hem mooi in de kaart, kan-ie lekker zeggen "time-out" en dan heeft hij alle vrijheid van de wereld. Ik vind het juist zo erg dat hij altijd wegloopt als ik iets uit wil praten.'

Toen ik met dit werk begon raakte ik bij deze reactie, die meerdere malen voorkwam, in de war. Gaandeweg is me gebleken dat er juist op de drempel de meest verschrikkelijke gevechten plaatsvinden. Vrouwen zijn vaak verbaal begaafder dan hun mannelijke partners en willen dingen uitpraten. Mannen voelen zich dan onder druk gezet en worden geconfronteerd met hun onvermogen om zich over emotionele zaken te uiten. Deze overmacht van hun vrouw kunnen zij niet aan, weglopen is dan een van de manieren om weer macht te krijgen. Het valt te begrijpen dat vrouwen zich daartegen keren omdat zij zich juist in het gesprek even sterker kunnen voelen. Ik heb gemerkt dat het belangrijk is me niet te laten afleiden door deze complexiteit en het tot een later stadium te laten liggen.

T: 'Ik snap dat je het vervelend vindt dat Harry wegloopt als jullie net in gesprek zijn. Maar nu staat jouw veiligheid voorop en daarvoor is de time-out noodzakelijk. Jullie kunnen beiden een time-out vragen. Dus als jij voelt dat het de verkeerde kant opgaat kun jij óók zeggen: "time-out". Ik wil er wel iets heel belangrijks aan toe voegen. Degene die de time-out heeft aangevraagd moet het contact ook weer herstellen. Dus Harry, als jij de time-out hebt aangevraagd en weg bent gegaan, dan moet jij ook weer naar huis komen, naar Bianca toegaan en het contact herstellen door iets tegen haar te zeggen. Je weet zelf wel wanneer je weer rustig genoeg bent en wanneer je eraan toe bent om weer aardig voor haar te zijn. Voor jou Bianca geldt hetzelfde. Als jij de time-out vraagt moet Harry akkoord gaan. Jij beslist dan wanneer je weer naar hem toegaat.

Als jullie een tijdje afstand nemen gaat het meestal weer goed. Ik heb al met veel stellen gemerkt dat het werkt als je het zo doet. Hebben jullie er vragen over of is het duidelijk?'

Harry: 'Dus bijvoorbeeld vanmorgen, dan had ik toen ze me wekte gelijk moeten zeggen: "time-out".'

T: 'Inderdaad, heel goed.'

Harry: 'Dan was ik later opgestaan en dan was ik naar Bianca toegegaan om hierheen te gaan.'

Bianca: 'Ja, maar als hij dan doorslaapt tot tien uur, dan waren we mooi te laat geweest.'

T: 'Dat is minder erg dan dat je geslagen wordt, je veiligheid staat voorop.'

Bianca: 'Oké, dan zou hij direct zeggen: "time-out", en dan moet ik dus blijven rondlopen met een T-shirt met koffievlekken want dan mag ik niet meer naar binnen totdat mijnheer zich vertoont.'

T: 'Ik kan me voorstellen dat dat lastig voor je is, maar je veiligheid lijkt me belangrijker.'

Het is me al vaak opgevallen dat vrouwen niet makkelijk akkoord gaan met het voorstel, hoewel het toch om hun veiligheid en het doorbreken van het geweld gaat. We hebben een hypothese over dit fenomeen. Een vrouw zei: 'Ik word liever geslagen dan dat hij weggaat.' Blijkbaar kan slaan toch nog beleefd worden als een vorm van contact. De angst bestaat dat er helemaal niets meer over is als het slaan stopt, dat je dan genegeerd wordt. En het tegenovergestelde van liefhebben is immers niet haat maar negeren. Welke argumenten ook worden aangevoerd, het is van het grootste belang vast te houden aan het time-outprogramma en zoveel mogelijk voetangels en klemmen te bespreken en weg te werken. Als er geen vragen meer zijn moet nog eens heel expliciet om medewerking worden gevraagd.

T: 'Nu alles duidelijk is wil ik jou nog eens vragen, Harry: "Ga je het zo doen?'

Harry: 'Ik doe mee.'

T: 'Jij ook Bianca?'

Bianca: 'Akkoord.'

T: 'Dan wil ik jullie volgende week om dezelfde tijd weer zien, en Harry, als het je gelukt is om niet te slaan, duwen of... je weet wat ik bedoel, dan gaat de therapie beginnen. Als je wel geslagen hebt, wil ik dat jij dat telefonisch zelf aan mij doorgeeft, als ik niet bereikbaar ben kan je het inspreken op het antwoordapparaat, je hoeft dan alleen maar in te spreken dat het mis is gegaan, dan weet ik genoeg.'

In het begin van de therapie zie ik het paar elke week. Als het geweld gestopt is wordt de frequentie teruggebracht naar eens in de twee à drie weken en later gaan we terug naar eenmaal per maand. Meestal maken we een serie van vijftien zittingen vol voordat we stoppen. Ik geef geen toelichting waarom ik wil dat Harry belt als het misgegaan is. Ik laat dat in het midden. Als het direct na de eerste zitting is gebeurd kan ik hen eventueel eerder weer zien. Als het later is ben ik erop voorbereid dat de tweede zitting weer zal gaan over het programma om het geweld te stoppen. Bovendien blijkt het feit dat hij moet bellen een extra rem te zijn.

Harry: '...En toen ging het bijna mis en toen dacht ik, Jezus, dan moet ik haar ook nog bellen, opeens dacht ik daaraan, nou dan loop ik toch liever weg.'

Meestal werkt deze interventie direct, soms moet de interventie herhaald worden en is het belangrijk goed door te spreken wat en waar het misging. Als het geweld na drie zittingen niet is gestopt, ga ik niet op dezelfde manier door, dan moet er gesproken worden over een ander vorm van time-out, namelijk het weggaan van de vrouw naar een logeeraadres of opvanghuis. Ook dan is er therapie mogelijk als beiden toch met elkaar verder willen. De veiligheid van de vrouw blijft echter vooropstaan voordat de therapie gestart kan worden. Soms is uit elkaar gaan een betere

oplossing als een van de twee niet meer verder wil. Daarmee kom ik echter op een ander onderwerp: het begeleiden van scheidingsprocessen. Daar gaan wij in dit boek niet op in.

Als de therapie start

Vaak is het de eerste week gelukt niet te slaan. Dit directe succes is belangrijk als basis voor vertrouwen in de therapie, de therapeut en in elkaar. De therapeut uit natuurlijk veel waardering voor het succes. Als het niet gelukt is, is het belangrijk precies na te gaan wat er mis is gegaan. Bij Harry en Bianca is het in één week gelukt en na die keer is er nog maar één keer geslagen, later in de therapie. Iedere keer als er een terugval is stopt de therapie en gaat het weer over het time-outprogramma. Heel vervelend, maar belangrijk. Op zo'n zitting komen er geen andere dingen aan bod en dat kan dus een heel korte zitting zijn. Zo gauw het geweld weer onder controle is kan de therapie vervolgd worden. Sommige paren zijn tevreden zo gauw ze een manier hebben gevonden om het geweld te stoppen, we proberen hen altijd te motiveren om door te gaan, om meer zicht te krijgen op de complexe dynamiek van hun man-vrouwrelatie zodat de kans op terugval wordt verkleind. Bijna altijd lukt het mensen hiertoe te motiveren. Zo niet, dan is het belangrijk de weg open te houden om terug te komen. Door het eerste succes kunnen ze die weg ook makkelijker gaan.

Als de eigenlijke therapie kan beginnen, proberen we met elkaar een verhaal te vertellen waardoor de problemen in de relatie begrijpelijk worden en de liefde meer ruimte krijgt.¹

Vaak zijn cliënten vast komen te zitten in een interpretatie van gebeurtenissen, in hun eigen verhaal waar geen beweging meer in te krijgen is en dat henzelf en hun omgeving opsluit in beperkende posities. Die interpretatie wordt gevormd binnen hun sociale positie en hun eigen persoonlijke geschiedenis. In de therapie vertellen we met elkaar een nieuw verhaal, een verhaal dat ruimte scheidt.

