**Thuis anders dan bij de buren**

Stel dat uw familieleden, collega’s en vrienden konden vertellen wat ze van u vinden, zouden ze dan hetzelfde verhaal vertellen?’t Is voor u te hopen dat de mensen min of meer hetzelfde positieve beeld van u hebben. Dat betekent namelijk dat u een herkenbare, stabiele persoonlijkheid bent en dat ze u nog aardig vinden ook.

Soms is iemand echter een ander mens afhankelijk van de omgeving waarin hij verkeert. Dat kan met name verdrietig zijn voor het thuisfront. Bij de baas is iemand onderdanig. Thuis is dezelfde man heerszuchtig. Tussen de vriendinnen is iemand gezellig, thuis is dezelfde vrouw chagrijnig. In de kerk is iemand pastoraal maar in zijn eigen gezin heeft hij met niemand een open contact. Bij de buren is iemand behulpzaam. Thuis blijven de klusjes liggen. Op zijn werk is iemand een manager die de ganse dag sociaal doet. Thuis leeft hij teruggetrokken in zijn hobby- of werkkamer. U kunt het dan meemaken dat iemand zegt: ‘Jouw moeder is toch zo’n fijne vrouw!’ En dat u dan denkt: ‘Dat is mooi, maar ik heb daar nooit zoveel van gemerkt!’

We weten het van schoolgaande kinderen. Sommige kinderen zijn thuis lastig en op school zijn het prima jongens en meisjes. We vergeten dat bij volwassenen ook dat soort tegenstellingen blijven voorkomen. We denken er niet aan omdat we onze collega’s vertrouwen. We gaan bovendien niet informeren hoe ze thuis zijn.

Nu zijn er uiteraard gradaties. Een man kan buiten de deur beschaafd zijn en binnenshuis nogal lomp doen. Daar valt wel mee te leven, al zullen vrouw en kinderen er wel eens over zuchten. Een man kan buitenshuis ook een fantastische collega zijn en thuis vrouw of kinderen mishandelen. Daar valt niet mee te leven, al proberen veel gezinsleden dit soms jarenlang vol te houden. Denk aan verborgen alcoholisme, denk aan incestsituaties. Soms zijn de daders daarvan zelfs mannen van aanzien. De slachtoffers kennen de andere kant van dezelfde persoon.

Wat zullen we hiervan zeggen? Om te beginnen is het normaal dat we thuis iets anders kunnen zijn dan in de contacten buitenshuis. Thuis durven we onszelf te zijn. Thuis is immers veilig. Buitenshuis krikken we ons soms een beetje op. Dat gaat meestal vanzelf. We moeten er wel op letten dat de kloof niet te groot wordt. Dat kan namelijk een oorzaak hebben waar iets aan gedaan moet worden. Gezinsleden hebben dat eerder door dan wijzelf. Een dreigende burn-out kan van vriendelijk werknemers thuis agressieve kerels maken. Als de kloof tussen ons leven buitenshuis en binnenshuis langdurig én ernstig is, kunnen grote problemen uit ons eigen leven daarvan de oorzaak zijn, trauma’s of stoornissen. Dan hebben we gewoon hulp nodig voordat we grote schade toebrengen. Meestal willen we dat dan echter niet inzien.

Dat laatste is een goede graadmeter. Ik draai het even om. Als het een partner of ouder betreft, is er meestal met hem samen te leven als hij zelf inziet dat er iets mis is en hij of zij eventueel hulp nodig heeft. Een vrouw die zelf betreurt dat ze thuis anders is dan elders en daarover communiceert, stelt zich open op. Je kunt kritiek op haar hebben. Je kunt soms nog om haar lachen. Als die vrouw woedend wordt van kritiek en nooit om zichzelf kan lachen en beslist niet aan hulp wil denken, wordt het lastig samenleven.

Wat te doen in dat laatste geval? Niet zwijgen maar praten. Eerst thuis. Als dat niet helpt, dan daar buiten. Dat is een dappere keuze. Welke echtgenoot of echtgenote en welke kinderen vertellen makkelijk aan anderen dat hun man of vrouw of vader of moeder thuis zo anders is dan de mensen denken? Toch zeg ik: neem iemand in vertrouwen, een vriendin, een pastor, een hulpverlener. Die kan meedenken of u de situatie goed beoordeelt. Een buitenstaander kan de situatie meestal niet veranderen maar wel ondersteuning bieden zodat u er beter mee kunt omgaan. Een buitenstaander kan ook helpen bepalen waar grenzen liggen van wat nog acceptabel is.