

Onderlinge relaties

Door G.J.M. van den Bosch - Hes

De mensheid is één grote gemeenschap met allerlei onderlinge relaties zoals:

- partners
- gezinsleden
- vrienden
- kennissen
- buren
- school/werk
- dorps/stads/landgenoten enz.

Deze relaties hebben onderling allerlei wederzijdse beïnvloedingen. De sterkste beïnvloeding komt voor tussen partners en hun eventuele kinderen. Daarna komen de andere in volgorde van belangrijkheid voor de betreffende persoon of gezin. Binnen deze relaties kunnen door vele redenen stoornissen ontstaan met verstrekkende gevolgen voor de betrokken personen maar ook voor de totale maatschappij.

Wat doet zich voor

Voor individuele personen:

- allerlei psychische problemen
- psychosomatische ziektes
- slechte prestaties (school, werk)
- scheiding
- drank – drugsmisbruik
- mishandeling (binnen het gezin)
- zelfmoord

Voor de maatschappij:

- criminaliteit
- moord
- huisvestingsproblemen door de vele scheidingen
- de vraag waardoor zelfmoord onder zowel erg jonge mensen als bejaarden
- oorlog

De oorzaak van al deze problemen is in zijn totaliteit onbekend.

Ik meen in het nu volgende een verklaring te geven.

Gevoelens (Verzameling A)

Een mens kan zeer uiteenlopende negatieve gevoelens ervaren zoals:

- Liefdeloosheid
 - o geen liefde krijgen
 - o geen liefde kunnen geven
- onbegrepen worden
 - o wat je bedoeld
 - o wat je graag zou willen
- gekleineerd
- geen aandacht
- geen erkenning
- jezelf moeten bewijzen
- totale onzekerheid
- depressief
- jaloers op degene die de liefde krijgt waarvan jij vindt dat het jou toekomt
- liefde / haat gevoelens tegen de partner / ouder(s) / broers, zussen / andere familieleden
- de echte gevoelens niet durven uiten, waardoor de ander je niet begrijpt omdat je niet wilt kwetsen
- kwetsende opmerkingen over je meest nauwe relaties, door buitenstaanders niet willen horen omdat je toch van de betreffende persoon houdt (resulterende in verbroken familie/vrienden relaties)
- schuld gevoelens bij overlijden van de partner / ouder(s) waarmee je een minder goede relatie had omdat een gevoel van opluchting niet strookt met het toch houden van
- pispaal zijn
- allerlei lichamelijke klachten
- zelfmoordneiging
- agressiegevoelens tegen alles en iedereen zonder aanwijsbare reden
- algehele angst
- overdreven aardig zijn voor extra aandacht
- algehele haatgevoelens zonder aanwijsbare reden
- algehele schuldgevoelens zonder aanwijsbare reden
- niet tevreden over jezelf
- bedreigd voelen
- faalangst
- minderwaardigheidsgevoel
- geen geborgenheid vinden
- onveiligheidsgevoel
- geen steun ervaren
- vluchtneiging
- gevoelsmatige gedwongen verantwoording ervaren
- geen toekomstverwachting
- kritiek als een bedreiging ervaren
- het gevoel dat niemand van je houdt
- het niet kunnen plaatsen van jaloezie naar anderen toe, terwijl je zelf vindt dat het niet terecht is
- jezelf verwaarlozen
- schuldgevoelens over “waarom heb ik ‘iemand’ (vader, moeder, kind) dat aangedaan?”

Gedragingen (Verzameling B)

Een mens kan zich op vele manieren gedragen. Dit gedrag kan van één en dezelfde persoon grote verschillen geven, afhankelijk van de situatie/relatie waarin de persoon op dat moment verblijft, dit door invloed van de eigen gevoelens.