Werkend met paren waarin de man fysiek geweld gebruikt tegen zijn vrouw zijn we tot een soort raamwerk gekomen waarbinnen onze cliënten hun eigen verhaal kunnen vertellen. We beschrijven hierin de dynamiek tussen vrouwen en mannen die uitmondt in geweld van de man tegen de vrouw in bepaalde stadia. Het bleek dat cliënten zich konden herkennen in deze beschrijving van hun proces. Op grond van deze gegevens hebben wij een spiraal van geweld beschreven waarin de verschillende stadia zijn te herkennen. Deze spiraal kan gezien worden als een metafoor, het is een verhaal waardoor wij de interactie tussen mannen en vrouwen waarbij sprake is van geweld betekenis kunnen geven met behulp van de vele theorieën die er beschreven zijn over mannen en vrouwen in onze cultuur. Hoewel we gemerkt hebben dat bijvoorbeeld ook Afrikaanse, Bosnische, Servische en Turkse mensen veel in ons verhaal herkennen, baseren wij ons toch vooral op de westerse samenleving. Dit betekent niet dat wij het belang van culturele en klasse-achtergrond onderschatten. Wanneer we met paren uit andere culturen werken stellen wij ons open voor hun verhalen en nodigen hen uit onze beschrijvingen passend te maken voor hun situatie. Deze benadering is respectvol en voorkomt dat cliënten uit andere culturen in een hokje worden geplaatst wat juist geen recht doet aan verschillen.

Overigens worden we vaak geconfronteerd met de uitspraak dat slaan in andere culturen soms gewoon is en zelfs dat er vrouwen zijn die denken dat hun man niet meer van hen houdt als hij niet meer slaat. Wij houden echter vast aan ons uitgangspunt dat geweld geen goede oplossing is voor problemen, een persoonlijke stellingname die wat ons betreft altijd en overal geldt. Als mensen dus door willen gaan met slaan omdat dat bij hun cultuur hoort, dan willen wij niet met hen werken en moeten ze mensen zoeken die dat wel accepteren.

Wij zullen de spiraal hieronder weergeven en de verschillende stadia vervolgens een voor een behandelen met bijbehorende vignetten. Harry en Bianca zullen steeds terugkomen zodat u hun verhaal door de therapie heen kunt volgen. Soms zullen andere paren aan de orde komen. Wanneer we de verschillende fasen beschrijven zal blijken dat we interacties beschrijven die bij veel man-vrouwparen te herkennen zijn, niet alleen bij paren waar lichamelijk geweld een onderdeel is gaan vormen van deze interactie. Goldner (1997) stelt dat bij paren waar lichamelijk geweld wordt gebruikt van de man tegen de vrouw, de man-vrouwpatronen als het ware uitvergroet worden. Zij verwacht ook dat we veel over man-vrouwinteractie in het algemeen leren als we de processen tussen mannen en vrouwen waar geweld een onderdeel van de interactie is gaan vormen kunnen doorgronden. Wij zijn dit met haar eens. Onze spiraal van geweld is een beschrijving van processen tussen mannen en vrouwen die vaak voorkomen. De mannen en vrouwen in onze casussen zijn er echter in verstrikt geraakt, ook al hebben zij vaak geprobeerd zich er op eigen kracht uit los te maken. Geweldsuitbarstingen kunnen zelfs tegelijkertijd pogingen zijn om uit de verstriking te raken, ook al werkt dat averechts.

Spiraal van geweld bij paren

Stadium 1. Het romantisch ideaal

Nog steeds lijken de romantische verwachtingen van jonge mensen over de grote liefde springlevend, alle scheidingspercentages ten spijt. Wel bieden bestaande verwachtingspatronen steeds minder houvast. De meeste mensen missen tegenwoordig een duidelijke symbolische orde waarin voorgeschreven wordt hoe mannen en vrouwen, vaders, moeders en kinderen zich dienen te gedragen. Het huidige gelijkheidsideaal komt niet overeen met de dagelijkse praktijk. Uit contactadvertenties blijkt bijvoorbeeld dat mannen nog steeds contact zoeken met jongere, lager opgeleide vrouwen en dat vrouwen een liefst iets oudere man zoeken van tenminste gelijk opleidingsniveau. Voor laag opgeleide jonge mannen en hoogopgeleide vrouwen is het moeilijk een geschikte partner te vinden (Meulenbelt 1990). Daarbij weten mannen vaak niet meer wat er van hen verwacht wordt: 'een gevoelige macho', hoe ziet die er uit, wat moet hij daarvoor doen? Ondanks deze verwarring op vele fronten blijft de romantische verwachting overeind. 'Ooit zal ik de ander tegenkomen voor wie ik de belangrijkste ben, die mijn waarde erkent, mij kan geven wat ik nodig heb en die ik kan geven wat zij/hij nodig heeft.' Want dat is wat mensen in de romantische liefde zoeken. Jurg Willi (1987) beschrijft in zijn boek over partnerrelaties hoe mensen elkaar uitkiezen op grond van eigen onopgeloste conflicten. Hij hanteert daarbij een psychoanalytisch denkkader. Jonge mensen kiezen volgens hem een partner waarvan zij verwachten dat die hun zal geven wat zij tot dan toe gemist hebben, bijvoorbeeld waardering, liefde, zorg of macht. Rond deze thema's ontwikkelen zich dan relatiepatronen die op den duur verstarde raken. Een dergelijk patroon noemt Willi een collusie. Zo kunnen mensen die als kind zorg tekort zijn gekomen zich aangetrokken voelen tot een ander die hun deze zorg kan geven of die juist hun zorg behoeft. Niet zelden heeft deze ander hetzelfde grondconflict, hetgeen dan leidt tot een verbinding waarbij de een de 'redder' van de ander wil zijn. Willi noemt dit een orale collusie. Om meer zicht te krijgen op de eerste fase van de relatie is het dus belangrijk om in te gaan op het allereerste begin. Hoe hebben ze elkaar leren kennen, wat trok hen aan in elkaar, hoe verliepen de eerste ontmoetingen? Deze informatie werpt veel licht op de latere problemen.

Vaak ook is deze informatie aanleiding om verder op beider achtergronden in te gaan en een genogram te maken. Een genogram is een soort familiestamboom waarin van drie generaties de familielijnen worden getekend, de geboorten en sterfgevallen, beroepen, bindingen en breuken en andere belangrijke gebeurtenissen. Een voorbeeld van een dergelijk genogram staat in

hoofdstuk 4. Wanneer we samen met de cliënten opstellen, horen we meer over hun kinderjaren en wat ze in hun familie van oorsprong hebben geleerd over mannen en vrouwen en de relaties tussen hen.

Laten we eens kijken hoe dat verliep bij Harry en Bianca.

Nadat ik Harry en Bianca, en vooral Harry, heb gecompimenteerd met het feit dat het hun gelukt is geweld te vermijden, stel ik dat dat betekent dat de therapie nu kan beginnen. Ik licht ook toe dat het belangrijk is om te voorkomen dat het in de toekomst toch weer misgaat en dat de therapie beoogt de positieve kanten van hun relatie meer ruimte geven zodat ze meer van elkaar kunnen genieten. Om niet in de valkuil te stappen dat het romantisch ideaal alsnog van stal wordt gehaald, stellen we meestal duidelijk dat dat heus niet de hemel op aarde zal inhouden en dat ze ook niet alles bij elkaar zullen kunnen vinden wat ze nodig hebben, maar dat het wel een stuk aangenamer kan worden.

T: 'Ik wil graag beginnen bij het begin. Hoe hebben jullie elkaar leren kennen?'

Bianca (lachend): 'Via mijn broer, hij was een vriend van mijn broer, ik was toen nog pas dertien, ik had niets in de gaten. Later begreep ik dat hij me toen al leuk vond. Hij vroeg me mee uit maar ik mocht toen nog niet. Ik vond het wel prachtig, zo'n grote vriend van mijn broer die me zoveel aandacht gaf.'

Harry: 'Ze was een prachtmeid en altijd lachen hè, altijd vrolijk, dat trok me zo aan.'

T: 'En wanneer werd het wat tussen jullie, hoe is dat gegaan?'

Harry: 'Haar broer, die gaf een feestje toen hij een baan had, zij kwam daar ook, het was gelijk raak.'

Bianca: 'Ik zag hem staan, echt een stuk (lachen allebei), toen we samen dansten... het was helemaal te gek, ik was meteen helemaal verliefd.'

Harry: 'Ik had al verwacht dat ze er zou zijn, ik had er al naar uitgekeken, ik had haar een tijdje uit het oog verloren, ik was benieuwd hoe ze nu zou zijn, precies zoals ik had gedacht, ik dacht... die wil ik, ik ben gelijk op haar afgegaan.'

T: 'Dus jullie voelden je sterk aangetrokken tot elkaar, ik hoor van jullie allebei dat jullie elkaar aantrekkelijk vonden, ik hoor ook, Harry, dat jij viel op haar vrolijkheid, eerder al. Zijn er nog meer dingen die jullie aantrekkelijk vonden?'

