

Catherine Wheels is een schrijfster die haar ervaringen als kind in een pakkend boek op papier zette : a deadly cocktail (een dodelijke cocktail). Haar boek gaat over haar slachtofferervaringen als kind, maar ook over het opgroeien in een gezinssituatie waarin vader als pleger aanwezig was en ook aanwezig bleef. Het boek laat zien dat je uit zo'n situatie kan uitgroeien en dat het de moeite is om door te zetten. Zulke ervaringen hoeven je niet te determineren. Catherine was zo vriendelijk om aan te bieden dat we fragmenten uit het boek in het Nederlands mochten overnemen. Het oorspronkelijk boek is in het Engels verschenen (A Deadly Cocktail - ASIN: B0146KDQG4 / E-book on Amazon, 173 pages).

Hieronder staan enkele vertaalde fragmenten die vooral het samenleven als "kind van" aan bod brengen en minder het zelf ook rechtstreeks slachtoffer zijn.

Met dank aan Catherine Wheels.

A deadly cocktail

Ondanks alle ervaringen bleef onze familie samen. Eigenlijk waren we erg loyaal aan de groep. Vermoedelijk waren het vooral de gedeelde geheimen die ons samenhiielden.

Maar tijdens het opgroeien en vooral tijdens de internaatsperiode zag ik dat onze familiesituatie op z'n minst speciaal kon worden genoemd. Wij waren 'anders'. Dus elders werd er niet op die manier gestraft? Er was duidelijk 'minder hart' in ons gezin, geen meevoelendheid. Ieder voor zich... want het ging hier over 'overleven' in de sociale groep die familie heet. Of anders gesteld, hoe sterker zijn focus op de zwakste werd gelegd, hoe meer overlevingskansen de anderen hadden. Je probeerde dus zelf uit zijn focus te blijven en sommigen hielpen zelfs creatief mee om zijn focus op de andere te leggen. Zo bleven ze zelf uit de wind, uit de storm en uit de tornado's...

(...)

Lange tijd steunden de kinderen elkaar, maar op een bepaald moment hadden de oudsten er genoeg van. Diegenen die aan hun ontsnappingsweg hadden getimmerd, wilden niet meer met het leed van de jongste worden geconfronteerd. Ze speelden het spel mee. In dit gezin was dus niets aan de hand. Het was een gezin zoals elk ander. Als ik steeds opnieuw werd 'gestraft' dan was dat vast mijn eigen schuld. Ik werkte tegen in plaats van mee. Ik was een koekoeksjong dat niet wilde luisteren. Naar wat dan? Pas later begreep ik dat zij wellicht voor zichzelf hadden besloten hun echtgenoten niet op de hoogte te brengen van de feiten en er zelf ook niet wilden aan worden herinnerd, ook niet door de jongste die nog 'middenin' zat. Het was nu hun thema niet meer. Zij waren nu vrij en bouwden aan een betere toekomst voor hun kinderen. Om daarin te kunnen slagen was het nodig dat ze zich zelf ook koest hielden, zich conformeerden aan de gezinsgeheimen en ze zeker niet meer openbaarden. Ik was nog te jong om deze plotse verandering van attitude te begrijpen. Waarom doen ze nu zo? Zijn zij dit werkelijk vergeten? Ze hebben het toch zelf ook meegemaakt?! Bij wie moet ik anders hulp vragen? Ik werd aan hun deuren weggestuurd als een vervelend kind. Ik was ziek in het hoofd, zo zeiden ze en zocht steeds naar negatieve aandacht en niets anders dan dat. Ze zeiden plots dat ik loog. Hoe vreemd was dat?! Moeder veegde alles altijd onder de mat, maar nadat mijn zussen het huis hadden verlaten stond plots iedereen aan papa's kant. Ik kon van zodra ik kon, ook maar beter dit gezin verlaten, zo zeiden ze. Ik hoorde er niet thuis en deelde hun status niet. Ik was te weinig fier en een schande voor de familie want ik hilde steeds, had bovendien ook medische problemen want ik moest mijn huid vaak laten behandelen in het hospitaal.

