

Ze laat steken vallen

Herfst. Bladeren vallen van de bomen. Storm Amy blaast om het huis. Een uitgelezen moment om lekker onder een dekentje te kruipen met een boek. Of breipennen.

Mijn collega breit graag. Vol trots liet ze me haar nieuwe trui met een ingewikkeld patroon zien. Ze vertelde dat ze bewust steken had laten vallen.

De trui was prachtig. Mijn hoofd inmiddels elders. Ik vroeg mij af of de uitspraak 'steken laten vallen' hier vandaan komt. Want waar dat bij breien blijkbaar soms het idee is, ken ik veel mensen die ontzettend hun best doen om juist géén steken te laten vallen.

Hanneke is één van die mensen. Ze heeft er een dagtaak aan om haar gezin met drie schoolgaande kinderen in goede banen te leiden, en dan is dat nog niet eens haar betaalde baan... Haar man Paolo doet zijn uiterste best haar hierbij te helpen, alleen voert hij de taken elke keer nét niet zo uit, als Hanneke graag ziet. Daarom heeft zij besloten het zelf maar te doen.

Het resulteert erin dat zij het huishouden op zich neemt, de boodschappen doet, de kinderen aankleedt in de ochtend, kookt en ook de vaatwasser in- en uitruimt. Paolo hobbelt geregeld wat bedremmeld achter haar aan, klaar om iets bij te dragen. Hanneke wijst hem telkens vriendelijk, maar beslist af. 'Laat maar even, ik doe het wel.'

De laatste tijd laat het ijzeren geheugen van Hanneke haar wat in de steek. Ze was vergeten om dochter Floor naar een kinderfeestje te brengen en op het werk had ze een belangrijke vergadering met een grote klant helemaal over het hoofd gezien. Kortom: ze

liet steken vallen en dat maakte haar ongerust. Ze bedacht een complex systeem van lijstjes en controlemiddelen op de lijstjes, in dat hoop dat het niet weer zou gebeuren.

Om van het knagende gevoel af te komen, ging ze, toen iedereen in bed lag, alles nog één keer checken. Het maakte dat ze later naar bed ging, slechter sliep, en zich nog vermoeider voelde. Dit wakkerde het gevoel dat er iets niet klopte verder aan, wat ze poogde te bezweren met meer lijstjes en meer controleren.

Hanneke was op. In de behandeling laadt ze langzaam op, door niet direct op haar onrust te reageren en ook de controlerondjes voor het slapengaan over te slaan.

Ze leert dat wanneer ze steken laat vallen, per ongeluk en soms zelfs expres, de wereld niet vergaat. Dit brengt haar ruimte om te genieten van de verwarde bol wol die het gezinsleven kan zijn. En dat het juist dat onregelmatige steekje is, wat het patroon karakter geeft...



Froukje Jackson en Irma van Steijn zijn beiden GZ-psycholoog bij Maarsingh & van Steijn. Froukje in Groningen en Irma in Leeuwarden. Zij schrijven om en om een wekelijkse geanonimiseerde column over wat zij meemaken in o.a. de spreekkamer. E-mail: f.jackson@maarsinghenvansteijn.nl of i.vansteijn@maarsinghenvansteijn.nl.