Bianca: 'Dat hij zo sterk was, zo gespierd, dat vond ik mooi maar het gaf me ook een veilig gevoel: "Bij hem kan me niets overkomen..." (Zachtjes er achter aan:) Wist ik veel...'

Harry: 'Zij was zo... u zei het al... zo vrolijk, haar ogen... dat zie ik eigenlijk nooit meer bij d'r.'

Door over het begin te praten, realiseren beiden zich wat ze zijn kwijtgeraakt. Het is een valkuil om daar direct op in te willen gaan. Eerst is er meer informatie nodig over het begin. Als het over een periode gaat waarin ze verliefd waren, en meestal is dat zo, roept het praten over deze periode een positieve sfeer op.

We hoorden bovendien dat zij viel op zijn kracht en hij op haar vrolijkheid, dit geeft informatie over een mogelijk tekort dat ze in hun leven ervaarden. Soms is aantrekking geassocieerd met een gemis, soms juist met overeenkomst en herkenning.

Sanne: 'Ik zag het meteen aan hem, net zo'n gekwetst dier als ik ben. Ik zal hem eens lekker gaan troosten.'

Pierre: 'Ze zag er prachtig uit, zelfverzekerd, representatief en met lef. Die is aan me'

gewaagd dacht ik, die is ook uit op succes, daar kan ik mee voor de dag komen.'

In deze verhalen rond de aantrekking, ligt ook meestal besloten waar de problemen ontstaan:

'Zij is niet zo vrolijk als ze zich voordeed.'

'Hij is niet zo zorgzaam en beschermend als het leek.'

'Hij laat zich niet meer troosten en troost mij ook niet meer, hij kwetst me nog meer door zich zo terug te trekken.'

'Zij ziet er nu uit als een sloof, daar heb ik niet voor gekozen, dat heb ik niet gewenst.'

Sylvia Mastenbroek (1995) deed een onderzoek naar voortekenen en ontwikkeling van geweld tegen vrouwen in relaties. Zij beschrijft uitvoerig de beginperiode van deze relaties waarin de romantische verwachtingen besloten liggen:

'Hij was er altijd voor me, hij zou altijd alles voor me doen, hij zorgde overal voor. Zo van: "Zit je wel goed en moet je niet hier zitten. Hier zit je beter." Of mij een kussentje in de rug duwen. Dat soort dingen.'

Zij laat zien hoe deze overweldigende aandacht reeds grensoverschrijdend gedrag inhoudt en makkelijk over kan gaan in controleren en isoleren. Seksueel vertonen de mannen in haar voorbeelden daarbij sterk veroverend gedrag. Als de relatie eenmaal tot stand is gekomen neigen mannen ertoe zich weer terug te trekken en is het de vrouw die energie moet steken in het handhaven van de relatie. Mastenbroek richt zich hierbij op de gevolgen van het mannelijk gedrag voor de vrouwen van haar onderzoek, zij gaat bijna niet in op het samenspel tussen die twee. Dat is juist het terrein waarop wij ons begeven. Al in de beginfase blijkt hoe groot de invloed is van wat wij de 'genderformatie' zijn gaan noemen. In hoofdstuk 1 wordt dit begrip uitvoerig toegelicht.

Terug naar Harry en Bianca. Nadat ze hebben verteld hoe ze elkaar hebben leren kennen en waardoor zij zich zo tot elkaar aangetrokken voelden proberen we dit te verbinden met hun ervaringen als kind.

T: 'Harry, ik hoor je al een paar keer zeggen dat het zo aantrekkelijk voor je was dat Bianca zo vrolijk was, dat haar ogen zo lachten. Kun je vertellen waarom dat zo belangrijk voor je was?'

Harry: 'Nou, gewoon, ik houd daarvan. Ik houd niet van dat sjagrijnige gedoe.'

T: 'Hoezo, heb je daar ervaring mee?'

Harry: 'Nou ja, mijn moeder, die was dus altijd sjagrijnig, altijd maar klagen en vitten. Daar werd ik echt doodziek van.'

T: 'Daar wil ik wel iets meer over horen. Ik wil een genogram maken van de familie waar jij in geboren bent. Ik zal uitleggen wat dat is. Bianca, hetzelfde wil ik bij jou, ik zal ook over jouw familie allemaal vragen stellen. Dat doe ik zodat we beter gaan snappen hoe jullie geschiedenis eruit ziet, hoe jullie samen vastgelopen zijn maar ook hoe het beter kan.'

Vervolgens leg ik uit hoe een genogram in elkaar zit.

Bij het maken van het genogram komen we veel relevante informatie tegen. We vatten de informatie van Harry en Bianca hier samen.

Harry is oudste uit een gezin met drie zoons. Zijn vader was alcoholist en verliet het gezin toen Harry 11 jaar was en zijn jongste broertje 3. De broer onder hem was 9 jaar oud. Van

jongs af aan leunde zijn moeder op hem. Zij klaagde bij hem over zijn vader, die al het geld wegdrank en geen knip voor zijn neus waard was. Hij moest als zevenjarige al naar het café om zijn vader ertoe te bewegen naar huis te komen. Zijn moeder was trots op hem. Nadat zijn vader weg was betrok ze hem nog meer bij haar leven. Hij kreeg steeds dubbele boodschappen. Enerzijds kreeg hij te horen dat mannen niets waard waren, klaplopers die niet te vertrouwen waren, anderzijds gaf ze hem het gevoel dat hij juist zeer de moeite waard was, het centrum van haar leven. Toen Harry 14 was kreeg moeder een vriend en veranderde alles. Opeens was hij niet meer centraal. Met deze vriend kon hij het totaal niet vinden. Die vond dat hij zich niet met alles moest bemoeien en dat hij zijn eigen gang moest gaan. Eerst had hij altijd moeten helpen om zijn broertjes op te voeden, nu mocht het opeens niet meer. Ook zijn moeder keerde zich tegen hem en koos voor haar vriend. ‘Je bent hun broer, niet hun vader.’ Zijn twee jongere broers namen dit devies graag over en zetten zich tegen hem af. Hij raakte geïsoleerd en kwam in de positie van zondebok terecht. Op zijn vijftiende kwam hij al bijna niet meer thuis. Hij was een vroege schoolverlater en had het ene baantje na het andere. Hij zwierf over straat of hing in de snookerbar. ‘Je gaat meer en meer op je vader lijken’, zei zijn moeder dan. In deze tijd trok hij veel op met de broer van Bianca. Zo kwam hun eerste ontmoeting tot stand. Van Bianca hoorden we hoe ze tegen hem opkeek en genoot van zijn aandacht voor haar: een meisje dat zijn waarde weer inzag, dat blij met hem was.

We denken dat het symbolische herstel van de eerste liefde van de man, de liefde voor zijn moeder, vaak van invloed is op de keuze van de vrouwelijke partner. Over de invloed van het feit dat zowel vrouwen als mannen vooral door vrouwen worden opgevoed is al veel geschreven (Chodorow 1980, Olivier 1993, Meulenbelt 1984, Van Lawick en Sanders 1994). Bij Harry werd het duidelijk dat hij de liefde van zijn moeder kon verwerven en behouden door krachtig gedrag: zijn moeder beschermen, vader uit het café halen, broers helpen opvoeden etc., maar dat hij anderzijds toch niet op een man mocht lijken want mannen waren immers geen knip voor hun neus waard. Dat dit een verwarrende genderformatie inhoudt zal duidelijk zijn. Daarbij moest hij de pijnlijke ervaring ondergaan dat hij zomaar ingeruild kon worden voor een andere man. Deze angst om ingeruild te worden als hij niet meer voldeed was van grote invloed op de relatie met Bianca. Zijn uitspraak: ‘Dan doe ik mijn ogen open en dan moet ik me al schuldig voelen, dan zit ik al fout, daar kan ik niet tegen’, spreekt boekdelen.

Graag wil ik hier benadrukken dat het onderzoeken van de geschiedenis van Harry niet betekent dat hij niet verantwoordelijk gesteld kan worden voor zijn gewelddadige gedrag. Goldner stelt kernachtig: ‘Understandable doesn’t make it excusable.’ Met deze zin in ons hoofd is het mogelijk naar de verhalen te luisteren, ons empathisch op te stellen en tegelijk in de gaten te houden dat de gewelddadige man verantwoordelijk blijft voor zijn gedrag.

