

**Gemis van kinderen drijft  
vaders tot zelfmoord**

**KANKER  
AAN JE ZIEL**

'Vooral als ze weer op vrijersvoeten zijn denken mannen voornamelijk aan hun eigen belang. Vinden ze het leuker om in het weekend hun nieuwe vriendin over de vloer te hebben. Af en toe moeten de eigen behoeften op een wat lager pitje worden gezet om de afspraken na te komen' (dr. Ed Spruijt, Universiteit Utrecht).

'Het zou goed zijn als we in Nederland ook met z'n allen vinden dat de uitgave voor kinderalimentatie belangrijker is dan de rente op een lening voor een grotere auto. In geen enkel ander land wordt bij het vaststellen van de alimentatie zoveel rekening gehouden met de uitgaven en schulden van de ex-partner. .... De berekening van de alimentatie is zo gedetailleerd en complex dat soms wordt vastgesteld dat de man geen draagkracht heeft. Of hij betaalt slechts een laag bedrag'. (Staatssecretaris emancipatie Annelies Verstand)

Zomaar twee citaten van prominente Nederlanders; de minachting voor gescheiden vaders druipt er af. Je snapt eigenlijk niet waarom driekwart van de scheidingen door vrouwen wordt geïnitieerd in plaats van door mannen. Want hun wacht immers een leven van sex & drugs & rock & roll? Eindelijk zonder die zeurende vrouw en die lawaaiige kinderen. En de huishoudportemonnee helemaal voor jezelf natuurlijk. Dat is het beeld dat veel mensen hebben—en dat beeld klopt niet.

Aan het begin van dit jaar jubelde de overheid in een persbericht dat het aantal verkeersdoden in 2001 voor het eerst beneden de 1000 was gekomen! Dat goede nieuws contrasteert nogal met de 1500 zelfmoorden in dat jaar (999 mannen en 501 vrouwen). Een derde van deze zelfmoordenaars was gescheiden en dat is relatief veel.



Is er reden om te denken dat deze mensen zelfmoord plegen als uitloper van hun scheiding? En speelt het verlies van de kinderen daarbij een rol? En kan dat iemand eigenlijk wat schelen?

De discussie over de gevolgen van een scheiding loopt niet zelden vast op de vraag: willen vaders na een scheiding überhaupt wel contact met hun kinderen? De één kent een vader die na zijn scheiding zijn kinderen compleet liet barsten en de ander kent iemand die zijn kinderen nooit meer mocht 'zien'. Allebei de types bestaan natuurlijk, maar welke komt vaker voor? In het grote onderzoeksprogramma 'Scheiding in Nederland'<sup>1</sup> is een poging gedaan deze vraag te beantwoorden en daaruit blijkt dat meer dan een derde van alle onderzochte gescheiden vaders (38%) ontevreden is over de omgangsregeling. Die 38% staat omgerekend voor circa 7000 vaders die er ieder jaar bijkomen. Een kwart heeft hierover conflicten gehad met zijn ex en dat conflict eventueel via de rechter uitgevochten.

Daartegenover staat dat 25% van de onderzochte moeders vindt dat er te *weinig* contact bestaat tussen de vaders en de kinderen. Zijn dit de vaders die na een scheiding hun kinderen in de steek laten? Verderop in dit artikel ga ik daar nader op in, nu eerst één van de conclusies van deze onderzoekers: *'Onder de vaders die hun kinderen nooit zien, zijn er niet veel tevreden met die situatie. Het idee van de vader die zijn kinderen zonder veel moeite loslaat lijkt dus niet te kloppen'*.

*(Vervolg op pagina 6)*

Inhoud	
Kanker aan je ziel .....	1
Cliënt aan het woord .....	2
Zonnige toekomst Platform SCJF .....	3
Samenwerken tegen Kinder mishandeling .....	4
Wordt Paulus paradoxaal toegewezen? .....	13
Actie: NEE tegen bijt-advocaten! .....	14
Succesvolle dag van de jeugdzorg ...	15
SCJF-Kiosk .....	16

Foto Frank Viergever

(Vervolg van pagina 1)

'...Niet tevreden...? Toen ik bovenstaande wat beschroomde conclusie voor het eerst las dacht ik 'eindelijk komt er wat begrip voor het feit dat ook vaders hun kinderen kunnen missen', maar nu na het lezen van een hele vracht literatuur kan ik niet anders dan concluderen dat dit een *understatement* van de eerste orde is.