Uitingsvormen:

- lastig
- leermoeilijkheden
- labiel
- teruggetrokken
- geen vrienden
- slechte concentratie
- slechte prestaties
- lichamelijke klachten
- geen aandacht voor anderen
- niet kunnen inleven in een ander (egocentrisch)
- geen waardering voor andermans prestaties
- jaloersheid
- achterdocht
- gevoelloosheid
- weglopen
- vluchtgedrag: daadwerkelijk
- vluchtgedrag: in ziektes
- agressief
- drankmisbruik
- drugsmisbruik
- zelfmoord
- mishandeling
- crimineel gedrag
- dominant gedrag
- kleinerend gedrag
- terreur uitoefenen
- machtswellust
- bedreiging
- geweldpleging/moord
- omgang verkeerde vrienden
- aandacht vragen
- bewijsdrang
- angstig
- geen of slecht verantwoording kunnen dragen/nemen
- overspannenheid
- incest
- krankzinnigheid
- dwangmatig erkenning zoeken bij personen/persoon door wie je je miskend voelt
- geen ruzie durven maken
- om alles ruzie maken
- aardig/lief zijn om beloning of aandacht te krijgen
- liefde/vriendschap kopen
- daadwerkelijke schuldgevoelens
- fobieën
- op anderen neerzien
- vraatzucht
- niet eten (anorexia)
- diefstal, aanranding, verkrachting

Contactstoornissen (verzameling C)

Door de automatische wisselwerking tussen gevoels- en gedragstoornissen ontstaan er ook automatisch contactstoornissen.

Deze kunnen variëren van zeer summier tot zeer explosief.

Dit uit zich in de nu volgende situaties:

- ruzie maken
- vechten
- vernielingen
- moorden
- negeren/pesten van de ander
- moedwillig schade berokkenen, zowel psychisch als materieel
- uitlokking van ruzie tot en met oorlog in klein of groot verband
- anderen zwart maken
- roddelen
- drank/drugsmisbruik, waardoor anderen benadeeld worden
- onbegrip
- agressief gedrag in het verkeer
- agressie uiten op onschuldige personen wat kan gaan tot en met moord
- jaloeziegevoelens uiten tegen onbekend(e) of bekend(e) succesvol of geliefd persoon(en)
- domineren
- kleineren
- kwetsen
- roddelen
- tiranniseren
- scheiding
- ontzetting uit ouderlijke macht
- ontslag
- ziekenhuisopname
- opname psychiatrische inrichting
- zelfmoord
- burenruzies
- een leidende persoon kan afhankelijke personen aanzetten tot allerlei gedrag van pesten tot oorlogvoeren
- afhankelijk zijn van anderen
- zonder leiding niet kunnen functioneren
- vereenzaming
- geen naastenliefde
- geen interesse/belangstelling/waardering, liefde voor elkaar
- van huis weglopen
- uit huis plaatsing
- kindermishandeling
- incest

Kringloop relatiestoornissen

Gevoels- gedrags- en contactstoornissen

Gevoelsstoornissen (verzameling A)

Gevoelsstoornissen worden veroorzaakt van buitenaf. Daarbinnen is een enorme gradatie. Dit loopt van kleine irritaties tot zeer bizarre gevoelens waaruit poging tot – of zelfmoord kan voortkomen.

Uit deze gevoelsstoornissen volgen automatisch:

Gedragsstoornissen (verzameling B)

Omdat men voor de betreffende gevoelens niet altijd zelf een juiste verklaring kan geven, probeert men ze ergens te plaatsen. Dit gebeurt onder invloed van de mate van de stoornis, karakter, intelligentie, leeftijd en de periode waarin de gevoelsstoornis ontstaat (als kind of als volwassene met een “normaal” verlopen jeugd). Naar aanleiding hiervan ga je je gedragen.

Dit varieert van opscheppen/ je teruggetrokken opstellen tot gewelddadig gedrag/ vluchten in of krijgen van psychosomatische ziekten. Uit deze gedragsstoornissen volgen automatisch:

Contactstoornissen (verzameling C)

Dit kan zich variërend uiten van niet weten met anderen om te gaan/ haat-liefde relaties tot anderen het leven volledig zuur te maken. Binnen liefdes-gezinsrelaties (partner/kind(eren)/ouders/ broers of zussen) maak je in dit stadium gegarandeerd nieuwe “slachtoffers”.