Bianca groeide op als dochter in een gezin met twee kinderen, ze heeft een twee jaar oudere broer. Haar vader werkt als automonteur in een grote garage en haar moeder werkt ‘s ochtends in de huishouding bij andere families. Ze was de oogappel van vader en ‘het zonnetje in huis’ voor moeder. Ook met haar broer kon ze het goed vinden. Ze vertelt dat ze een heerlijke jeugd heeft gehad. Geen zorgen, altijd wel vriendinnen, en thuis mocht er veel. Ze was geen goede leerling op school maar ook niet echt een slechte. Na de lagere school deed zij een LBO-opleiding in administratief werk, ze haalde haar typediploma en ging daarna werken bij een bedrijf. Ze vond het werk echter vervelend en kon ook niet goed tegen de constante druk op haar tempo. Ze had het prettiger als caissière bij een supermarkt waar ze het goed met haar collega’s kon vinden. Tot ze met Harry ging samenwonen leidde ze een tamelijk rimpelloos bestaan. Als er tegenslagen waren loste haar vader of moeder dat meestal op. Op school en op straat genoot ze de bescherming van haar grote broer. Ze verwachtte dat het leven op die manier door zou gaan. Ook met Harry. De problemen begonnen toen Harry

bezitterig werd, toen ze hem niet meer zo makkelijk blij kon maken en hij soms boos op haar werd.

Als we bij Bianca kijken naar haar genderformatie² zien we dat ze haar identiteit verbonden heeft met 'de ander blij kunnen maken' en 'beschermd worden'. Ze vertelde hoe ze Harry uitkiest om zijn krachtige uitstraling. Ze was blijkbaar op zoek naar een partner die de beschermende functie van haar vader en broer over kon nemen. In ruil daarvoor zou zij hem blij maken zoals haar dat bij haar vader altijd was gelukt. Het feit dat haar ouders niet zo blij waren met Harry omdat hij geen goede opleiding en geen vaste baan had en bovendien niet 'uit een goed nest kwam' deed haar niet. Na drie maanden gingen ze al samenwonen, nog steeds verliefd en opgewonden over het creëren van een eigen thuis, het kopen van de meubels, het mooie bed etc. Ze had het volste vertrouwen dat ze hem gelukkig zou kunnen maken en dat dan ook alles goed met hem zou gaan. Deze romantische verwachtingen passen bij de vrouwelijke genderformatie: zij zal hem gelukkig maken, hem 'omvormen' tot de 'ideale man' die hij eigenlijk is. Een voedingsbodem voor hopeloze conflicten...

Stadium 2. Barsten in het ideaal, het waarnemen van verschillen

We zullen de spiraal verder in meer algemene termen beschrijven. Gelukkig waren Harry en Bianca nog niet bij de laatste stadia van de spiraal aangeland want dan is therapie eigenlijk niet meer mogelijk. Dan is eerst andere hulp geboden en moet er echt ingegrepen worden om de uitzichtloze situatie te doorbreken.

Waar mogelijk zullen bij de verschillende fasen voorbeelden worden gegeven, maar ik wil benadrukken dat hetgeen volgt een compilatie is van de vele verhalen die we van vrouwen en mannen hoorden.

Op een gegeven moment blijkt de nieuwe situatie voor het jonge paar minder rooskleurig dan die er eerst uitzag. Harry wil dat ze er altijd is als hij thuis is. Als ze naar haar moeder gaat als hij uitslaapt na een late dienst is hij kwaad. Bianca mist haar vader, moeder en broer en is niet zo gelukkig als ze dacht dat ze zou zijn. Harry ontdekt dat hij niet alles voor Bianca betekent en dat zij ook haar ouders, broer en vriendinnen nodig heeft, dat ze soms heimwee heeft en niet altijd blij is maar soms ook somber en verdrietig. Sanne ontdekt dat Arjan zich niet altijd laat troosten en Arjan dat Sanne niet altijd 'door hem heen kijkt' en weet wat hij nodig heeft, ook als hij er niet om vraagt. Pierre ontdekt dat Marina niet altijd zelfverzekerd is maar soms ook onzeker en timide kan zijn. Marina merkt dat Pierre haar niet altijd bemint maar dat daar voorwaarden aan verbonden zijn. Het romantische ideaal begint barsten te vertonen.

Stadium 3. De vrouw begint een gesprek over de relatie en uit kritiek

Vrouwen brengen hun gevoelens over het algemeen makkelijker onder woorden dan mannen en voelen zich vaak sterker verantwoordelijk voor het goed houden van de relatie. Dit is wederom genderformatie. Bianca besluit haar ongenoegens dus aan de orde te stellen. Ze zegt dat ze het niet leuk vindt dat hij zo boos wordt als ze naar haar moeder of naar een vriendin gaat en dat ze niet altijd bij hem kan zijn, dat ze toch ook haar eigen leven heeft. Ze wil daar graag afspraken over maken.

In een ander voorbeeld, een hoogopgeleid, welgesteld paar, gaat het zo:

Sanne: 'Het zit me niet lekker dat je altijd maar voor de tv hangt 's avonds, ik kan nooit meer wat tegen je zeggen, we gaan niet meer uit, we lijken wel een bejaard stel dat elkaar niets meer te zeggen heeft. Ik vind dat we daar wat aan moeten doen.'

Of bij Marina:

'Ik kan niet altijd functioneren alsof ik zo bij de schoonheidsspecialiste vandaan kom, ik kan er niet altijd uitzien alsof ik zo uit de "Marie Claire" kom gestapt als ik de hele dag hard heb gewerkt. Ik wil ook gewoon moe kunnen zijn thuis, gewoon even hangen, ik kan bij jou mezelf niet zijn.'

Deze openheid en kritiek worden meestal niet begrepen als een constructieve poging om de relatie goed te houden.

Stadium 4. De man reageert afwijzend en angstig-defensief

Harry krijgt kritiek en dat kan hij niet verdragen. Bij zijn moeder betekende kritiek immers verlies van liefde en uiteindelijk ingeruild worden. Daarbij wordt zijn mannelijke trots geraakt. Hij wil niet dat zij in huis de regels bepaalt, hij is bang dat als hij dat toelaat, hij verloren is. Veel mannen zien dat als schrikbeeld: een man die onder de duim zit van zijn vrouw, die de risee is van andere mannen en zijn vrijheid kwijt is, kortom: die zijn mannelijkheid is ontnomen.

Harry reageert dus niet met begrip en openheid maar met afwijzing en schelden.

'Je moet niet zo zeiken, je kan toch naar je lieve moedertje als ik dienst heb, of naar die vriendinnen van je, dat hoeft toch niet perse als ik thuis ben. Als ik opsta na een late dienst, dan wil ik gewoon een bak koffie, is dat soms teveel gevraagd?'

Het antwoord van Arjan aan Sanne luidt anders:

'Als het je niet meer zint, dan ga je toch'

maar ook hier speelt hetzelfde. Sanne voelt zich verantwoordelijk voor het goed houden van de relatie en kaart haar ongenoegens daarover aan. Arjan voelt zich bedreigd en reageert offensief en afwijzend. Zo ook Pierre:

'Hoe kom je bij die onzin, ik wil niet dat je je moeheid op mij afreageert zeg, dat doe je maar bij iemand anders, ik wil gewoon niet zo 'n sloof in huis. Jij wil toch ook niet dat ik er als een uitgebluste zandzak bijloop.'

Er wordt niets opgelost.

Stadium 5. Vrouw voelt zich verantwoordelijk en redt de relatie

Vrouwen hebben in het algemeen geleerd dat zij verantwoordelijk zijn voor de goede sfeer in huis en dat ze degenen waarmee ze leven een goed gevoel moeten geven.

In de voorbeelden van Bianca en Harry, Sanne en Arjan, Marina en Pierre zijn het de vrouwen die starten met een reddingsoperatie.

Bianca: 'Nee, natuurlijk is dat niet teveel gevraagd, je hebt gelijk, ik kan best naar ze toegaan als jij werkt, zal ik gelijk even een bakje koffie zetten, vergeet maar wat ik gezegd heb.'

Sanne: 'Maar ik wil helemaal niet bij je weg lieverd, ik wil juist dat we het goed hebben, ik bedoel het niet rot, je weet toch dat ik hartstikke gek op je ben, ik wil gewoon niet dat je ongelukkig bent.'

Marina: 'Sorry, ik ben niet in vorm vandaag, ik heb ook niet goed geslapen. Weet je wat, ik neem even een lekker bad, ik kleed me mooi aan en ik neem jou lekker mee uit eten, wat dacht je daarvan.'