Bovendien zou ik alles wat ik 'zelf uitdacht' ook nog gaan rondvertellen in de buurt. (In feite was ik de enige die contact had met de buurt want ik had vriendinnetjes in het dorp, zat in het verenigingsleven en trok ook vaak op met de oudjes in de buurt die zich tijdens mijn jonge jaren in de mate van het mogelijke over mij hadden ontfermd.) Wie schuwden zij? Mij of de roddels in het dorp? Mijn moeder leek zich voor mij te schamen en zoals steeds confronteerde ik 'haar' na elk nieuw feit met zijn agressieve uitvallen en haar gebrek aan lef om weg te gaan en ons te beschermen en dan zei ze doodkalm: 'Zie je niet wat je doet? Er klopt niets van wat je zegt. Ga je nu maar excuseren bij je vader. Hij werkt al zo hard voor ons. Is dat hoe jij je dankbaarheid toont voor al die inzet van elke dag? En als hij terug in de buurt was, dan schudde hij al even kalm als zij meewarig zijn hoofd: "Hoe is het in godsnaam mogelijk? Waaraan hebben wij dit duivels kind verdiend? Hadden we dit kunnen voorzien dan hadden we haar nooit moeten redden toen ze als baby zo ziek was." En zo leken ze het weer samen eens. Onbegrijpelijke wendingen waren dat. De mentale pijn die het teweeg bracht, hakte veel dieper in dan de fysieke pijn. In feite was de pijn van het ontkennen van de gruwelijke situaties en het culpabiliseren door mijn moeder nog het meest traumatiserend van al want met haar was er wel een affectieve band, hoewel ze me zelf nooit een tik had gegeven. Zelfs geen kleintje.

(...)

Moeder suste. Moeder loste op, maar ze deed dit wel op een heel ongelukkige manier. Het leek wel alsof ze situaties al wilde uitvegen terwijl ze nog volop bezig waren. Door te ontkennen. Door ze niet te zien. Pas veel later begreep ik dat zij zelf (als wij het niet zagen of op school zaten) de onmogelijkste dingen had doorstaan. Jarenlang. Zonder te klagen. Zonder hulp te vragen voor zichzelf. Ze wilde enkel overleven. Overleven in functie van ons haar kinderen. Ze was een redelijk afhankelijk en opofferend type en wij hadden dit niet begrepen. Ze besloot te gaan nadat ik (als de jongste) mijn huidige partner had gevonden. Ze had die blijkbaar intuïtief beoordeeld op zijn goedheid en beschermend genoeg bevonden. Dus nu was ik veilig en zodoende zou ze met een gerust hart kunnen gaan. Wij allen hadden haar doodsangsten niet begrepen. En in haar hoofd moet de gedweeheid die zij toonde naar haar echtgenoot, haar daarvoor de beste kansen hebben gegeven tot het echt niet meer ging. En wij dienden die methode te kopiëren zonder dat ze ons werd uitgelegd. Vandaag vraag ik mij zelfs af of ze daarin geen gelijk had, want vaak hing ons leven aan een zijden draadje en zij moet dit ten volle hebben beseft. Er stond een geladen geweer in minstens drie kamers. En van de hulpverlening viel in die tijd niet veel te verwachten... als ik de verhalen van andere 'overlevers' in acht neem.

(...)

Moeder was vaak depressief. Het manifesteerde zich in neurotische gedragingen en extreme schaamte wanneer ze zich tussen de mensen begaf. Rond haar vijfenvijftig kreeg ze kanker, maar ook dat mocht niemand weten want ziektes pleegden verraad. Vader was dus vaak agressief en vaak zonder enige aanleiding. Hij sloeg zijn kinderen, maar ook moeder bleef daarvan dus niet gespaard. Bij de ene begon het vroeg. Bij de andere (ik) pas laat, maar duurde het wel voort. Op één of andere manier slaagde hij erin om ons gelaat vrij te houden van blauwe plekken. Ook bij moeder heb ik er nooit gezien. De rest bedekten wij, want ook wij schaamden ons.

(...)

Hij is echt geen slechte man, zo zei ze steeds weer. “Jij denkt dat, maar hij houdt van jou. Je moet dus niet wenen. Weet je wat het in feite is? Jij bent zo’n huilebalk. Daar kan hij echt niet tegen. Hij werkt al zo hard, heeft ook slaapttekort door het nachtelijk werk. En dan geraakt hij heel geagiteerd. Blijf gewoon uit zijn buurt! Dat is het enige watt ik je vraag. Blijf uit zijn buurt want anders zal hij nooit leren je te respecteren.”

(...)

