

Huwelijksproblemen

Bijbelse gegevens

Huwelijk en gezin zijn een instelling van God! God wilde niet dat Adam alleen bleef (Gen. 2:18) en uit een rib van Adam bouwde Hij Eva. Hierna bracht Hij haar tot Adam: *Deze is ditmaal been van mijn benen, en vlees van mijn vlees! Men zal haar Manninne heten, omdat zij uit de man genomen is* (Gen. 2:23).

Hiermee behoort het huwelijk tot Gods scheppingsorde en het is daarom voor alle tijden en alle plaatsen. Een heilige instelling van God en *daarom zal de man zijn vader en moeder verlaten en zijn vrouw aankleven; en zij zullen tot één vlees zijn* (Gen. 2:24). De vorm van deze huwelijksluiting is door de eeuwen heen steeds aan verandering onderhevig geweest, maar het was en is altijd een officiële en publieke gebeurtenis.

De apostel Paulus haalt later in de Efezebrief diezelfde woorden van God aan als een inzetting van alle tijden en eeuwen. Hij brengt ze zelfs in verband met de verhouding tussen Christus als hemelse Bruidegom en Zijn kerk als Zijn Bruid: *doch ik zeg dit, ziende op Christus en op de gemeente* (Ef. 5:32b).

De Heere Jezus noemt, in gesprek met de Farizeeën, deze tekst om hen te wijzen op de heiligheid van het huwelijk. Hij spreekt er niet alleen over, maar op een bruiloft (te Kana) verricht Hij Zijn eerste openbare wonder. „Daarom” (zo antwoordt het huwelijksformulier) „opdat gij niet zult twijfelen, of de huwelijks staat behaagt aan God de Heere”.

De Bijbel spreekt ook duidelijk over de ontwrichting van het huwelijk als gevolg van de zonde: de beschuldiging van Eva door Adam direct na de zondeval, de problemen in de tent van Abraham, Izak en Jacob, Nabal en Abigaïl, de problemen in de gemeente van Korinthe, waar er één was die zijn vaders huisvrouw had (1 Kor. 5), en de vele richtlijnen om liefdevol met elkaar om te gaan (o.a. Ef. 5 vanaf vers 22) enzovoort.

Oorzaken van huwelijksproblemen

Niet alle spanningen in een huwelijk zijn huwelijksproblemen. De ernst van de spanningen en de (on)mogelijkheden om er als echtpaar zelf uit te komen bepalen of er sprake is van huwelijksproblemen. Hierna worden enkele zaken genoemd die oorzaak en/of uiting kunnen zijn van huwelijksproblemen.

a. Onvoldoende voorbereid

Veel echtparen met huwelijksproblemen geven zelf aan dat de wortel van het probleem vóór het huwelijk ligt. Eigenlijk kende men elkaar op wezenlijke punten onvoldoende om samen een huwelijk aan te gaan. Vooral de eerste jaren kunnen hierdoor ernstige afstemmingsproblemen ontstaan, die uit kunnen monden in vervreemding van elkaar. Soms voelt men tijdens de verkering wel aan dat er onvoldoende basis is, maar mist men de moed om de verkering te verbreken.

b. Onredelijke verwachtingen

Vaak denkt men dat problemen in de verkeringstijd tijdens het huwelijk vanzelf wel over zullen gaan, maar het omgekeerde is meestal het geval. Het huwelijk op zichzelf lost geen problemen op. Ook een huwelijk vraagt om voortdurende inzet en gebed.

c. Geen godsdienstige eenheid

Verskil in kerkelijke achtergrond hoeft geen problemen te geven, maar vraagt wel om een goede afstemming en goede afspraken. Dit geldt zeker als de godsdienstige opvattingen ver uiteenlopen. Als dit in verkeringstijd zo blijft, ontbreekt de basis om een huwelijk aan te gaan. Stellen beginnen soms aan een huwelijk met de verwachting dat dit wel bijtrekt. Soms gebeurt dit ook, maar nog vaker wordt in de loop van het huwelijk de verwijdering groter. Deze verwijdering kan ook ontstaan als tijdens het huwelijk de geestelijke zaken voor een van de twee een centrale plaats krijgen, terwijl de ander dit niet 'mee kan beleven'. Het vraagt geduld en wijsheid om hier op een goede manier mee om te gaan.