In alle voorbeelden bindt de vrouw in en vertoont gewenst gedrag om de relatie te herstellen. Ze ontkent daarbij direct de eigen behoeften en stelt zich weer in op de behoeften van haar mannelijke partner. Vrouwen vertellen ons vaak dat ze echt dachten dat het zo hoorde. Bianca vertelt hoe ze echt dacht dat hij gelijk had en dat ze best weg kon als hij werkte, dat ze niet zo egoïstisch moest zijn. Sanne vertelt dat ze zich gelijk schuldig voelde toen hij zei dat ze maar weg moest gaan als het haar niet zinde, en dacht dat ze ook wel een ontevreden nest was, dat ze blij moest zijn met een man die gewoon thuis was en dat hij recht had op ontspanning.

Ook Marina neemt zijn definitie van de situatie over en probeert weer de vrouw te zijn die hij wenst. Zo zien we hoe vrouwen geneigd zijn om niet alleen hun behoeften weg te drukken, maar ook hun inschatting van de situatie en hun relatie prijs te geven. Op deze manier gesteld ligt de macht bij degene die betekenis verleent en die deze betekenis ook aan de ander kan opleggen. In de aangehaalde voorbeelden is de macht van de man weer hersteld, zijn betekenisverlening wordt hiërarchisch hoger gesteld dan de hare. Het erkennen van de mannelijke macht door zijn opvatting te onderschrijven hoort bij de genderformatie. Wij komen het vaak tegen en het kan soms ver gaan. Bijvoorbeeld wanneer de gewelddadige man zijn vrouw als psychiatrisch patiënt definieert. Een tandarts zei over zijn vijftien jaar jongere vrouw die hij mishandelde:

'Ze is echt depressief, of manisch, of schizofreen, in ieder geval is er iets behoorlijk mis met haar, het is echt niet normaal wat ze doet.'

Deze uitspraak ging vergezeld van voorbeelden van het gekke gedrag: zij sloot zich op in haar kamer zodra hij thuiskwam en ze sprak soms wekenlang niet tegen hem. Ze lag in haar bed en wilde niemand zien, ook haar kinderen niet. Deze perioden van terugtrekken en stilzwijgen volgden altijd op een heftige ruzie waarbij zij dermate ging schreeuwen en over haar toeren raakte dat hij haar wel moest aanpakken om haar rustig te krijgen. Zijn vrouw verzette zich aanvankelijk tegen het etiket 'gek'. Ze zei: 'Ik ben ongelukkig.' Toen hij echter ook haar moeder en een aantal vrienden mee had gekregen in zijn definitie van de relatie zodat ook zij gingen verklaren dat ze een patiënt was, liet ze zich overtuigen en verklaarde zichzelf ook voor 'gek'. Via een korte opname op een psychiatrische afdeling van een algemeen

ziekenhuis kwam het paar bij mij en kon ook háár definitie van de situatie weer gehoord worden: 'Ik ben ongelukkig'. Dit verschafte een ingang voor het stoppen van zijn mishandelende gedrag, gevolgd door een intensieve relatietherapie. Deze mensen waren al veel verder in de spiraal van geweld verstrikt geraakt.

Voordat het zover is zijn er vaak al talloze situaties geweest waarbij de vrouw de situatie tracht te redden door haar man gunstig te stemmen. Dergelijke reddingsacties blijven niet zonder beloning maar lossen de onderliggende problemen niet op.

Stadium 6. Ontspanning bij de man, herstel van de romantische mythe

Door de reddingsactie van de vrouw kan de man zich weer ontspannen. Hij is gerustgesteld. Ze luistert gelukkig toch naar hem, hij voelt zich in zijn waarde hersteld en kan weer vertrouwen op haar liefde. Dit roept bij de man aanhankelijk en toegewijd gedrag op waardoor beiden zich weer even heel gelukkig voelen. Allebei hebben ze het gevoel dat ze zich toch niet vergist hebben. 'Dit is toch de ware', wordt er gedacht en de rimpeltjes worden weer gladgestreken. Niet zelden gaat dit vergezeld met een verzoeningsritueel: een mooi cadeau, uit eten of een heerlijke vrijpartij. De romantische mythe is weer hersteld, althans, zo lang het duurt. Fase 1 t/m 6 kunnen zich vele malen en met verschillende inhouds herhalen. De conflicten kunnen steeds over iets anders gaan, maar het verloop is ongeveer hetzelfde.

Sommige paren raken pas in deze spiraal verstrikt als er kinderen in hun leven gekomen zijn. Kinderen vragen totaal andere vaardigheden en verantwoordelijkheden. Een bestaand evenwicht kan door de komst van kinderen verstoord raken, oude conflicten uit de kindertijd van de partners zelf kunnen dan pas opspelen waardoor oplossingen die eerst wel werkten nu geen uitkomst meer bieden. Natuurlijk zegt hij dat zij zo veranderd is na de komst van het eerste kind en andersom. Vaak voelen mannen zich van hun plaats beroofd:

'Je hele aandacht ging opeens naar de baby, net of ik niet meer bestond. Als we samen lagen te knuffelen en de baby gaf een kik was je direct verdwenen. Ik werd echt de sluitpost. Je werd echt zo 'n moederdier.'

Vrouwen hebben meestal een andere beleving van de situatie:

'Je was toen veel minder zorgzaam. Toen ik zwanger was was je nog lief, maar toen de baby er eenmaal was was je voortdurend weg, je werk werd steeds belangrijker en toen ging je nog vreemd ook, geen wonder dat ik me in de steek gelaten voelde.'

Ook hier speelt genderformatie een grote rol. Bovendien verandert de verdeling van werk en zorgtaken vaak ingrijpend na de geboorte van een kind (Meulenbelt 1997, pp. 114-115).

Hoewel de verstriking in de spiraal hier later plaatsvindt, vallen vanaf dat moment dezelfde stadia te herkennen.

Als de spiraal zich verder ontwikkelt en de stadia 1 t/m 6 zich een paar keer hebben herhaald, raakt de vrouw steeds verder gefrustreerd.

Stadium 7. De vrouw raakt gefrustreerd en wordt bedekt woedend

Vrouwen die hun behoeften steeds onderdrukken en de definities van de man overnemen in plaats van aan situaties hun eigen betekenis te verlenen raken meer en meer gefrustreerd. Omdat vrouwen meestal niet goed hebben geleerd om woede direct te uiten gaat deze een ondergronds bestaan leiden. We kennen ze allemaal, de ontevreden, zeurende vrouwen, pijntje hier en pijntje daar en altijd wat te klagen. De Amerikaanse 'ever nagging housewife'. Als een relatietherapeut met zo'n vrouw te maken krijgt en de achtergrond van het gedrag niet doorziet, dan zal die vrouw hem of haar vaak irriteren, en ze zal beschreven worden als passief agressief, met een verstoorde agressieregulatie, kortom, de therapeut kan zich ook wel voorstellen dat de man wel eens uit zijn slof schiet.

Bianca ging ook die kant op. Ze was steeds vaker ontevreden, kreeg regelmatig hoofd- en rugpijn, kon het werk achter de kassa niet goed meer aan, wilde niet meer vrijen omdat ze zich niet lekker voelde en ontwikkelde depressieve klachten.

Als ze niet in bed lag klaagde ze over de rommel die Harry maakte, over de was die niet goed wilde drogen, over de burens die zoveel lawaai maakten en over nog veel meer. Veel geschiedenissen van vrouwen vertonen eenzelfde beeld. Langzaam maar zeker loopt de spanning thuis op en dan vallen de eerste klappen.

Stadium 8. De man raakt meer en meer gefrustreerd en begint lichamelijk geweld te gebruiken

Hier begint de macht van de man om te slaan in machteloosheid. Nog steeds geeft zijn vrouw hem gelijk als hij tegen haar uitvalt maar ze trekt zich meer en meer terug en lijkt steeds ongelukkiger te worden. Haar gedrag maakt dat hij zich schuldig moet voelen, zij geeft hem het gevoel dat hij niet voldoet en alles fout doet. Dit is wat mannen steeds opnieuw zeggen: "Ik doe nooit meer iets goed, ik kan het gewoon niet meer goed doen, hoe ik ook mijn best doe." Ze voelen zich machteloos. Bij Harry komt daarbij dat het proces dat hij met zijn moeder meemaakte, zich herhaalt.

'Wat ik ook deed, het was niet meer goed, als ik mijn mond hield was het: "Wat ben je stil", en als ik zat te praten was het: "Ik ben zo moe." Als ik wilde vrijen had ze pijn in d'r rug en als ik een tijdje geen toenadering zocht was het: 'Hou je soms niet meer van me.' Daar wordt een mens echt gek van.

T: 'En wanneer heb je Bianca voor het eerst pijn gedaan, hoe ging dat?'

