

'Wat zorgt ervoor dat je samen gelukkig bent?'

Professor Esther Kluwer verdiept zich in de vraag wat relaties duurzaam maakt. Een relevant thema, gezien de hoge persoonlijke en maatschappelijke kosten van echtscheiding. Vandaag houdt ze haar oratie.

Sanne Gerrits

In 2014 verdween relatietherapie uit het verzekeringspakket. Dit was gezien het hoge aantal echtscheidingen in Nederland (38% in 2013) en de hoge kosten die dit met zich meebrengt, een punt van zorg voor onder meer ChristenUnie en de vereniging van relatietherapeuten EFT. Ze hielden er een rondetafelgesprek in de Tweede Kamer over.

Leerstoel Duurzame relaties

Daarbij was ook Stichting Marriage Week Nederland aanwezig, die daarop het initiatief nam tot een leerstoel Duurzame Relaties. Er moest een hoogleraar komen die zich met dit onderwerp bezig zou gaan houden. Het duurde even, maar op 6 oktober 2017 is het zover: dr. Esther Kluwer houdt haar oratie, als eerste hoogleraar Duurzame relaties aan de Radboud Universiteit Nijmegen.

Kluwer sputtert een beetje tegen: zo belangrijk vindt ze zichzelf nou ook weer niet. Internationaal houden meer mensen zich met het thema bezig, vertelt ze, en er was ook al ooit een hoogleraar Relatietherapie. Toch is haar aanstelling wel bijzonder. De nieuwe leerstoel past in de opkomende trend om niet alleen te kijken naar de redenen van mislukken van een relatie, maar juist naar wat die doet slagen. "Het is een thema dat velen mensen raakt", geeft Kluwer toe. "Heel veel mensen hebben een relatie of gaan uit elkaar. Dan is het niet alleen interessant te weten waarom ze uit elkaar gaan, maar ook wat relaties goed houdt."

Kosten van echtscheiding

Een hechte, duurzame interpersoonlijke relatie is een van de meest fundamentele menselijke behoeften, schrijft ook Stichting Marriage Week. Intimiteit en verbondenheid tussen partners heeft een positief effect op hun lichamelijk, psychisch en sociaal functioneren. Het aantal echtscheidingen stijgt echter nog steeds en het aantal alleenstaanden groeit.

De persoonlijke en maatschappelijke kosten van echtscheiding zijn hoog. Gescheiden mensen zeggen een lager psychologisch en fysiek welzijn te ervaren dan getrouwde mensen. Zo zijn ze minder gelukkig, ervaren meer gevoelens van depressie en meer stress en spanning, en melden meer gezondheidsproblemen. Kinderen van gescheiden ouders scoren lager op school, hebben meer gedragsproblemen, melden een lager psychisch welzijn en zelfwaardering, en hebben minder goede relaties met beide ouders. Uit het Nationaal Kompas Volksgezondheid blijkt dat gescheiden mensen en leden van eenpersoonshuishoudens beduidend meer behoefte aan gezondheidszorg hebben. EconoVision uit Rotterdam becijferde de kosten van echtscheiding in een voorlopig onderzoek op ten minste 2,3 miljard euro per jaar. Dat bedrag bestaat uit uitkeringen en huursubsidies voor eenoudergezinnen, gemiste belastinginkomsten vanwege aftrekbaarheid van kosten voor juridische bijstand bij echtscheiding, toegenomen misdaad en kosten van arbeidsverzuim.

Wél interessant

Deze redenen tonen de noodzaak van meer aandacht voor duurzaamheid van relaties en het voorkomen van problemen en echtscheiding. Kluwer: "Ik krijg heel vaak de vraag waarom ik me met dit 'ouderwetse' thema bezig houdt. Maar samenwonen of getrouwd zijn is nog steeds de meest voorkomende vorm van samenleven. 60% van de mensen boven de 20 heeft een relatie, woont samen of is getrouwd, dus het raakt velen. Scheiden doen mensen meestal niet voor hun plezier. Dus heeft het zin om te kijken naar wat er nou voor zorgt dat je gelukkig bent samen. Bovendien beïnvloedt het onze gezondheid en ons welzijn. Het is dus wél een interessant thema."