d. *Traumatische (jeugd)ervaringen*

Eerder opgedane traumatische ervaringen kunnen tijdens het huwelijk negatief doorwerken. Huwelijksproblemen bij de ouders, lichamelijke en/of psychische mishandeling, incestervaringen, pestgedrag enzovoort kunnen de oorzaak zijn van ernstige persoonlijke en relationele problemen.

e. *Ingrijpende gebeurtenissen tijdens het huwelijk*

Man en vrouw reageren vaak verschillend op ingrijpende gebeurtenissen. Hierbij is te denken aan positieve gebeurtenissen, zoals bijvoorbeeld de geboorte van een kind, maar vooral aan negatieve gebeurtenissen, zoals het overlijden van een kind, ernstige en/of chronische ziektes, werkloosheid, incest binnen het gezin, drankmisbruik. Dit verschil in beleving kan aanleiding zijn tot verdieping van de huwelijksband, maar kan ook leiden tot onderlinge verwijdering.

f. *Mishandeling (lichamelijk en psychisch)*

Binnen het huwelijk vindt soms mishandeling en/of geweld plaats. Het kan gaan om lichamelijk geweld, maar ook om verbaal geweld en emotionele mishandeling. Denk hierbij aan het geval waar bij beiden of een van de twee sprake is van een ernstige persoonlijkheidsstoornis. De behandelingsmogelijkheden zijn vaak beperkt (men kan of wil niet meedoen in de hulpverlening). Dit kan veel en langdurig huwelijksleed veroorzaken.

g. *Seksuele problemen*

Huwelijksproblemen gaan bijna altijd samen met problemen in de seksuele omgang. Het is goed om daar tijdens de gesprekken aandacht aan te geven. Hoewel er soms schroom is bij de ambtsdrager om dit aan de orde te stellen, kan de nood op dit terrein groot zijn. Problemen op dit gebied uiteten zich vaak in de uiteenlopende verwachtingen en/of wensen. Meestal zijn deze verschillende verwachtingen niet de kern van het probleem, maar gaat het veel meer om het onvermogen hier op een goede manier mee om te gaan. Het kan goed zijn in dit verband enige uitleg te geven over het verschil in beleving van seksualiteit tussen man en vrouw (zie onder

communicatie). Niet zelden speelt hier ook een verschil van visie op gezinsvorming. Het is goed hier pastorale aandacht voor te hebben en zondig gericht naar te vragen.

h. Ontrouw

Ontrouw is meestal niet de oorzaak van huwelijksproblemen, maar veel meer een uiting daarvan. Toch is de ontrouw zelf ook een ernstige, complicerende factor en een bron van blijvende spanningen. Het is niet voor niets dat de Bijbel dit noemt als de grond voor een echtscheiding. Vaak is de relatie zozeer verstoord, dat werken aan herstel van de relatie ernstig wordt belemmerd.

Communicatie

Gebrekkige communicatie kan een uiting zijn van huwelijksproblemen, maar is ook vaak mede oorzaak van de problemen. Daarom volgen hieronder enkele aandachtspunten met betrekking tot communicatie. Ze kunnen tijdens de gesprekken met echtparen aandacht krijgen.

a. Te druk

Een constante tijdsdruk is dodelijk voor relaties. Echtparen die nauwelijks tijd hebben om regelmatig ervaringen en gevoelens te delen, groeien uit elkaar. Dit leidt op den duur tot problemen.

b. Man en vrouw verschillen

In veel opzichten verschillen mannen en vrouwen van elkaar. Deze verschillen tussen man en vrouw hebben voor een deel te maken met de genoten opvoeding. Ook de (sub)cultuur waarbinnen wij leven, bepaalt voor een deel hoe mannen en vrouwen zich gedragen. Maar het is ook een scheppingsgegeven: *God schiep de mens naar Zijn beeld (...) man en vrouw schiep Hij hen* (Gen. 1:27). De hier gebruikte woorden voor man en vrouw wijzen erop dat God de mens *mannelijk en vrouwelijk* schiep. Bij alle overeenkomsten is er een duidelijk verschil: mannelijk en vrouwelijk.