Harry: 'Dat was die keer toen ik was weggelopen, ik kon er niet meer tegen, ik had ergens een pilsje gedronken, echt niet veel. Toen ik weer thuiskwam zei ze dat mijn moeder gelijk had, dat ik inderdaad op mijn vader ging lijken, nou toen werd het dus zwart voor mijn ogen, toen heb ik haar voor het eerst een flinke zet gegeven. Ze viel tegen de tv aan en had een blauwe kaak, dat vond ik vreselijk. Ik schaamde me kapot, ik dacht, dit gebeurt nooit meer, dat dacht ik ja...'

Dit verhaal kwam later in de therapie (de derde zitting) en het is opvallend hoe Harry zich zijn geweld al toeigent. Het is nog wel: 'Het werd zwart voor mijn ogen', maar toch: 'Ik heb haar een zet gegeven'. Dit veranderend taalgebruik is een teken dat Harry de situatie anders gaat definiëren en beleven. Hij beschrijft zichzelf als een handelend persoon en niet als een slachtoffer van een onmogelijke vrouw. Wanneer een man voor het eerst geweld gebruikt tegen zijn vrouw roept dat vaak zoveel schaamte op dat hij het gedrag afsplitst en

externaliseert: ‘Ik doe dit niet maar zij laat mij dit doen.’ De actieve bron wordt op deze manier buiten de man zelf gelegd en dat is een belangrijke factor voor het continueren van het geweld. Om het geweld onder controle te krijgen moet hij nu immers haar controleren, haar gedrag veranderen, en niet zijn eigen gedrag. Deze betekenisverlening werkt nieuw controlegedrag en geweld in de hand. In therapieën is het van belang alert te zijn op verandering in taalgebruik.

In bepaalde vormen van therapie, bijvoorbeeld de directieve therapie, is het gebruikelijk, zinnen als ‘Ik heb haar een zet gegeven’ voor te schrijven. Cliënten worden actief uitgenodigd passieve zinnen om te zetten in actieve zinnen. Zelf geef ik er de voorkeur aan niet voor te schrijven maar de verandering te laten ontstaan door de dialoog. Het toe-eigenen van gedrag door cliënten in hun beschrijving van gebeurtenissen geeft dan aan dat er een veranderingsproces op gang is gekomen.

Als er eenmaal geweld is gebruikt is de kans op herhaling groot, hoezeer de man zich ook het tegendeel voorneemt. Het feit dat hij zijn vrouw verwijt dat zij hem zo ver heeft gekregen, is een extra bron van woede. Slechts in uitzonderingsgevallen blijft het bij één keer en is de schrik daarna zo groot dat er geen herhaling optreedt. Maar ook één enkel voorval van lichamelijk geweld van de man tegen de vrouw kan verstrekkende gevolgen hebben. Een fundamenteel vertrouwen is doorbroken, zij moet op haar hoede zijn voor hem. Virginia Goldner gaf in haar workshop een treffend voorbeeld van de man die zijn vrouw eenmaal flink in elkaar had geslagen met kerstmis. Daarna hoefde hij bij een conflict alleen nog maar te zeggen: ‘Remember Christmas’ om haar weer in zijn gareel te krijgen. Vrouwen die meerdere malen lichamelijk geweld hebben ondergaan herken je onder andere aan hun alertheid als ze met hun man samen zijn. Ze lijken voortdurend bezig in te schatten of ze gevaar lopen. Dit speelt bijvoorbeeld bij Bianca die, zoals beschreven in het intakegesprek, Harry nauwlettend in de gaten houdt als het over beladen onderwerpen gaat. Deze alertheid leidt ertoe dat dergelijke vrouwen al bij binnenkomst van hun partner bezig zijn hem te ‘scannen’, hoe kijkt hij, welke spanningsgraad draagt hij bij zich, kan ik vandaag de vraag stellen die ik al dagen bij me draag of kan ik beter nog even wachten? Vrouwen kiezen daarmee een opstelling dat ze van alles doen om hun man gunstig te stemmen zodat ze hem daarna iets kunnen vragen wat ze graag willen. Dit wordt gemakkelijk als ‘manipuleren’ opgevat, wat weer hoort bij de genderformatie van de vrouw. Als je in gevaar bent moet je omzichtig te werk gaan om nog iets voor elkaar te krijgen. Omdat manipulerend gedrag van vrouwen mannen vaak irriteert en wordt beleefd als schuldinducerend, raken vrouw en man steeds verder in de spiraal verstrikt.

Vaak komt er in dit stadium seksueel geweld aan te pas. Meestal verdwijnt de seksuele behoefte van vrouwen bij aanhoudend lichamelijk geweld. Maar niet altijd. Seksueel contact kan ook beleefd worden als een compensatie voor het leed. Het is dan het enige terrein waarop nog nabijheid wordt ervaren. Vrouwen zeggen dan bijvoorbeeld: ‘In bed kan hij opeens weer lief zijn, attent en zacht, dat is zo heerlijk, dan kan ik even alles vergeten.’ En mannen zeggen: ‘Dan is ze weer lief, in bed kan ik haar nog blij maken, vooral na een ruzie is het goed, dan heb ik het gevoel dat ze me vergeeft.’ Meestal loopt het echter anders en wordt het bed een van de terreinen waarop gevochten wordt. Het onthouden van seks kan een van de manieren van vrouwen zijn om hun man te straffen. Het is ook moeilijk vrijen met een man die je op een ander moment pijn doet. Veel mannen voelen zich totaal afgewezen als hun seks onthouden wordt, het treft hen op het enige terrein waarop ze contact hebben met hun eigen lichaam en waarbij ze zich verbonden kunnen voelen. Bovendien ervaren zij het vaak als een aantasting van hun mannelijkheid, van hun existentie, als zij geen seks mogen hebben met hun eigen vrouw. Ook nu nog wordt een vrouw, zeker op het gebied van seks, vaak beleefd als ‘bezit’ waar de man recht op heeft. Dat sluit ook nog eens aan op de dominante opvatting

dat mannen seks nodig hebben, dat er iets helemaal fout gaat als mannen hun zaad niet af en toe kwijt kunnen (Goldner 1997). Omdat zowel de man als de vrouw geloven hierin geloven wordt seks een terrein waarop verschrikkelijke gevechten worden geleverd. Dat alle mensen, natuurlijk ook vrouwen, behoefte hebben aan aanraking en koestering raakt daarmee totaal op de achtergrond. Als er kinderen zijn kunnen vrouwen vaak nog genieten van het knuffelen met hun kinderen. Mannen zich daardoor nog meer buitengesloten wat opnieuw aanleiding kan zijn tot woede en afgedwongen seksueel contact: verkrachting. Dat de vrouwelijke partner daarbij als een plank onder hem ligt en niets lijkt te beleven (behalve afwijzing of walging) maakt mannen radeloos en razend. Sinds de seksuele revolutie moeten vrouwen in interactie met mannen genieten van seks, doen ze dat niet dan onthouden ze de man het bewijs van zijn mannelijkheid, dat hij 'het goed doet'.

Wanneer geweld en seksueel geweld een onderdeel zijn gaan vormen van de relatie wordt de wanhoop bij beiden steeds groter, ook al ziet dat er bij beiden anders uit.

Als er kinderen in het spel zijn, zijn die vaak goed op de hoogte van wat zich tussen de ouders afspeelt. Martine Groen gaat hier in hoofdstuk 3 verder op in. Het is in ieder geval raadzaam ook de kinderen een of meer keren uit te nodigen om te zien hoe het met hén gaat. Zijn ze betrokken in de gevechten? Worden ze zelf mishandeld? Raken ze beschadigd of loopt hun ontwikkeling gevaar? Als er een goede werkrelatie is opgebouwd met de ouders lukt het altijd om de kinderen ook te zien, al dan niet met de ouders erbij. De kinderen apart spreken heeft als voordeel dat ze vrijuit kunnen praten maar dat is tegelijkertijd een nadeel: het kan hen in loyaliteitsconflicten brengen en schuldgevoel versterken. Bovendien kunnen kinderen door hun ouders opgezadeld worden met allerlei opdrachten over wat ze wel en niet mogen zeggen en willen de ouders na de zitting precies weten wat er allemaal gezegd is. Dit kan kinderen in het nauw drijven.

Wij geven er daarom de voorkeur aan om kinderen en ouders samen te zien. Het kan ook heilzaam werken als de ouders hun kinderen horen praten over hoe ze sidderend bij elkaar in bed kruipen als de ouders vechten. En ook om de kinderen te horen vertellen hoe ze zich schuldig voelen. Kinderen denken vaak dat zij de oorzaak zijn van de ruzies omdat ze te druk zijn, vergeten zijn een boodschap te doen, niet genoeg hun best hebben gedaan etc. Soms bevestigen ouders deze angst door te zeggen dat ze ruzie hebben omdat het kind erop uit is zijn ouders te pesten.