'Gescheiden vaders lijden. Een scheiding betekent voor veel mannen een verreikende levenscrisis die zich zowel in de gezondheid als het beroepsleven manifesteert'. Dat zegt de Duitse hoogleraar Gerhard Amendt van het Institut für Geschlechter- und Generationenforschung aan de Universiteit van Bremen<sup>2</sup>. In de afgelopen twee jaar ondervroeg hij 2100 vaders via het internet over hun privé- en beroepssituatie na hun scheiding. 'De resultaten van dit onderzoek weerspreken het cliché van de *emotioneel onafhankelijke* man of van de vader die zijn verantwoordelijkheden probeert te ontlopen'.

Bijna driekwart van de geïnterviewden (71%) spreekt van een aantasting van de eigenwaarde en heeft moeite het leven zin te geven. 76% van de mannen noemt effecten op de gezondheid. Vooral psychische maar ook lichamelijke. Bij 34% zijn de psychische problemen van lange duur en bij 9% zijn dat de lichamelijke problemen.

De onderzoekers vonden een verband tussen de arbeidsprestaties en de psychische problemen die ze privé ondergingen. 11% was ontslagen (vooral vaders met een laag opleidingsniveau) en 20% had ander werk. Bij een andere vraag gaf 37% van de mannen aan zich niet meer voor hun werk te interesseren, 33% stort zich daar juist in.

Er is tegenwoordig veel aandacht voor de manier waarop mannen met emoties omgaan. Dat schijnt niet goed te gaan: mannen uiten hun emoties niet, communiceren te weinig en menigeen vindt dat dat moet veranderen. Als reden waarom ze hun man verlaten zeggen vrouwen vaak: 'omdat hij nooit communiceerde', een recent onderzoek meldt dat slechts 4% van de kinderen met hun vader gaat praten als er een probleem is. Vrouwen doen dat kortom allemaal veel beter.

Ongetwijfeld zijn er mannen die hun gevoelens voor zich houden omdat ze geleerd hebben 'een man mag niet huilen', maar als je de media mag geloven is de tijd nog nooit zo goed geweest voor een man om zijn emoties te uiten, om af en toe eens lekker te janken. Toe maar, heel goed juist!

## Wie mannen wil ontmoeten die hun emoties uiten moet in de vaderbeweging actief worden.

Wie mannen wil ontmoeten die hun emoties uiten moet in de 'vaderbeweging' actief worden. Hier ritselt het van de vaders die op iedere vergadering luidkeels, al dan niet schreeuwend of in tranen, vertellen hoe ze door hun ex-vrouw, door de kinderbescherming, door de rechtspraak worden weggehouden bij hun kinderen.

De meeste toehoorders kunnen niet anders dan meevoelen met zoveel ellende.... maar niet te lang. Al snel slaat de irritatie toe. Wat een verzuurde kerel is die gescheiden vader eigenlijk, hij kan geen normaal gesprek meer voeren, hij loopt maar te snieren en te kankeren. Het is misschien wel heel erg wat hem is overkomen, maar aangenaam gezelschap is hij niet. En zo dunt al ras de vriendenkring uit en vereenzaamt de man. Dat je verdriet hebt is tot daar aan toe, maar leer eens wat sympathieker huilen!

**Guy Vandenberghe (1952-'89)**

**Afkomstig uit een harmonisch en positief gezin. Studeerde o.m. in Harvard. Al jong: hoogleeraar in de rechten in Gent, later ook aan de VU in Amsterdam. Woonde in de buurt van Gent. Getrouwd, drie kinderen. Vrouw had goede baan bij een bank, het huwelijk was slecht.**

Op een avond keerde V. terug van college geven in Amsterdam en vond het huis leeg: vrouw met kinderen en inboedel ervandoor naar haar ouderlijk huis in Laken. V. stelde scheiding voor in onderlinge overeenstemming maar vrouw weigerde en koerste aan op een 'schuldrechtscheiding' in haar voordeel.