De nieuwe hoogleraar heeft twee speerpunten: "Ten eerste kijken hoe de kwaliteit van een relatie het functioneren in andere domeinen beïnvloedt, bijvoorbeeld in het werk. Ten tweede kijk ik naar hoe mensen hun relatie goed houden. Daar komt natuurlijk heel veel bij kijken, er is niet één gouden antwoord of tip. Ik vind het interessant hoe mensen zowel de verbondenheid met hun partner als de autonomie binnen de relatie goed houden, en hoe ze dat in balans houden." Daarbij richt Kluwer zich ook op vraag hoe de wetenschappelijke kennis haar weg kan vinden naar de maatschappij, relatietherapeuten, beleidsmedewerkers en mensen met een relatie. +

Pater Hugo

"Wij zijn de tijd die God ons geeft", zeg ik vaak, en ik geloof er ook in. Tijd is aandacht, aandacht is bewustzijn, bewustzijn ben jij. Hier-en-nu word jij door 'Ik-bendie-is' (JHWH) aan jezelf geschonken. Daarbij is Hij niet kinderachtig: wat Hij geeft heeft Hij gegeven, en Hij neemt het niet terug. Sterker nog: Hij blijft maar geven. Je bent vrij om met jezelf te doen wat je wilt. Jij zit aan de knoppen.

Dat is een hele verantwoordelijkheid, want je wordt waar je je aandacht op richt. Dat is makkelijk te bewijzen met een klein experimentje. Ga naar het park, en zoek de meest verse hondendrol die je kunt vinden. Ga er met je gezicht vlak boven hangen en richt je aandacht een ogenblikje op wat er voor je neus ligt. Ik voorspel je dat je binnen luttele ogenblikken zult worden overspoeld door een intense ervaring van *stront-zijn*. Waarschijnlijk is dit een experimentje waar je niet veel zin in hebt. Toch doe je het meerdere keren per dag, of je het nu in de gaten hebt of niet. Als je met de buurvrouw van links kwaad spreekt over de buurvrouw van rechts, bijvoorbeeld. Of als je je bij de kapper verlekkert aan het bericht in de *Story* dat de siliconenvoorgevel van een of ander soapsterretje is ontploft. Of als je tijdens de communiegang tot je grote vreugde ontdekt dat degene die voor je loopt – die blaaskaak van het parochiebestuur – een toupetje draagt. Of als je met een grote zak chips een film zit te kijken waarin Amerikaanse pubers doormidden worden gezaagd door een engerd met een kettingzaag.

Enfin, dit zijn natuurlijk allemaal voorbeelden van hoe het niet moet. Helaas is doen wat niet moet makkelijker dan doen waar je gelukkig van wordt. Daarom heeft Jezus het zo vaak over wakker blijven. "Waakt en bidt, opdat gij niet op de bekoring ingaat!" Onze zondige natuur maakt dat er voor ons een vreemde aantrekkingskracht uitgaat van stront. Wie slaapt, zakt af.

Gelukkig geeft de goede God ons wapens tegen deze neiging. Om onze tijd te heiligen is er bijvoorbeeld de heiligenkalender. De meeste "katholieken" zijn al die heiligendagen vergeten. Dat is dom, want ze kleuren het jaar en maken van elke dag een feest. Nu ik dit schrijf, was het gisteren Theresia en voor overmorgen staat Franciscus op het menu (dus vieren we vandaag de engelbewaarders, hoort elke katholiek nu te weten). Ik snap dat jullie niet allemaal elke dag naar de kerk kunnen, bijvoorbeeld omdat je naar je werk moet. Maar waarom lees je niet iets over de heilige van de dag, en print er misschien een prentje van uit? Dan neem je dat mee en zet het tegen je computer. Je kletst innerlijk wat met die sint tussen het vergaderen of koekjes inpakken door, en hij of zij zal je gegarandeerd zin en plezier brengen. En behoeden voor innerlijke hondendrollen.

Pater Hugo
Zie www.beslotentuin.nl.



Esther Kluwer is hoogleraar Duurzame relaties. "Heel veel mensen hebben een relatie of gaan uit elkaar. Dan is het niet alleen interessant te weten waarom ze uit elkaar gaan, maar ook wat relaties goed houdt."

Foto: Universiteit Utrecht

