

 AAN ALLE



# GESCHEIDEN OUDERS MET WIE WIJ



HET CONTACT (EVEN) ZIJN VERLOREN



Met deze brief willen wij jou laten weten hoe wij ons voelen. 'Wij' zijn de jongeren die na de scheiding het contact met jou voor een korte of langere tijd zijn verloren. Een bewuste keuze. Of het is ons overkomen. Maar jij bent, hoe dan ook, een deel van ons. Al kunnen we dat soms (nog even) niet erkennen.

Het verliezen van het contact met een ouder voelt voor iedereen anders. Sommigen van ons voelen zich onzeker en verward, omdat het zo moeilijk is om te begrijpen waarom ons contact niet lukt. Anderen voelen zich schuldig en eenzaam, terwijl de keuze voor geen contact tegelijkertijd ook rust geeft. Vaak voelen we duizend dingen tegelijk. Toch verlangen wij eigenlijk allemaal hetzelfde: twee ouders die ons liefdevolle aandacht geven en steunen. Maar dat is voor ons nu niet de realiteit. Omdat het na de scheiding onmogelijk voelt om met allebei onze ouders een goede band te hebben. Of omdat we ons niet (meer) veilig voelen. Of omdat jij juist ons niet meer wil zien...

Wij vinden de situatie erg moeilijk, ook al laten we dat niet altijd merken. Een deel in ons is nieuwsgierig naar jou, al is dat soms maar voor 10 procent. We vragen ons af of jij aan ons denkt. Of we nog steeds op jou lijken. En welke adviezen je ons zou geven. Maar soms kan een ander deel in ons nu niet in contact met jou zijn. En hebben we afstand nodig om onszelf en misschien uiteindelijk elkaar weer te kunnen vinden.

## Dus, mogen we je een paar dingen vragen?

- Het helpt als jij de volwassene blijft, zodat wij het kind kunnen zijn. Wil jij je boosheid en verdriet met andere volwassenen bespreken?
- Onze keuze kan veranderen op een later moment. Soms is het heel lastig om te voelen wat we zelf écht willen. Wil je ons hier de tijd voor geven?
- Voor een aantal van ons kan het voelen alsof er geen andere optie is dan het contact te verbreken. Soms om te kunnen overleven na de scheiding. Wil je proberen niet te oordelen? En ook niet over onze andere ouder? Dat doet ons pijn.
- Wil je ons ruimte geven als wij (een periode) helemaal geen contact willen? En ons tempo en onze grenzen proberen te respecteren?
- Het kan heel pijnlijk voor ons zijn als jij het contact met ons verbreekt. Wil je begrip tonen voor onze emoties en je best doen om naar ons te luisteren als we in gesprek willen?
- Het kan ons rust geven om te weten dat jouw deur open staat en we die deur weten te vinden. Wil je ons nooit opgeven en er zijn (op afstand)? Jij blijft altijd onze ouder.

Het contact verliezen met een van onze ouders voelt alsof we de open zee op varen; nieuw, wiebelig en onvoorspelbaar. Soms willen we terug naar het vasteland varen, maar hebben we de stroom tegen. Of sturen mensen onze boot een andere kant op. Soms komt er onverwachts een vloedgolf, worden we overvallen en begint de reis van voor af aan. We moeten op ons eigen richtingsgevoel leren varen, zodat we – als we daar klaar voor zijn – het vasteland of de herinnering daaraan altijd terug weten te vinden. ♥

## Namens een aantal jongeren van Villa Pinedo

-X-

PS We hebben allemaal ons eigen verhaal. Een aantal van ons hebben aan onze ouder met wie wij het contact (even) zijn verloren, een persoonlijke brief geschreven. Wil jij deze ook lezen?