Dit is een scheiding zoals men die in België (en vele andere landen) kent waarin men bewijst dat de ander de schuld draagt aan de scheiding: door gewelddadigheid, veelvuldige misdragingen zoals dronkenschap of - meestal - huwelijksbedrog. De schuld van de ander levert een alimentatierecht op. In Nederland is dat niet nodig omdat de minder verdienende (lees: de vrouw) daar sinds de afschaffing van het schuldbeginsel in 1971 altijd een alimentatierecht heeft. In de Belgische situatie komt dit erop neer dat de echtelieden wel jarenlang gescheiden leven

## Involuntary child absence syndrome

De New Yorkse psychiater John Jacobs concludeerde begin 80-er jaren<sup>3</sup> dat deze vaders hulp behoeven. Hij sprak over het '*involuntary child absence syndrome*', het gedrag dat iemand ten toon spreidt als hij het contact met zijn of haar kinderen ongewild verliest (of er bang voor is dat dat gebeurt). Deze mensen lijden aan depressies, maar meer nog aan angststoornissen en woedeaanvallen, zo constateerde hij. Een scheiding verhoogt bij een man de kans om in een psychiatrische inrichting opgenomen te worden met een factor 9, bij vrouwen met een factor 3.

Jacobs citeert diverse onderzoekers die zich hadden verdiept in de problematiek van de gescheiden vader en keer op keer kwamen vergelijkbare verhalen naar boven. Gescheiden vaders voelen zich schuldig, depressief en stellen zich nogal provocatief op naar andere mensen. Ze zijn somber en verdrietig en vechten tegen hun rol als buiten spel gezette vader.

Jacobs: 'Veel verloren het contact met vrienden. Afspraakjes en losse seksuele contacten waren frequent in het eerste jaar, maar twee jaar na de scheiding

maar dat het huwelijk op papier blijft voortbestaan totdat één van de twee de schuld van de ander bewijst.

Maar omdat V. geen verhouding met een andere vrouw had, moest er in dit geval een ander soort schuld geconstrueerd worden. Onder het mom van een poging tot verzoening nodigden zijn schoonouders hem uit voor een weekje vakantie in Oostenrijk. Daar begon de schoonvader ruzie door V. zijn autosleutels te ontfutselelen, V. wilde die weer teruggrissen waarop een handgemeen volgde. Schoonfamilie en kennissen stonden echter planmatig verdekt opgesteld, V. werd meteen in Oostenrijk aangeklaagd wegens geweldpleging en op hun getuigenissen veroordeeld.

Het bezoekerrecht bij de drie kinderen werd toch al vaak bemoeilijkt door een schoonmoeder die zich opdrong maar nu zeiden zijn kinderen openlijk: "Papa, jij moet in het gevang - nu mag je nog komen maar straks mag je niet meer komen".

V. heeft met zijn kinderen nog sinterklaasavond gevierd en zich daarna thuis, als een signaal, door verbranding het leven benomen.

In een afscheidsbrief aan zijn vrouw vroeg V. haar de kinderen in ieder geval "contact met hun grootmoeder toe te

Op 1e kerstdag 2001 heeft een gescheiden vader van 27 jaar, genaamd Sudeh, zelfmoord gepleegd. Ik kende hem via Internet, hij kwam uit de Randstad. Ik heb hem nooit persoonlijk ontmoet. Hij schreef al langere tijd op een forum op Internet dat hij zelfmoord wilde plegen. Hij was gescheiden en had een dochtertje van ongeveer 4 jaar oud. Hij mocht haar zo nu en dan zien maar miste haar verschrikkelijk. Hij had zijn huis vol staan met foto's van haar zoals hij me schreef. Op een gegeven moment mailde hij me ook een foto van zijn dochtertje. Om zelfmoord te kunnen plegen heeft hij contact opgenomen met NVVE. (=Nederlandse Vereniging voor Vrijwillige Euthanasie) Zij hebben hem uiteindelijk geadviseerd hoe hij dat het beste zou kunnen doen. De pillen die hij nodig had om er een eind aan te maken bestelde hij via Internet. Hij pleegde weloverwogen zelfmoord.