Kinderen kunnen goed vertellen hoe verantwoordelijk zij zich ook voelen, hoe ze van alles verzinnen om ruzie tussen de ouders te voorkomen, bijvoorbeeld door zelf rotzooi te gaan maken, door iets om te gooien of door daadwerkelijk tussen de ouders te gaan staan en te zeggen dat ze op moeten houden. Het is belangrijk de kinderen te verzekeren dat zij geen schuld dragen en uit te leggen dat de ouders bij de therapeut komen omdat hun vader vindt dat hij hun moeder niet meer moet slaan en dat ze samen vinden dat ze hun problemen moeten oplossen. Als ouders dat zelf aan hun kinderen kunnen uitleggen, verdient dat natuurlijk de voorkeur. Soms helpt de uitleg van de therapeut.

Het ontschuldigen van de kinderen is een van de belangrijkste therapeutische interventies. Als kinderen nog niet kunnen praten of te jong zijn voor uitleg is het toch goed ze een keer uit te nodigen om te kijken hoe ze functioneren en hoe de ouders met hun kinderen omgaan. Als er zorgen zijn kan er eventueel verder onderzoek plaatsvinden, bijvoorbeeld via de huisarts.

Stadium 9. De vrouw raakt verstild, uit contact en geïsoleerd. **Gevoel van verraad en rouw om verlies van het romantisch ideaal**

Als dit stadium is bereikt worden de gevolgen van de traumatisering echt zichtbaar. Deze gevolgen leiden tot nieuwe wanhoopsacties en zo draait de spiraal verder naar beneden. Vrouwen schamen zich steeds meer voor hun deplorabele situatie. Zij durven hun familie niet goed meer onder ogen te komen en gaan contacten op straat uit de weg. Vaak hebben ze kwetsuren te verbergen en lopen schichtig over straat. Ook voor vriendinnen schamen ze zich en ze liegen over hun kwetsuren. Alles wordt gericht op het vermijden van nieuw geweld waardoor ook bewustzijnsvernauwing optreedt. Naast dit voortdurend bezig zijn met het dagelijks overleven en het vermijden van pijnlijke en schaamtevolle interacties met de partner en met de buitenwereld is er een allesoverheersend gevoel van verraad, het gevoel dat de man van hun keuze zich in hun verkeringstijd anders heeft voorgedaan dan hoe hij werkelijk is. ‘Mister Jekyll’ blijkt ‘Mister Hide’ te zijn. De prachtige boomstam om op te leunen blijkt een verschrikkelijke krokodil (Roald Dahl 1978). Ze hebben het gevoel dat ze in de val zijn gelopen en nu zitten ze vast. Daardoor zijn ze de echte prins, die vast ergens loopt, misgelopen. Het romantisch ideaal wordt niet verworpen maar gezien als een gemiste kans. Wat hun als meisje is beloofd, is hun onthouden en dat geeft gevoelens van rouw om het verlies van gekoesterde illusies. Eigenlijk begint deze rouw al eerder, wanneer er barsten in het ideaal komen en wanneer ze kiest voor ontkenning ‘Ik zal hem wel omvormen tot de echte prins die hij werkelijk is, ook al lijkt het nu niet zo.’ Wanneer het doordringt dat dat niet gaat lukken, overheerst het gevoel van verraad, moedeloosheid en verdriet om het verlies. Het gevolg is teruggetrokken gedrag en lichamelijke kwalen. Dit rouwproces speelt niet alleen bij de vrouw.

Stadium 10. Het terugtrekgedrag van zijn vrouw roept angst op bij de man en leidt tot meer agressie. Gevoel van verraad en rouw om verlies van het romantisch ideaal

Zoals ik al eerder aangaf hopen mannen er vaak op de liefdesband die ze in hun eerste jaren met hun moeder hadden, terug te vinden bij hun vrouw. Chodorow (1978) beschrijft hoe het voor mannen in onze cultuur, maar daar niet alleen, een pijnlijk proces is om los te komen van de band met hun moeder als ze hun identiteit als man moeten ontwikkelen en zich tot een verre en emotioneel afwezige vader moeten wenden. Ze voelen zich in de steek gelaten. De band met hun vader weegt niet op tegen de nabijheid die ze bij hun moeder voelden. Jongens kunnen daardoor in een periode van eenzaamheid terecht komen, hetgeen ze compenseren door een vertoon van stoer gedrag. Dat levert hun vaak ook nog waardering op. Wanneer ze verliefd worden, wordt het verlangen naar de oude liefdesband met de eerste vrouw uit hun leven weer opgeroepen. De nieuwe vrouw zal er altijd voor hen zijn, hen niet in de steek laten. De angst voor nieuw verlies en de pijn die daarmee gepaard gaat, kan weer gaan opspelen als de man zijn vrouw dreigt te verliezen. Dat is het geval als ze zegt weg te willen maar ook als emotioneel afwezig wordt, er ze als het ware niet meer is. De man tracht de band met zijn vrouw vast te houden door te proberen zijn controle over haar te versterken wat zich uit in meer en meer geweld. Bovendien, ook hij voelt zich verraden, ook hij heeft het gevoel dat ze zich anders heeft voorgedaan dan ze in werkelijkheid is. Dat ze zich bijvoorbeeld voordeed als een vrolijke meid maar nu een chagrijnig mens blijkt te zijn. Gaf ze hem eerst het gevoel dat alles goed aan hem was, nu lijkt er niets meer aan hem te kloppen. Ook hij rouwt om het verlies van het romantisch ideaal en ervaart het als een verlies dat hij haar niet gelukkig kan maken. Maar door haar met geweld uit haar ‘ijskast’ te willen halen, maakt hij het alleen maar erger.

Stadium 11. Toenemende isolatie en 'bevrozen' van de vrouw. Vervreemding van haar eigen lichaam, gevoel en denken. Symptomen van dissociatie en afsplitsen van delen van het zelf. Bewustzijnsvernaauwing

De symptomen van traumatisering gaan overheersen. Er is geen gevoel meer van verraad en rouw, er rest alleen nog een dof overleven. Alle verschijnselen van 'posttraumatische stressstoornis' zijn nu aanwezig. Bij seksueel geweld 'treedt de vrouw uit haar lichaam' en laat alles met zich doen, ze voelt het niet meer, het is haar lichaam niet. Ze weet niet meer wat ze denkt of voelt, het enige dat haar bezighoudt is hoe ze zonder al teveel butsen deze dag door kan komen. Ze kan ook niet meer goed nadenken over andere oplossingen, bijvoorbeeld hoe ze weg zou kunnen komen. Haar hele wereld bevindt zich in een koker.

Deze verregaande bewustzijnsvernaauwing treffen we aan bij mensen die in levensbedreigende situaties verkeren: alleen de directe omgeving wordt nog waargenomen en alle gedachten cirkelen daaromheen. 'Hoe kom ik vandaag aan brood?' kan een gedachte zijn die urenlang door het hoofd cirkelt. Het spreekt voor zichzelf dat in een dergelijk stadium relatietherapie geen zin heeft. Andersoortige hulp is dan eerst geboden.

Stadium 12. Toenemende angst voor verlies van verbinding bij de man. Pogingen het contact te herstellen door toenemende controle: meer geweld. Afsplitsen van de gewelddadige acties van het zelf

Zoals we al beschreven neemt de angst voor verlies van binding bij de man toe. Hoe meer zij zich terugtrekt en 'er niet meer is', hoe meer hij met geweld tracht haar terug te krijgen. Ook de man raakt hier vervreemd van zijn eigen lichaam, gevoelens en gedachten. Ook zijn bewustzijn raakt in een koker. Hij splitst zijn gewelddadige gedrag af van zijn zelfbeeld en legt de verantwoordelijkheid bij haar onmogelijke gedrag waarmee ze hem afwijst en buitensluit. Ook hij schaamt zich en houdt zich ermee bezig hoe de deplorabele toestand thuis geheim kan blijven. Ook zijn gedachten raken bevangen door de situatie waarin hij verstrikt is geraakt. Hij ziet geen andere uitweg dan steeds weer op dezelfde, gewelddadige manier proberen het tij te keren.

Stadium 13. Algeheel disfunctioneren op alle niveaus van het partnersysteem

Is dit stadium eenmaal bereikt, dan kunnen de signalen niet meer verborgen blijven voor de buitenwereld. Hoewel familie, burens, huisarts, winkeliers, mensen van de school en anderen al lang in de gaten hadden dat er iets niet goed zat, er komt een punt dat de zorg het wint van de angst om zich met privé-zaken van anderen te bemoeien. Doordat bijvoorbeeld de burens de politie bellen als ze hun buurvrouw weer eens horen gillen, wordt er ingegrepen. Er wordt proces-verbaal opgemaakt en de slachtofferhulpverlening komt op gang.