Dit heeft tot gevolg dat bij de “veroorzaker” de oorspronkelijke gevoelsstoornis wordt verstrekt en de “gedupeerde” onherroepelijk terecht komt in gevoelsstoornissen.

Conclusie

Dit is een spiraal met een al groter verspreidingsgebied die een neerwaartse beweging maakt. De betreffende persoon kan er zelden op eigen kracht uitstappen.

Het ontstaan van een nieuwe relatiestoorniskringloop

Voorgaande beschrijving berust op automatisme maar er zijn ook invloeden die het ontstaan van een nieuwe kringloop/-lopen bewerkstelligen binnen een “normaal” gezin/relatie en wel de volgende:

- zelfmoord door een van de gezinsleden
- het geboren worden van een zwakzinnig/gehandicapt kind
- ernstige ziekte/dood van een van de gezinsleden
- geweld, aanranding, incest door buitenstaanders aangedaan bij een van de gezinsleden
- werkdruk/faillissement/ontslag/arbeidsongeschiktheid
- te grote pressie van de ouders ten aanzien van school – werk prestaties naar de kinderen toe
- ongelijke behandeling van het kind of de kinderen
- stiefvader/moeder

Al deze gebeurtenissen kunnen bij de betreffende persoon of personen of het totale gezin enorme consequenties hebben zoals:

- het aangedane niet kunnen verwerken
- het kind dat niet durft vertellen wat het is aangedaan (aanranding, incest)
- onderlinge jaloezie
- het niet meer aan het werk kunnen komen
- het centraal komen staan van één van de gezinsleden (gehandicapt kind, ziek kind/ouder) waardoor ander te kort komen.
- Het niet kunnen verwerken van dood/ontslag/faillissement
- Het niet kunnen willen aanvaarden van stiefmoeder/vader

Deze gebeurtenissen met al z'n consequenties kunnen een “normaal” gezin volledig verdelen omdat het voor ieder lid van het gezin andere consequenties heeft, maar alle leden kunnen een gevoelstoornis krijgen, waardoor de mogelijkheid bestaat dat één of meerdere gezinsleden gedragsstoornissen krijgen met alle contact stoornissen als gevolg. Dit alles in mindere of meerdere mate. Binnen het gezin kan een totaal andere onderlinge relatie ontstaan die naar alle kanten negatief kan werken:

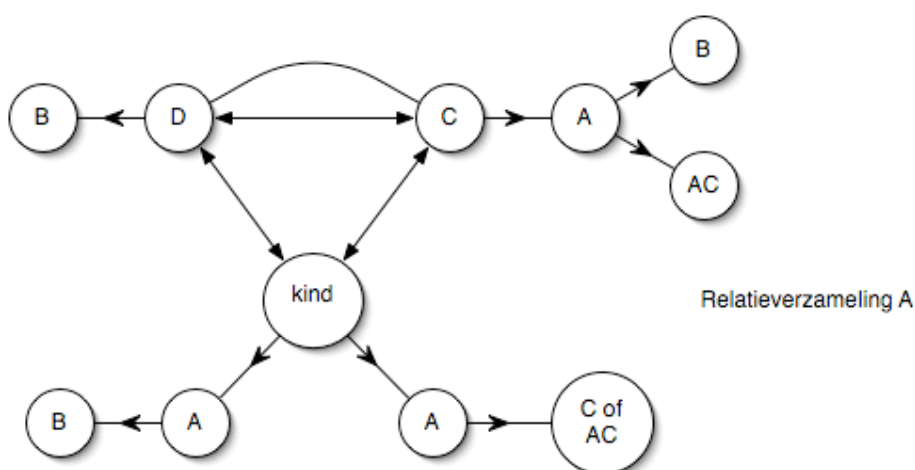
- oude (s) < -- > kind(eren)
- kinderen onderling
- ouders onderling

Conclusie

Ieder afzonderlijk gezinslid kan een nieuwe kringloop van relatiestoornissen veroorzaken.