Verder heeft in augustus 1996 een neef van mij zichzelf opgehangen. Hij kon zijn echtscheiding niet aan. Omdat ik zelf in die tijd nog niet gescheiden was ben ik me toen niet goed bewust geweest van wat zich precies heeft afgespeeld. Later begreep ik wel dat hij al langere tijd het zwarte schaap van de familie was wat door zijn scheiding alleen nog maar erger werd. Voordat hij zichzelf van het leven beroofde heeft hij een briefje bij het politiebureau in de bus gestopt, ik neem aan om de politie op voorhand te waarschuwen dat zijn eigen familie niet bij hem zou uitkomen. (Thieu Berkers)

klaagden deze mannen dat ze hun gezinnen misten, dat ze hun wortels kwijt waren, het spoor bijster. De meeste vaders verlangden naar intieme liefhebberende stabiele heteroseksuele relaties. Ze voelden zich diep verbonden met hun kinderen, ook al hadden ze zich tijdens het huwelijk tamelijk traditioneel opgesteld en het leeuwendeel van de zorg aan de vrouwen overgelaten. Veel vaders waren ervan overtuigd dat het slecht voor hun kinderen zou zijn als hij uit hun leven zou verdwijnen'.

Uit andere onderzoeken zou blijken dat vaders die wel een regelmatig contact met hun kinderen hadden, veel minder last hadden van dit 'syndroom'.

Jacobs warme pleidooi voor meer aandacht voor dit Involuntary child absence syndrome wordt 15 jaar later pas opgevolgd als in 2000 enkele Australische onderzoekers rapporteren over hun onderzoek van een groep van 56 gescheiden mannen<sup>4</sup>. Hun studie is een bevestiging van het werk van Jacobs. Gescheiden mannen zijn depressiever dan ge-

trouwe mannen, het syndroom houdt langdurig aan. Gescheiden mannen die niet hertrouwen ervaren ook nog veel lichamelijke klachten. De mannen voelen zich onder controle van hun ex staan, en noemen het verlies van het contact met hun kinderen het ergste wat hun na de scheiding is overkomen. Een van de vaders noemde dit gemis: 'kanker aan je ziel'. Er is ook wel geopperd dat gescheiden vaders lijden aan een 'post-traumatische stress stoornis'.

### Wat heeft een bezoeksregeling met vaderschap te maken?

In het al eerder genoemde onderzoek van Kalmijn en de Graaf<sup>1</sup> zegt 25% van de onderzochte moeders dat ze vinden dat er te *weinig* contact bestaat tussen de vaders en de kinderen. Zijn dit de vaders die hun kinderen na een scheiding laten barsten? En waarom doen ze dat dan?

Ondergetekende kent een vader – een dominee die het medegezag heeft – die zijn kinderen slechts af en toe thuis bij de moeder mag opzoeken. De moeder gaat dan in diezelfde kamer staan strijken. Als zijn zoon dan vraagt: 'Wanneer mag ik nu eens bij je langs komen papa?', antwoordt moeder snel: 'Nu nog niet schatje, papa heeft het veel te druk'. Maar papa heeft het helemaal niet druk, hij heeft zijn baan opgezegd, hij voelt zich niet meer in staat om te preken. Hij vraagt zich af of hij met deze bezoeken door moet gaan, het doet hem verschrikkelijk pijn en hij heeft niet het idee dat zijn zoon er iets beter van wordt.

De Canadese onderzoeker Edward Kruk van de University of British Columbia verdiepte zich in de motieven van deze vaders die met hun omgangsregeling waren gestopt<sup>5</sup>. Hij zegt dat als vaders na een scheiding de contacten met hun kinderen verbreken ze dat doen omdat ze vinden dat een bezoeksregeling niets te maken heeft met 'echt vaderschap'. Je kinderen 'zien' zonder dat je op enigerlei wijze aan hun opvoeding kunt bijdragen onderstreept alleen maar extra dat je uit hun leven bent geschrapt. Er zijn vaders die dat niet volhouden. Ze hebben het over de emotionele pijn die het bezoek ze doet, en de kunstmatige atmosfeer waarin het plaatsvindt. 'Voor de grote meerderheid van vaders die de voogdij over hun kinderen kwijt raakten na een scheiding zijn de traditionele omgangsregelingen volstrekt inadequaat', zo zegt Kruk en hij doelt daarmee ook op regelingen die ruimer zijn dan die van de hierboven beschreven dominee.