Als regel zijn mannen meer verstandelijk en vrouwen meer gevoelig, mannen meer op informatie en vrouwen meer op contact gericht, mannen meer onafhankelijk en vrouwen afhankelijk, mannen oplossingsgericht en vrouwen relatiegericht.

Het is zaak dat echtparen elkaar niet vastpinnen op deze verschillen, maar zich verdiepen in elkaars leefwereld en leren rekening te houden met deze verschillen.

c. *Enkele communicatieregels*

- Luister naar elkaar. De kwaliteit van de communicatie wordt vooral bepaald door de kwaliteit van het luisteren. Veel echtgenoten denken dat ze goed luisteren, terwijl dit door de ander zo niet wordt ervaren. Goed luisteren is een inspannende bezigheid, waarbij men zich moet proberen te verplaatsen in de beleving van de ander. Men kan pas goed reageren als men zeker weet wat de ander bedoelt.
- Blokkeer de communicatie niet door een te snelle reactie. Zo'n reactie bestaat vaak uit een verwijt, een waarschuwing, een advies, het negeren van gevoelens, bagatelliseren en vooral het eigen verhaal vertellen.
- Uit kritiek op het goede moment en op de juiste, niet verwijtende manier.
- Uit ook waardering naar elkaar.
- Vermijd tijdens onenigheid zoveel mogelijk verwijten, maar uit ongenoegen in de wensende vorm. Daar kan de ander iets mee doen. Verwijten leiden altijd tot tegenverwijten.
- Pas op met generaliseren "Jij altijd 'dit' en nooit 'dat'"
- Maak de ander nooit belachelijk.
- Vermijd een veroordelend zwijgen, klagen en dreigen.
- Doorbreek eindeloos redeneren. Bouw stopmomenten in.
- Wees niet alleen gefixeerd op de schuldvraag, maar veel meer op de vraag hoe je samen verder wil in de toekomst.
- Praat niet alleen over de inhoud van conflict, maar praat er ook eens over hoe je met elkaar praat (metacommuniceren).
- Praat over één ding tegelijk en haal er niet van alles en nog wat bij.
- Wees duidelijk en concreet.
- Belijd fouten en vraag vergeving aan elkaar.

Pastorale preventie

Voorkomen is beter dan genezen. Dit geldt zeker t.a.v. huwelijksproblemen. Het is daarom goed als er in prediking en pastoraat open wordt gesproken over het huwelijk, de voorbereiding erop en eventuele huwelijksproblemen.

Als er een sterk vermoeden is dat het niet goed gaat in het huwelijk van een echtpaar in de gemeente, probeer dan om daar voorzichtig en tactisch naar te informeren. Doe dat bij de mensen zelf en niet bij allerlei mensen in de omgeving. Spreek tijdens een ambtelijk gesprek uit dat, als er problemen zijn, van wat voor aard dan ook, u bereid bent daarover te spreken. Vanzelf is het beter om dit dan niet te doen met de kinderen erbij.

Het is belangrijk dat er binnen de gemeente een lage drempel is om over huwelijksproblemen te spreken. Dit wordt ook bevorderd door hier in prediking (catechismus), catechese, ambtelijke bezoeken en in het openbaar gebed aandacht aan te geven.