Invloed van achtergronden van partners onderling en naar kind(eren) toe

Betekenis van tekens in relatieverzameling



Gevolgen en verhoogd risico van de afzonderlijke personen uit bovenstaande relatieverzameling

Oorspronkelijke D partner:

- versterking van de gevoelens uit verzameling A met als gevolg verergering van het gedrag uit verzameling B

Oorspronkelijke C partner:

- komt meesral in de extremere gevoelsstoornissen omdat de jeugdervaring absoluut niet overeenkomen met de ervaringen in deze relatie. Totaal onbegrip. Dit blijft levenslang met extra risico op hoge leeftijd (zelfmoord bejaardenprobleem)

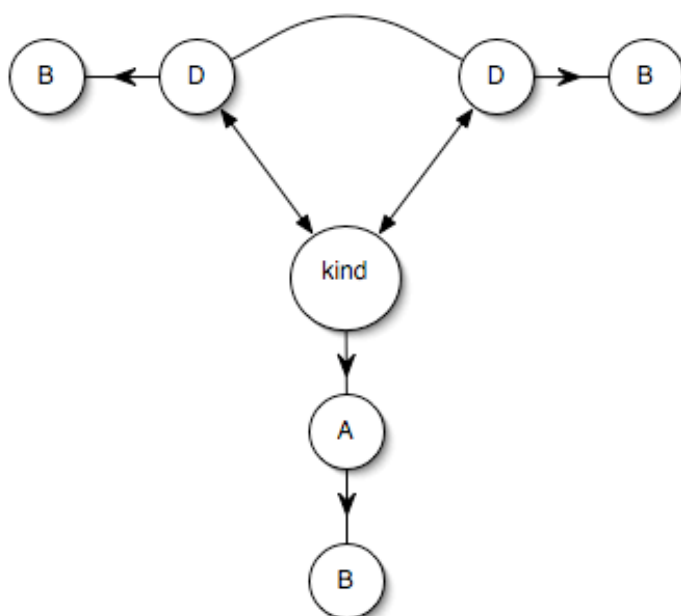
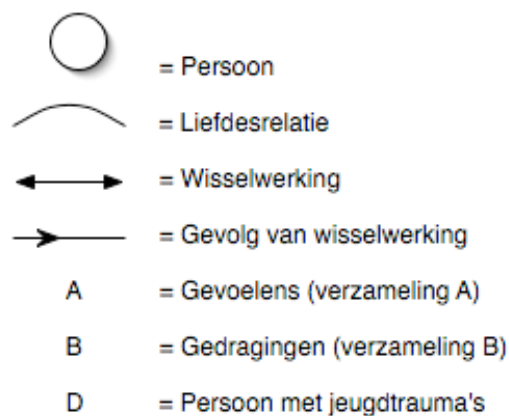
Kinderen:

- Afhankelijk van de mate van invloed van afzonderlijke partners komt het kind via A in B of A in C.

Totaliteit: (verzameling C)

Heeft meestal scheiding tot gevolg en het tijdstip daarvan bepaald de gevolgen van alle partijen.

Betekenis van tekens in relatieverzameling



Gevolgen en verhoogd risico van de afzonderlijke personen:

Beide partners hebben een verbondenheid door dezelfde ervaringen. De Relatie kan onderling, afhankelijk van de extremiteiten van de partners uit de A en B verzameling redelijk verlopen.

Risico: verbondenheid kan worden aangezien voor liefde. Is dit het geval dan zullen beide partners de A en B verzameling verheven.

Kind: Dubbele “kwalijske” beïnvloeding met als gevolg terecht komen in de extreme gevoelens en gedragingen.

