

Autonomie

‘Mijn kinderen mogen uit alle sporten kiezen, behalve voetbal.’ Aan de rand van het hockeyveld staat een grote man in een hippe jas, zijn semi-nonchalante krullen dansen op de kraag. Hij heeft zijn leven op orde, zijn grut heeft de juiste merken aan en de uren met zijn kinderen zijn tot op de minuut gevuld met activiteiten die ertoe moeten bijdragen dat ze net zo succesvol worden als hij. Hij voegt eraan toe dat hij ze een beetje bijstuurt nu het nog kan, want als ze eenmaal wat ouder worden zie je ze toch liever omringd door fatsoenlijke mensen. De moeders op het hockeyveld zorgen er hierbij via eindeloos veel app-verkeer voor dat hun kinderen in de juiste teams terecht komen en dat ruzies worden bijgelegd. Ik kijk naar mijn zoon, die na de proefles hockey op me afkomt en het zeker weet – ‘Ik vind voetbal echt veel leuker, mam!’ – en betrap me erop te zijn aangestoken door deze angstige curlingvader. Een angst die samenhangt met het opnieuw beginnen in dit dorp, zonder vertrouwde mensen om me heen, met minder houvast; vinden mijn kinderen, en ik, hier hun weg wel? ’s Avonds heeft mijn zoon de geleende voetbalschoenen van zijn neef naast zijn bed gelegd en begint hij al te dromen van zijn eerste training. En gelukkig is er tegenwicht in mijn huis, want zijn vader vindt het vooral belangrijk dat ze hun eigen levens leven, met alles wat daarbij op hun pad komt, in positieve of negatieve zin. Het wordt voetbal.

Autonomie is naast veiligheid en verbondenheid een van de emotionele basisbehoeften van een kind waar we in de schematherapie mee werken. Een emotionele behoefte waar mijn generatie ouders niet altijd oog voor heeft; als je ze zelfstandigheid geeft, kan het

*Mijn kinderen zijn
niet gebaat bij een ouder
die voor ze uit loopt,
als butler en woordvoerder*

immers mis gaan. Ook ik vind loslaten moeilijk, dus heb ik nachten liggen piekeren over het feit dat er alleen nog maar plek was op die ene chaotische school, ze als kleuters twee jaar naar het conservatorium gestuurd voor muziekonderwijs en ze een beetje geholpen bij het maken van speelafspraken. Maar ik realiseer me meer en meer dat dit vooral voortkomt uit mijn eigen neiging alles perfect te willen doen en onzekerheid na de verhuizing, en dat mijn kinderen niet gebaat zijn bij een ouder die voor ze uit loopt, als butler en woordvoerder. Want door zelf te moeten dealen met afwijzing op het speelplein, lege verveelde middagen en een niet altijd even lieve juf, zijn ze als mens straks emotioneel een stuk stabiel en weerbaarder.

Een jaar verder zitten de beste vriendjes van mijn zoon in zijn voetbalteam, haalt hij rustig zijn schouders op als er niemand met hem kan spelen en blijken er op die chaotische school gezellige nieuwkomers

te zitten. Ik denk dat we die muziekcarrière van hem maar moeten vergeten, ik heb hem nog nooit zo zien stralen als op de vroege zaterdagochtend op dat koude voetbalveld.

*Door **Rianne van de Kraats**, psychiater en specialistisch groepspsychotherapeut binnen MoleMann in het Meander Medisch Centrum in Amersfoort en lid van de commissie MAG van de NVGP.*

Refereren aan:

.....
Kraats, R. van de (2023). Autonomie. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 18(4), p. 19-21.
.....