Pastorale behandeling bij huwelijksproblemen

a. Vertrouwen

Vertrouwen is een absolute voorwaarde voor een goed pastoraal gesprek bij huwelijksproblemen. Het gaat hier meestal om gevoelig liggende en intieme zaken. Dit vertrouwen wordt bevorderd door een open luisterhouding en een respectvolle bejegening. Verder is hier het zorgvuldig omgaan met de informatie uitermate belangrijk. Het kan het vertrouwen bevorderen als het echtpaar vooraf wordt gezegd dat niet alles wat aan de orde komt tijdens een gesprek in de brede kerkenraad wordt besproken.

b. Eén of twee ambtsdragers?

Soms zal een ambtsdrager in eerste instantie alleen bij huwelijksproblemen worden betrokken. Zeker bij gecompliceerde zaken – en dat zijn huwelijksproblemen meestal – is het goed er een medebroeder bij te betrekken. Bespreek in overleg met de kerkenraad en eventueel met het echtpaar welke broeder erbij wordt betrokken.

c. *Voorkom partijvorming*

Echtelieden proberen vaak op een subtiele manier tijdens de gesprekken sympathie te verwerven. Toch is het van groot belang om, zeker in een eerste fase, geen partij te kiezen. Het is goed als men zich daarbij realiseert dat gevoelens van sympathie toch vaak meer bij de één dan bij de ander liggen. Dat zegt niet altijd wat over de schuldvraag. Vaak heeft het te maken met de wijze van presenteren en met de persoonlijke gevoelens van de ambtsdrager.

Dit wil niet zeggen dat de schuldvraag er niet toe doet. Men kan geconfronteerd worden met onschriftuurlijke zaken, waar men vermanend op in moet gaan. Maar wees hierin, zeker in een eerste onderzoeksfase, terughoudend. Verzamel informatie en verdeel daarbij de aandacht zo eerlijk mogelijk over man en vrouw.

Pas na een gezamenlijk gesprek op met telefoontjes, waarin man of vrouw nog 'even' wat dingen door wil geven. Voor men het weet, wordt men zo als ambtsdrager toch weer partij gemaakt.

d. *Spreek man en vrouw bij voorkeur samen*

Als regel is het verstandig gesprekken bij huwelijksproblemen zoveel mogelijk met het echtpaar te houden. Een gesprek met één van beiden biedt wellicht meer informatie over de ander, maar heeft verschillende nadelen. Het gevaar bestaat dat er 'geheimen' worden verteld, waar niet met de ander over gesproken mag worden. In een volgend gesprek, met de andere partner, krijgt men weer van alles van de tegenovergestelde zijde te horen. Dit kan ertoe leiden dat men als ambtsdrager 'van het kastje naar de muur wordt gestuurd', zonder dat men veel verder komt. Gesprekken met beiden bieden verschillende voordelen: men ziet wat er onderling gebeurt en kan daar ook op inhaken, het bevordert een optimale openheid, het helpt partijvorming te voorkomen en er kunnen gezamenlijk afspraken worden gemaakt.

In een latere fase kan het goed zijn met man en vrouw een keer apart te spreken. Doe het dan zeker met elk van beiden en spreek af dat er geen geheimen over tafel gaan die in een gezamenlijk gesprek niet aan de orde kunnen komen.

e. *Blijf gespreksleider*

De ambtsdrager leidt het gesprek. Hij bepaalt welke zaken aan de orde komen en wanneer het gesprek wordt afgerond. Hij zorgt ervoor dat man en vrouw zich beiden uit kunnen spreken. Hij laat niet toe dat ze elkaar voortdurend in de rede vallen en maakt daarover zonedig afspraken. Hij verdeelt de aandacht zo eerlijk mogelijk over man en vrouw.

f. *Verzamel informatie*

Het is belangrijk te weten welke zaken er spelen. Pas op voor snelle adviezen en goedkope oplossingen. Al zijn de geboden oplossingen nog zo bijbels, eerst moet duidelijk zijn wat er aan de hand is. Stel daarom zoveel mogelijk open vragen. Hoe is de voorgeschiedenis? Wanneer zijn problemen ontstaan? Wie ervaart welke problemen? Hoe vaak doen deze problemen zich voor? Wat zou men graag anders zien? Wat is er allemaal al geprobeerd? Is er nog gebed met en voor elkaar? Hoe staat het met de bereidheid om aan verandering te werken?