Risico: Zelfmoord op jonge leeftijd/ terecht komen in de criminaliteit

Totaliteit en gevolg: (verzameling C)

- Wel of niet scheiden afhankelijk van de basis
- Grote kans op verwijdering ouders en kinderen

Het constateren van en de behandeling van de problemen door buitenstaanders

Het van buitenaf constateren en juiste beoordelen van dit complexe probleem wordt ernstig bemoeilijkt door:

- Het gezin kan zich naar buiten toe ogenschijnlijk “normaal” presenteren
- Het gezin kan als totaal of afzonderlijke personen bekend staan als “slecht; problematisch; lastig” en dergelijke, maar de interne problemen en relatiestoornissen kan men niet achterhalen
- Het gedrag kan tegengesteld zijn aan de gevoelens
- Er niet over willen of kunnen praten
- Mensen praten niet graag over hun gevoelens
- Als je er toch met anderen over praat wordt het niet begrepen of verkeerd uitgelegd. Als je namelijk de gestoorde situaties niet zelf hebt ervaren kun je dat onmogelijk begrijpen.
- Het houden van en ergens toch weten dat degene die je “benadeeld” toch ook goede eigenschappen heeft (mishandeld worden en toch blijven)
- In de huidige prestatie maatschappij is er weinig of geen sociale controle
- Personen uit een probleemrelatie gaan vaak met buitenstaanders tegengesteld om dan met de personen uit het eigen gezin. (Buitenshuis aardig en vriendelijk, binnenshuis ongeïnteresseerd of een tiran) De oorzaak hiervan kunnen zowel de gezinsleden als de buitenstaanders niet begrijpen.
- De relatie binnenshuis is meestal een haat-liefderelatie waardoor het praten door de “gedupeerde” over het afwijkende gedrag van de ander als verraad wordt ervaren.

Huidige behandelingsmethode

Komt een van de leden uit een probleemrelatie in psychische problemen is meestal de eerste behandeling via de huisarts met medicijnen. Helpt dit niet dan komt men terecht bij een professionele hulpverlener. Ook daar is de therapie er op gericht dat de betreffende persoon behandeld wordt..

Door de gezinstherapie komen er meestal wel een aantal maar bijna nooit alle grieven naar elkaar toe boven water, dit in verband met de ondanks alles onderliggende liefdesrelaties.

Daardoor resulteert dit dan meestal niet in een echt oplossen van de problemen maar weer in een “wapenstilstand”. Met als gevolg dat dezelfde problemen steeds terugkeren Al of niet in een ander uitingsvorm maar met nog steeds dezelfde basis.

Dit kan bij de betrokkene radeloosheid veroorzaken omdat je je eigen probleem niet kunt oplossen en het de hulpverlening ook niet lukt.

Therapie

Als een persoon om welke reden ook zich meld bij een hulpverlener (arts, maatschappelijk werk, kinderbescherming, psycholoog, psychiater) is mijn voorstel voor therapie als volgt:

Gezinstherapie

Leer in eerste instantie het gezin kennen als geheel en kweek een absolute vertrouwensband met alle partijen. Leg in grote lijnen de behandeling uit. Laat daarna de partijen afzonderlijk de lijst van gevoelens (verzameling A) bestuderen en aankruisen welke gevoelens zij herkennen en ervaren bij zichzelf.

Laat hen daarna uit de lijst van gedragingen (verzameling B.) de Uitingsvormen kiezen naar hun zelf toe van alle andere gezinsleden.

Daarna moet ieder uit de lijst van contactstoornissen (verzameling C) aankruizen wat zij persoonlijk en binnen het gezin als totaliteit ervaren.

Laat daarna alle personen hun eigen plaats zoeken in de relatieverzamelingen A en B of de beschrijving van “het ontstaan van een nieuwe relatiestoorniskringloop”

Ouders moeten dit doen zoals zij het als kind ervoeren en waar de huidige plaats is.

Met deze gegevens kun je een schema maken van de familierelaties in breder verband.

Hierdoor komt duidelijk te liggen dat aan ieder uitingsvorm uit de verzamelingen B en C iets uit verzameling A ten grondslag ligt, zodat je alle leden van het gezin kunt uitleggen waar de basis ligt van de problemen en doorbreek je de vicieuze cirkel.

