

Desorganisatie

Samen met mijn dochter fiets ik naar een open dag van een middelbare school. Over een jaar moeten we definitief kiezen en de keus is groot. We hebben besloten om nu vast sfeer te proeven en dan volgend jaar gericht nog een keer te gaan kijken. Zo samen op de fiets naar de stad is er tijd om eens een goed gesprek te voeren. Doorgaans kletst ze wel over wat haar bezighoudt, maar ik ben toch benieuwd hoe zij haar toekomst voor zich ziet. Met alle huidige berichtgeving in het nieuws zijn het toch ook zaken die je als ouders bezighouden. Recent had ik ook de ADOS-2 basiscursus gegeven, dus ik vond het interessant om de vragen rondom toekomst, baan, samenwonen en gezin eens bij haar te polsen. Mijn dochter is de beroerdste niet en geeft oprecht antwoord. Een relatie ziet ze dus echt niet zitten, is gedoe, moet je rekening mee houden. Nee, ze ging liever alleen wonen met goede vrienden om zich heen, bij voorkeur in een bos en met veel dieren die ze dan opvangt. Mijn dochter is erg begaan met de natuur en dieren en heeft soms een wat activistische manier van in het leven staan. Ze heeft ons al gerustgesteld dat ze zich in de toekomst niet aan een snelweg of tafel vastplakt. Kinderen wil ze liever niet, is namelijk eveneens gedoe, maar ook twijfelt ze oprecht wat voor leven de toekomstige kinderen hebben. Ze kan mij goed meenemen in haar gedachten

Een relatie ziet ze dus echt niet zitten, is gedoe, moet je rekening mee houden

en eigenlijk volg ik haar ook wel goed. Het zet zelfs mij aan het denken: wat hebben wij gedaan met onze kinderwens en waar we de kinderen mee opzadelen?

De twee weken die volgen zit het nieuws bomvol met alle uitdagingen die Nederland en de wereld hebben, is inmiddels Donald Trump het Witte Huis ingetrokken en wordt er volop geruzied door wereldleiders. Als het een Netflix-serie was, zou je benieuwd zijn naar de afloop, maar soms besluit mij ook het gevoel hoe we hier hebben kunnen komen. En dan resoneert het gesprek met mijn dochter ook nog na. Hoe is voor haar het opgroeien in deze tijd? Ik wil haar geruststellen dat het echt wel goed komt, ook met de toekomstige generaties, maar deze geruststelling verliest voorzichtig toch ook wat kracht. En was er dan in mijn kindertijd geen gedoe waardoor mijn ouders deze twijfels hadden? Bij een bezoek aan hen hebben we het erover en herkennen mijn ouders deze onzekerheden in het ouderschap ook, maar zij onderkennen ook dat in de huidige tijd de onzekerheid groter is. Of dat ook feitelijk zo is, of dat we meer weten door een continue stroom van informatie en zelfs meer desinformatie, blijft voor ons in het midden hangen.

Wanneer ik terugdenk aan mijn kindertijd, herken ik ook het activistische voor de dieren. Tijdens mijn eerste communie heb ik vooral gebeden voor de bedreigde diersoorten en ik kon echt geraakt zijn door stroperij. Ik keek ook het jeugdjournaal, maar kan me niet herinneren hoe vol dit met oorlog en narigheid zat. Vast wel, maar dat is niet

In zicht

blijven hangen. Zou dat ook voor mijn dochters zo gaan? Aan de andere kant was ik ook heel naïef toen ik naar de middelbare school ging. Toen mijn fiets gestolen werd op mijn 19e, was ik van slag dat dit je kon overkomen. Dit had ook te maken met het opgroeien in een dorp in plaats van de stad waar we nu wonen. En zo al schrijvende: is er dan een betere of meer geschikte tijd voor opgroeien? Heeft elke tijd niet zijn dingen en ligt het dus er aan hoe je dit samen beleeft, taal geeft en doorheen ademt?

In ons werk draait het voortdurend om regulatie en relatie. Dit zijn de bouwstenen om überhaupt te kunnen komen tot mentaliseren, hechting en overstijgend nadenken. We lijken in onze maatschappij momenteel in een soort gedesorganiseerde fase te zitten waarin er veel onduidelijkheden zijn, vaak slechte tegenargumenten worden gegeven voor oplossingen van problemen, en weinig mensen echt verbindend leiderschap laten zien. Het fijne is dat we vanuit de antropologie weten dat fases van stabiliteit en desorganisatie elkaar afwisselen. Toch een geruststellende gedachte dat het ook weer rustiger kan worden!

En wat heb ik dan zelf als ouder hierin nodig? Soms dan toch maar even inchecken en intunen op elkaar, even geen nieuws aanzetten, maar gezellig lachen om home video's, of toch maar vaker een spelletje doen en echt tijd maken voor elkaar. Maar ook voldoende tijd voor mijzelf nemen, want als ik zelf niet in balans ben, is co-reguleren ook lastiger. En dit betekent niet alleen maar op een yogamatje een bodyscan doen,

maar kan ook juist het afspreken met vriendinnen of familie zijn: zolang het maar energie geeft! Gelukkig is de tijd van scholen bezoeken voorbij, leven we toe naar een vakantie en laat de zon zich ook steeds vaker zien!

En als ik mijn dochter zo hoor praten, zie ik ook haar veerkracht. Haar toekomstbeeld mag dan nuchter en soms sceptisch zijn, maar er zit ook een duidelijke visie in. Ze weet wat ze belangrijk vindt en waar ze voor staat. En misschien is dat uiteindelijk wat telt: dat we ondanks de chaos van de wereld een eigen koers kunnen varen, met genoeg momenten van rust en verbinding. En ach, zo'n boshuis met dieren klinkt eigenlijk helemaal niet zo slecht.

Moniek Coorn

is als klinisch psycholoog werkzaam bij Jeugd GGz, onderdeel van de Dimence groep.