Vrouwen moeten eerst geholpen worden hun eigen gedachten, gevoelens en lichaamssensaties weer waar te nemen en serieus te nemen. Dit proces van helen waardoor de dissociatie opgeheven kan worden is een pijnlijk en moeizaam proces dat lange tijd in beslag kan nemen. In de psychiatrie komen we deze vrouwen tegen. Ze kunnen een geschiedenis hebben van seksueel misbruik als kind, maar ook van langdurige mishandeling door hun man. Omdat het behandelen van deze vrouwen zich buiten de scope van onze praktijk begeeft gaan wij er hier niet verder op in.

Voor mannen geldt de keerzijde van de medaille. Door het langdurig mishandelen van hun vrouw zijn zij eveneens vervreemd geraakt van hun eigen lichaam, gevoel en denken. Zij zullen er eerst toe gebracht moeten worden om weer verantwoordelijkheid te nemen voor hun

gewelddadig gedrag, dit toe-eigenen van een afgesplitst deel van het zelf is ook een pijnlijk, moeizaam en langdurig proces. Gelukkig worden er meer en meer activiteiten ontplooid op het gebied van de daderhulpverlening. Jan Baars gaat hier in hoofdstuk 5 op in. Soms blijkt dat partners elkaar ook na een langdurige periode van mishandeling niet los kunnen laten en elkaar weer opzoeken. Relatietherapie mag echter pas starten als de man verantwoordelijkheid kan nemen voor zijn gewelddadig gedrag en de vrouw weer bewust is van wat zij zelf denkt, voelt en wil.

Tot slot

De voorgaande beschrijving van de spiraal van geweld doet eigenlijk geen recht aan de vele individuele verhalen die we te horen krijgen. Het is niet zo dat mannen alleen woede kunnen uiten, gelukkig zijn er ook mannen die hun verdriet tonen, openlijk angstig kunnen zijn of uitdrukking geven aan hun liefdesgevoelens. Niet alle vrouwen gaan over tot klaaggedrag en het ontwikkelen van lichamelijke klachten als ze gefrustreerd en boos zijn, sommige vrouwen kunnen goed boos worden en voor hun belangen opkomen. Sommige vrouwen mishandelen ook hun man en sommige mannen kunnen een 'nee' van hun vrouwelijke partner bij seks heel goed accepteren.

Toch blijkt er bij alle paren waarmee wij werken en waarbij in conflicten door de man geweld wordt gebruikt, sprake te zijn van enige vorm van verstrikking in genderpatronen. Op grond van de verhalen die we te horen kregen hebben wij de spiraal ontworpen die, zoals ik al eerder in dit hoofdstuk stelde, gezien kan worden als een bruikbare metafoer. Iedere casus betekent een eigen variatie op hetzelfde thema. De spiraal moet worden opgevat als een raamwerk om een specifieke geschiedenis te kunnen begrijpen, niet als een beschrijving van 'de werkelijkheid' tussen mannen en vrouwen.

Het is bij ons inmiddels gebruik geworden om de spiraal zoals weergegeven op pag., op te hangen en aan de paren waarmee we werken voor te leggen. Ze blijken geen moeite te hebben met het herkennen van de patronen. Opleiding en scholing blijken daarbij nauwelijks uit te maken. Aan de hand van de cirkel kunnen ze hun verhaal vaak goed vertellen en het geeft hun een gerust gevoel dat ze blijkbaar deel uitmaken van een grote groep.

Nog een opmerking over de kinderen: vanaf stadium 9 hebben we het niet meer over de eventuele kinderen gehad. Wat we beschreven bij stadium 8, gaat natuurlijk nog meer op voor de volgende stadia. Als kinderen getuige zijn van ernstig geweld ontwikkelen zij symptomen die even ernstig zijn als wanneer zij zelf slachtoffer zijn van mishandeling. Martine Groen gaat hier uitvoerig op in in hoofdstuk 3. Wanneer kinderen getuige zijn van geweld zijn zij vaak ook slachtoffer. We hebben het hier niet over incest want dat betreft een andere problematiek, waar overigens veel over is gepubliceerd (Draijer 1988, Lamers 1994).

We willen nogmaals benadrukken hoe belangrijk het is de kinderen niet uit het oog te verliezen omdat een volgende generatie weer nieuwe spiralen van geweld op gang kan brengen. Hoe eerder er gewerkt wordt aan hun 'bevrijding', liefst met behoud van de band met hun ouders, des te beter het is.

Gelukkig hadden Bianca en Harry nog geen kinderen en kwamen ze in stadium 8 in therapie. Er was al wel een aantal keer sprake geweest van (ook seksueel) geweld, maar er was nog geen sprake van ernstige traumatiseringverschijnselen die ambulante psychotherapie moeilijk maken. Ik zie hen nog af en toe. Het gaat hen goed. Een boeiende ontwikkeling wil ik niet onvermeld laten: na de tweede zitting waarin Harry trots kon vertellen dat hij niet had geslagen en waarin we uitgebreid in konden gaan op zijn levensverhaal, bleek Harry naar zijn vader te zijn gegaan. Hij vertelde hierover het volgende:

Harry: 'Toen we zo over mijn vader hadden gepraat, toen dacht ik, ik ga hem toch eens vragen hoe dat nu zat toen hij wegging, had hij toen al die vriendin? En waarom heeft hij me in al die jaren niet één keer opgezocht? Het zat me toch niet lekker en ik dacht, weet je wat, ik ga gelijk bij hem langs. Toen ik daar aankwam hadden ze net enorme ruzie, ze zagen me niet eens. Mijn vader sleurde haar aan haar haren door de kamer. Ik zag het door het raam. Eerst wilde ik weglopen maar dat heb ik niet gedaan. Ik ben naar binnen gegaan en heb gezegd: "Kappen daarmee, dit is niet wat jullie willen en er valt wat aan te doen. Jullie moeten ook naar Van Lawick gaan."'

Gevolg was dat ik de week erna een afspraak had met de vader van Harry en diens tweede vrouw. Ook met hen wist ik een goede werkrelatie op te bouwen en dit had weer andere gevolgen. Op een verjaardag waar de hele familie bij elkaar zat werd er over mij gepraat en daardoor over het geweld van mannen tegen vrouwen. 'We waren het erover eens', zei Harry's vader, 'dat het niets oplost. We gaan elkaar een beetje in de gaten houden.' Dat was een mooier cadeau dan ik me had kunnen wensen. Hier was iets bijzonders gebeurd. In het netwerk waarin geweld een 'gewoon' verschijnsel was en al generaties lang voorkwam, werd de geheimhouding doorbroken en werd de betekenis van dit geweld gewijzigd van 'een oplossing voor een probleem' naar 'dit is geen oplossing'. De vader van Harry wilde echter geen volgende afspraken, het idee dat een vrouw hem verder zou moeten helpen tastte zijn mannelijke trots blijkbaar toch teveel aan.

Vader: 'Het is prachtig dat mijn zoon dat doet maar het is toch niets voor mij. Wij redden ons verder zelf wel.'

Drie maanden later meldde de moeder van Harry zich met haar tweede echtgenoot. Ook met hen heb ik gesprekken gevoerd, ze komen nu af en toe voor een afspraak. Ik ben nuchter genoeg om te beseffen dat het maar de vraag is of deze verandering standhoudt. Ik ben ook zeker van plan om later nog eens te informeren hoe het gelopen is. Dat brengt mij op een laatste punt. Aan het begin van dit hoofdstuk stelde ik dat het van belang is om de eerste zittingen kort na elkaar te plannen om de kans dat er tussen de eerste en de tweede zitting niet geslagen zal worden, te vergroten. Als het lichamelijk geweld is gestopt en de therapie gestart is, onderscheidt deze zich niet wezenlijk van andere relatietherapieën. Het enige onderscheid blijft de aandacht voor lichamelijk geweld, het steeds blijven vragen of het is voorgekomen en het bespreken van de gevolgen daarvan. Als de therapie afgerond kan worden hebben we gemerkt dat het zinvol is de laatste zittingen meer te spreiden. Als de frequentie bijvoorbeeld eenmaal per twee weken was komt er eerst een maand tussen, dan drie maanden, dan een half jaar. Het feit dat er nog een zitting is afgesproken, ook al vindt die over een half jaar plaats, blijkt de positieve ontwikkeling te ondersteunen en een snelle terugval in de spiraal te voorkomen.