Want, zodra je iets kunt begrijpen, kun je het ook plaatsen en hanteren.

Op alle vragen, zoals: waarom voel ik me zo, waarom doe ik zo, waarom kan ik iets niet, waarom doet de ander zo, enz. Kun je dan zelf een antwoord geven, waarna bij ieder betrokken persoon de weg bij hem/haar vrijkomt om echte vertrouwens/liefdesrelaties op te bouwen, wat alle problemen van iedereen oplost.

Je wordt daardoor een positief denkend mens en er komt een ongekende energie vrij wat ten goede komt aan je:

- gevoel van eigenwaarde
- prestaties
- omgang met mensen in het algemeen
- uiterlijk
- gezondheid

Therapie bij gedragsstoornissen van jonge kinderen

In een gezin met jonge kinderen kan het gebeuren dat een of meerdere kinderen gedragsstoornissen vertoont. De therapie van het gezin is ook hier op dezelfde manier van toepassing maar dan alleen met de ouders. Het kind, hoe klein ook, reageert namelijk altijd op de gevoelens, stemmingen, gedragingen van ouders/verzorgers om hem heen.

Als de ouders geen problemen hebben zal het kind zich automatisch “normaal” gedragen.

Ook de acceptatie door de ouder(s) van het kind (het er zijn, jaloezheid naar het kind toe, uiterlijk van het kind, jongen/meisje) kan op het kind een zeer negatieve invloed hebben.

Verwachting van resultaten bij toetsing van de theorie

- alle relatieproblemen in al zijn verscheidenheid zijn aan deze kapstok op te hangen en te ontrafelen
- een hoog probleemoplossend resultaat
- constatering van verbanden tussen specifieke gevoelens, uitingsvormen en gedragingen
- het constateren van specifieke invloed van het leefmilieu omdat het milieu waarin je opgroeit zijn eigen regels heeft over hoe men zich mag /moet gedragen. Dit kan ook specifieke problemen met specifieke uitingsvormen:
 - o Bij de “hogere” milieus kan dit leiden tot verdringing van de problemen met als gevolg zeer heftige emotionele uitingen tot en met zelfmoord
 - o Bij de “lagere” milieus het je gevoelens laten gaan wat sneller kan leiden tot criminaliteit

Voor welke disciplines binnen de maatschappij is deze theorie van toepassing?

Deze theorie kan als basis dienen bij de volgende disciplines:

Algemene gezondheidszorg

Artsen en verplegend personeel komen in aanraking met psychosomatische ziekten.

Geestelijke volksgezondheid

Maatschappelijk werkers/sters, psychologen en psychiaters komen in aanraking met psychische problemen

Sociologie

Sociologen komen in aanraking met maatschappelijke problemen in groter verband

Pedagogiek

Leraren/leraressen, kindbescherming en pedagogen komen in aanraking met leer en opvoedingsproblemen

Justitie

Politie, kindbescherming en rechters komen in aanraking met vandalisme en criminaliteit.

Omdat er vanuit zoveel disciplines gewerkt kan worden heb ik goede hoop dat dit een verbetering kan geven aan de totale maatschappij.

Zoals de kringloop een verspreidende neerwaartse beweging maakt, zo kan de doorbreking van die kringloop een beperkende opwaartse beweging maken.

Waarom en hoe ben ik tot deze theorie gekomen

Ik heb 26 jaar van mijn nu 44 jarige leeftijd verkeert in de door mij beschreven relatiestoorniskringloop. Ik heb daardoor veel negatieve ervaringen uit de verzameling A, B en C ondervonden, waardoor ik uit eigen ervaring kon redeneren.

Ik heb mijn leven lang een grote belangstelling gehad voor mensen met al hun gedragingen en omstandigheden, waardoor ik nu ook het brede verband er bij kan betrekken.

Mijn opzet met dit alles te beschrijven is, om er mensen die hoe dan ook in de problemen zitten te helpen.

31-5-1991

Mevrouw G.J.M. van den Bosch – Hes