Neem niet te snel genoegen met antwoorden. Dit is voor de informatie van de ambtsdrager belangrijk, maar is ook een uiting van betrokkenheid. Vraag gericht door en laat mensen concreet antwoorden. Zeker als er over en weer vertrouwen is, kan men op een goed moment ook een intieme zaak als seksualiteit aan de orde stellen.

g. *Houd contact*

Laat het niet blijven bij een enkel bezoek, dat wordt afgesloten met enkele adviezen. Onderhoud het contact. Maak afspraken met het echtpaar over wat man en vrouw van elkaar mogen verwachten. Waar willen zij de komende tijd aandacht aan geven? Wat willen ze veranderen? Waarvoor zullen zij zich inzetten? Wat zullen ze niet en wat juist wel doen? Maak als ambtsdrager een afspraak voor een vervolgesprek en kom altijd terug op de tijdens het gesprek overeengekomen afspraken.

h. *Niet meer houden van*

Echtparen geven soms te kennen dat ze niet meer van elkaar

houden. Dit kan het gevoel geven dat er een soort patstelling ontstaat. Immers, zo wordt dan wel gezegd, als de liefde ontbreekt, is er geen basis meer om verder te gaan en zich in te zetten. Dat is echter een misvatting. Het gevoel van liefde is gelukkig niet de basis van het huwelijk. De basis van het bijbelse huwelijk is gefundeerd op trouw. Vandaar dat we het hebben over trouw-en en een trouw-verbond. En trouw is wat anders dan een gevoel van liefde of nog beter: de kern van de bijbelse liefde is trouw. Op die basis is het altijd zinvol zich in te zetten voor herstel van het huwelijk. Sterker: vanwege die basis, inzet en de zegen van de Heere kan het gevoel van liefde weer terugkeren. Die verwachting mag tijdens het gesprek als stimulans worden ingebracht.

i. Aandacht voor de kinderen (of voor de ouders)

Kinderen, vooral die thuis wonen, hebben het ook moeilijk wanneer de ouders huwelijksproblemen hebben. Het gevaar is dat alle aandacht gericht is op de ouders, terwijl de overige gezinsleden tussen wal en schip vallen. Jonge kinderen ervaren de thuissituatie vaak als onveilig en bedreigend. Oudere kinderen voelen zich vaak (te) verantwoordelijk en daardoor schuldig. Soms gaan ze de deur uit en op kamers wonen of beginnen om die reden elders een studie. Alleen met de bedoeling om thuis weg te zijn. Niet eens altijd een onverstandige beslissing, want kinderen kunnen het huwelijk van hun ouders niet repareren.

Als het gaat om een echtpaar waarvan de ouders in de gemeente leven, kan het ook goed zijn om aan hun nood en verdriet aandacht te geven.

j. Maak aantekeningen

Maak bij thuiskomst aantekeningen van het gesprek. Men kan niet alles onthouden en een samenvatting van de gesprekken, en zeker van de gemaakte afspraken, is van belang bij vervolggelgesprekken en eventueel voor rapportage binnen de kerkeraad. Indien blijkt dat tuchtmaatregelen genomen moeten worden, kan het van belang zijn dat een partij zijn/ haar verhaal onderschrijft en ondertekent. Er hoeft dan geen verwarring te ontstaan over wat wel en niet gezegd is.

k. *Verwijs zonodig*

Als regel is het goed bij ernstige huwelijksmoeilijkheden te verwijzen naar de hulpverlening. Meestal ontbreekt het de ambtsdragers aan tijd en deskundigheid om een langdurig begeleidingstraject te gaan. Leg dit uit aan het echtpaar en bespreek de procedure en de mogelijkheden bij een verwijzing.