Het was een grote dualiteit die ik ervoer. Aan de ene kant wilde ik dat iedereen het wist en dat het zo dan zou stoppen. Voorgoed! Dat hij gevat werd! Dat hij berecht werd! Maar aan de andere kant was ook bij mij de schaamte erg groot en zodoende toverde ik bij het buitengaan ook ‘een happy face’. En dan was er nog het grote ‘waarom-vraagstuk’. Waarom moeten wij dit meemaken? Waarom moeten wij in angst leven? Waarom reageert mama zo? Waarom beschermt ze ons niet zoals elke ander moeder zou doen? Ze was toch een fiere en intelligente vrouw. Hield ze wel van ons? Was ze (nog) in staat om van ons te houden? Of had ze zelf ook zo’n jeugd gehad? En waarom gedroeg vader zich zo? Was er iets fout gelopen tijdens zijn jeugd? Dit alles moest toch een oorzaak hebben, een logische verklaring. Misbruik ontstaat toch niet uit het niets...

(...)

Stap er alstublieft uit, raap moed en doorbreek de cirkel !

Want of je dit nu wil of niet, wanneer je er niet tijdig uit geraakt en langdurig aan wordt blootgesteld, dan ga je je conformeren aan alle zieke gedragingen die je er leert kennen. En het gebeurt dat je ze dan meeneemt naar je eigen gezin want het is gewoon aangeleerd gedrag. Je weet niet beter want het zit in je gebeiteld. Bij deze trigger reageer je zo. Bij die andere trigger reageer je zo. Het begint met liegen en manipuleren in functie van eigen voordeel. Het wordt zelfs anderen opofferen aan je eigen voordeel. Je stopt gaandeweg ook het voelen. Voelen wordt enkel aanvoelen, voorspellen. Je wordt hard. In deze gezinnen is het gepermitteerd gedrag want je werkt mee aan het coveren van situaties die door anderen niet mogen worden gezien. Het is ook een kwestie van overleven. Men sluit zijn hart om te overleven. Men verliest empathie en wordt in het ergste geval zelf psycho- of sociopathisch. Niet zelden mondt het op latere leeftijd uit in ernstige ziektes zoals kanker, psychische aandoeningen...

(...)

Sommige kinderen overleven enkel door allerlei mechanismen die ze zelf met vallen en opstaan (of ondervinding) ontwikkelen of uitproberen in functie van overleving. Dit moet je echt letterlijk nemen. Je kan in de extreemste situaties fysisch dood gaan, op elk moment van de dag en je wil dit voorkomen. Je kan ook psychologisch dood gaan, maar dat is vaak slechts een effect van jarenlange terreur. En het valt moeilijk te bewijzen. Enkel nadien, wanneer zulke kinderen uit de situatie worden getrokken, krijgen ze echt de kans hun eigen keuzes te maken. Verwerking gaat hieraan vooraf. Leren begrijpen is moeilijk, maar het helpt daarbij, ook al krijg je niet of nooit alle antwoorden. Voor mij hielp het dat ik mijn

vader ook zag als een slachtoffer en als een heel ziek mens. Psychopaten en narcisten zijn namelijk zieke mensen! Ze zijn geestesziek maar als ze heel slim zijn dan slagen er in de meeste mensen een rad voor de ogen te draaien, gevoelens te faken of na te spelen. Zo vallen ze niet op, zijn ze vaak ook vriendelijk en charismatisch. Maar tegelijk héél sluw want ze doorgronden je in een oogwenk. Ze ruiken hun prooi en ze manipuleren mensen die hen zouden kunnen doorgronden.

Ook het zien van goede alternatieven (goede thuissituaties) valt aan te raden, zo weten deze kinderen immers dat beter bestaat. Ik zat op internaat sinds de lagere school en werd in de weekends en tijdens de vakanties vaak uitbesteed aan de gezinnen van vriendinnetjes. Het heeft geholpen want zo slaagde ik erin niet alles als normaal te ervaren en ook de betere voorbeelden te zien. Situaties laten ondersneeuwen veroorzaakt in een later stadium enkel oncontroleerbare lawines. Ook hier geldt, voorkomen (of uitbreken) is beter dan genezen!

(...)

Sociale werkers of hulpverleners moeten beseffen dat:

indien je als kind geïndoctrineerd geraakt door angst, dat je dan enkel op de meest angstaanjagende momenten je bereid wordt gevonden om te praten, omdat het je dan en enkel dan niet meer kan schelen of men je zal labelen of veroordelen. Dat praten is dus een soort opgeven, maar het is tegelijk wel de poort voor het toelaten van hulp. Doorprik dus de leugens en manipulaties want slachtoffers moesten dit leren uit eigenbelang. HOU VOL! Slachtoffers geven niet gauw hun vertrouwen aan nieuwsgierige buitenstaanders want ze twijfelen sterk aan de goede afloop!