Andere onderzoekers vonden hetzelfde. John Jacobs: 'Het doordringende gevoel

### Just Boomer

1942-'92

Geboren in Voorburg. Componist en muzikleraar, getrouwd met Ans Buijk. Twee zoontjes. Scheiding, Kinderen bij de moeder.

Leerde een andere vrouw kennen met wie hij in 1986 hertrouwde. Maar daarvoor al hield zijn ex-vrouw steeds meer de kinderen van hem weg. Boomer verviel in depressies.

Werd opgenomen in de inrichting Duin en Bosch in Castricum. Na een tijdje weer ontslagen. Toestand werd er niet beter op.

Op 4 september 1992 benam Boomer zich het leven door in Beverwijk van een hoog flatgebouw te springen.



Edward Kruk met zoon.

van het verlies van hun kinderen was het grootste probleem dat deze vaders na hun scheiding tegenkwamen. Twee jaar na de scheiding hadden deze vaders de frequentie van de bezoeken aan hun kinderen verminderd in een poging hun eigen ongelukkige gevoel te verminderen. Niettemin bleven ze een groot gevoel van eenzaamheid voelen – ook nadat ze hertrouwd waren'.

70% van de scheidingen wordt door de vrouw geïnitieerd, en heel vaak komt deze voor de man als een donderslag bij heldere hemel. Het verlies van de kinderen komt dan extra hard aan.

Vaders, zegt Kruk, maken na een scheiding een proces door dat vergelijkbaar is met het rouwproces na het overlijden van een kind. Daarbij onderscheidt men diverse stadia, van ongelof, verzet, woede tot, uiteindelijk, acceptatie. Er zijn echter nogal wat vaders die dat laatste stadium van acceptatie nooit bereiken en ook vele jaren na hun scheiding nog depressief zijn. 'Velen spreken van een overstelpend gevoel van verlies en eenzaamheid en zeggen dat hun leven compleet overhoop is gehaald, uitsluitend en alleen door het verlies van hun kinde-

ren'. Van de door hem onderzochte groep vaders had 61% psychische problemen waaronder neiging tot zelfmoord. Kruk: 'Hoe intenser de relatie tussen vader en kind was, des te complexer het rouwproces wordt en des te groter de kans op een slechte afloop daarvan'.

Kruk presenteert zich op zijn website enthousiast met zijn zoon op schoot en is duidelijk geen voorstander van het hebben van een weinig betrokken relatie met zijn kinderen. Niettemin constateert hij dat juist de tijdens het huwelijk minder betrokken vaders na de scheiding een tamelijk intense relatie ontwikkelen.

Ook de aan het begin van dit artikel genoemde Duitse hoogleraar Amendt is er van overtuigd dat het vooral het gemis van de kinderen is dat de mannen zo ongelukkig maakt (over zelfmoord laat hij zich niet uit). "Bij vele mannen", zegt Amendt, "wordt het gevoel verstoord een familieverband te hebben en als vader erkend te worden. Steeds meer vaders strijden ervoor dat hun het vaderschap na een scheiding niet uit handen geslagen wordt, maar dat lukt niet altijd en dat betekent een grote belasting voor de getroffen". De negatieve effecten op de gezondheid gaan sneller voorbij als de desbetreffende vader een goede omgang met zijn kinderen heeft. Vaders met een hoger opleidingsniveau zouden de problemen overigens sneller verwerken.

### Depressies

Na scheiding is nogal eens sprake van een depressie, zowel bij mannen als bij vrouwen. Volgens de Belgische onderzoeker Piet Bracke<sup>6</sup> komen deze depressies bij vrouwen zelfs meer voor dan bij mannen, volgens hem ondermeer omdat mannen vaker en sneller hertrouwen na een scheiding. 'Dit betekent dat, zelfs in de veronderstelling dat mannen gevoeliger zouden zijn voor de socio-emotionele gevolgen van echtbreuk, de realiteit zo is dat deze situatie weinig kans krijgt zich te manifesteren', zo zegt hij. Bracke heeft het niet op gescheiden vaders, zoveel is wel duidelijk. Maar vreemder is dat hij, net als sommige collega-onderzoekers, over de gevolgen van