Informeer eventueel vooraf bij de hulpverlening of er een wachtlijst is en wat de procedure van aanmelding is. Vertel het echtpaar wat men kan verwachten. Wees reëel in de verwachtingen die het echtpaar worden voorgehouden. Wek niet de indruk dat daar binnen de kortste keren alle problemen worden opgelost. Ook daar is motivatie en inzet erg belangrijk.

Probeer zowel man als vrouw te motiveren. Het komt voor dat de man of de vrouw (meestal de man) niet bereid is om hulp te vragen. Terwijl het juist zo belangrijk is dat ze beiden komen. Het is nooit goed iemand onder druk te zetten om hulp te vragen. Blijf wel stimuleren en betrek daar eventueel anderen bij, bijvoorbeeld een vertrouwd familielid, die de noodzaak kan onderstrepen.

l. *Onderhoud contact*

Verwijzen vanuit het pastoraat naar de hulpverlening betekent niet dat er nu helemaal geen contact meer is met het pastoraat. Men kan als ambtsdrager, zij het met een wat lagere frequentie, het ambtelijk contact onderhouden.

m. *Het Woord en het gebed*

Specifiek aan het ambtelijk contact is o.a. dat aan het wordt afgesloten met het lezen van een bijbelgedeelte en gebed. Waak ervoor om in het gebed te 'vertellen' wat de visie is op het probleem. Gebruik een gebed zeker niet om een van de twee of beiden eens goed de les te lezen. Als dit al moet gebeuren, hoort dit thuis in het gesprek en niet in het gebed. In het gebed mag wel verwachting doorklinken, omdat God wonderen kan werken.

n. Tijdelijk apart wonen?

Bij hoog oplopende spanningen kan het nodig zijn dat man en vrouw tijdelijk niet onder één dak wonen. Zeker als er sprake is van een ernstige bedreiging. Neem zulke signalen altijd serieus. Anderzijds is het goed niet te snel te zijn met dit apart wonen. De opluchting is vaak zo groot, dat de weg terug als onbegaanbaar en ongewenst wordt beleefd.

Literatuur

- G.J. van Aalst, *Waar liefde woont*, Houten 2002.
- J. van Bruggen, *Het huwelijk gewogen / 1 Korinthe 7*, Amsterdam 1979.
- P. Eikelboom, A. Elshout, R. van Kooten, T. Vogelaar, *Samen het huwelijk in*, Leiden 1992.
- H. van Groningen, *Jongeren naar het huwelijk*, Brochure uitgegeven bij Stichting de Vluchtheuvel, Woerden 1997.
- H. van Groningen, *Liefde en liefde is twee*, Leiden 1994.
- J. Hoek en A.B.F. Hoek-van Kooten, *Man en vrouw in Gods weg. Een praktische handreiking voor huwelijk en seksualiteit*, Goudriaan 1989.
- R. van Kooten, *Gij zult niet echtbreken (deel 1 en 2). Het zevende gebod*, Houten 1993.
- J.H. Mauritz e.a., *Over liefde gesproken*, Uitgave van de Jeugdbond van de Gereformeerde Gemeenten, Woerden 1993.
- Deborah Tannen, *Je begrijpt me gewoon niet. Hoe vrouwen en mannen met elkaar praten*, Amsterdam 1991.
- W.H. Velema, *Bouwen aan je huwelijk. Handreiking voor een (groeps)gesprek*, 's-Gravenhage 1989.
- Nico van der Voet, *Waarom moet ik altijd helpen?*, Zoetermeer 1992.
- L.M. Vreugdenhil, *Ik beloof je trouw*, Zoetermeer 1992.
- Deputaatschap DMZ (red.), *Huwelijk en huwelijksontwrichting, Ambtsdragers conferenties 1989 en 1998*. Woerden 1998.