Dus enkel wanneer de band met je ouders te week wordt, zal je bereid worden gevonden om je rug naar hen te keren met het risico dat je nog slechter terecht komt want je wordt dan opgeslokt door het grote niets wat voor een 'permanent onveiligheidsgevoel' zorgt. Of voor een onzekere toekomst tussen onbekenden die je mogelijk na een tijdje weer gewoon laten vallen omdat het voor hen slechts een dagtaak is en geen permanent engagement. Dus wat kies je? De zeldzame momenten van vrede en geluk die er af en toe toch zijn in zulke gezinnen? Of het grote niets en de onzekerheid? Voor die luttele momenten dat er toch liefde lijkt te bestaan in deze gezinnen, doe je het, aanvaard je het. Je trekt je er aan op. Zelfs een psychopaat is niet permanent kwaadaardig. Net zoals even schizofreen tussendoor ook nog heldere momenten kent. Dus deze mensen de rug toekeren is zeer hard voor hen. In zekere zin zijn zij ook slachtoffers. Maar het is ook hard voor jezelf want je weet niet of je er goed aan doet. Je kampt met schuldgevoelens. Ook dat werd je aangeleerd. EN TOCH raad ik het aan want iemand moet het doen. Iemand moet de cirkel doorbreken. Iemand moet de patronen doorbreken die vaak al generaties lang bestaan. Enkel door het doorbreken houdt het systeem niet meer stand. Voor niemand. Het loont ook de moeite de patronen niet te kopiëren. Dus in deze familie nam ik (de zwakste) de moedigste taak op mij. Was de zwakste dan eigenlijk de sterkste? Ik slaagde erin om mij los te scheuren, trauma's te verwerken, zo mijn eigen ziektes te genezen en de dokters uit het huis te bannen, en zelfs een goed leven op te bouwen. Een leven dat berust op vertrouwen. Ik leerde mijn kleine beschadigde hart ook terug te openen voor anderen want erger kon het toch niet worden. Ik had het gesloten om niet meer te worden gekwetst, om niet meer te hoeven voelen. Ik had het werkelijk lang gesloten gehouden. Te lang. Je geraakte bij mij, het mysterieuze gevoelige meisje, gewoonweg niet binnen. Ik mag zeggen dat ik vandaag mij thuis en veilig kan voelen in mijn eigen fijne gezin, dus ik ben geslaagd in mijn opzet en mijn eigen kinderen weten niets van deze achtergrond, maar ooit zal ik het hen wel vertellen. Ze zullen het niet geloven omdat ik hen niet heb belast met mijn eigen tragedies en demonen uit het verleden.

(...)

Het is na zovele jaren nog steeds even vreselijke vaststelling dat zovele mensen betrokken geraakten in dit gruwelijke verhaal en dat deze zieke man toch ongestraft zijn gang kon gaan en nog meer slachtoffers kon maken. Ik weet nu dat er wel klachten werden neergelegd en eigenlijk doet dat goed. Dat was in de eerste plaats bij de pastoor, bij de politie en ja, ook de leerkrachten hadden ogen in hun kop. Onze ouders werden op het matje geroepen en daarna veranderden ze ons van school. Maar er werd blijkbaar ook gezwicht want hij was als ondernemer erg vermogend. Anderzijds werd er ook veel gezwegen, gedaan alsof men niets zag. De koppen werden in het zand gestoken. In zekere zin werden zijn kinderen dus opgeofferd aan deze vreselijke man. Dat zwijgen dat vond ik als kind al ondraaglijk, toch vooral van die anderen. Ik vroeg mij af of ze wel ogen hadden die konden zien of misschien dom waren. Zo word je eigenlijk mee verantwoordelijk. Dat vind ik nu nog steeds. Je speelt de dader daarmee sterk in de kaart. Aan de andere kant heb ik zelf natuurlijk ook gezwegen want ik vertelde het niet aan mijn vrienden. Ik vermomde mij met een glimlach die niet echt was en was een erg zwijgzaam mysterieus kind... Ik wachtte dus jarenlang op hulp van buitenaf die maar niet kwam, om welke reden dan ook. Zelf was ik te bang om hulp te zoeken. Vandaag en dat is decennia later, ben ik blij te vernemen dat er toch pogingen tot het signaleren van mogelijk misbruik in ons gezin werden ondernomen zonder dat wij als kinderen het zelf hadden gemeld. Dan denk ik dat er toch nog hart in deze wereld te vinden is.

Catherine Wheels (Vertaald uit: A deadly cocktail)