scheidingen spreekt zonder daarin de arrangementen met betrekking tot de kinderen te betrekken. Natuurlijk kunnen onderzoekers niet met alle factoren uit een mensenleven rekening houden, maar wie ooit kinderen heeft gehad weet dat er een dramatisch verschil is tussen een bestaan met en zonder. Daarvoor hoeft je geen scheiding te hebben meegemaakt, een geboorte is voldoende. Iedereen weet dat bij een echtscheiding veel vaders pogen een plaatsje in het leven van hun kinderen te behouden, maar toch heeft Bracke het alleen over de 'kinderlast' die *niet* op de vaders drukt en 'Tenslotte blijken gescheiden vrouwen een disproportioneel deel van het onderhoud en de zorg voor de kinderen op zich te nemen'.

Professor Margaret Brinig van de Universiteit van Iowa onderzocht een groep van 13000 mensen (getrouwd en gescheiden door elkaar) en vond een zeer significant verband tussen depressies onder vaders en het feit of ze contact met hun kinderen hadden<sup>7</sup>. Bij vrouwen kon ze dat verband niet vinden omdat er te weinig vrouwen waren die de voogdij (letterlijke vertaling van 'custody' in Nederland vervangen door 'gezag' en of 'verzorging') waren kwijtgeraakt om een verantwoorde conclusie te kunnen trekken.

Brinig wijst er op dat vrouwen de kwaliteit van een huwelijk belangrijker vinden dan mannen. Als een vrouw haar huwelijk slecht vindt, dan is dat een onheilspellend teken voor een naderende scheiding. Bij mannen is dat niet zo, die zouden de kwaliteit van een huwelijk minder belangrijk vinden dan het positieve oordeel van de maatschappij dat ze überhaupt getrouwd zijn, een huwelijk met kinderen geeft hun status, maakt hun een complete man.

De depressies verklaart Brinig door te zeggen dat mannen bij een scheiding op twee manieren het vertrouwen verliezen, ten eerste van de moeder van de kinderen, maar ook van de maatschappij die, via de rechter, de man niet meer in zijn vaderrol vertrouwt. De man is dan totaal mislukt. Brinig sluit expliciet niet uit dat de vaders hun kinderen ook gewoon kunnen missen.

Eerder had Brinig al laten zien dat vrouwen het huwelijk vooral verlaten vanwege de zekerheid dat ze de kinderen behouden. Als vrouwen daar wat minder zeker van zouden zijn zouden ze wellicht ook wat minder snel concluderen dat de relatie te weinig kwaliteit zou hebben. De redenen die worden aangevoerd voor een scheiding zijn soms van een verbaazingwekkende lichtheid, zeker tegen de

achtergrond van de gruwelen die menig- een daarna ervaart.

Het probleem bij deze onderzoeken blijft dat bij het vragen naar depressieve klachten het oude fenomeen dat vrouwen graag praten (en klagen?) en mannen vaak zwijgen (en stoer doen?) een rol speelt. Ook is wel gezegd dat artsen bij vrouwen eerder depressieve klachten herkennen dan bij mannen. Misschien is het zo dat vrouwen na scheiding meer depressies hebben dan mannen, maar hoe rijm je zoiets dan met het feit dat mannen veel meer zelfmoord plegen, vaak het eindpunt van een depressie. Bracke zwijgt er over.

### Zelfmoord

Al aan het eind van de 19e eeuw concludeerde de Franse onderzoeker Durkheim, één van de grondleggers van de sociologie, dat getrouwde mannen veel minder zelfmoord plegen dan alleenstaande mannen (gescheiden, weduwnaar of nooit getrouwd). Recent onderzoek heeft dat bevestigd.

Een van de onderzoekers die op dit gebied naam gemaakt heeft is de Californische hoogleraar Augustine J. Kposowa (UC Riverside). Hij onderzoekt enorme databestanden (zoals van alle overleden mensen in de USA in een bepaalde periode), en dat is belangrijk want grotere onderzoeksgroepen geven betrouwbaarder resultaten dan kleine. In één studie<sup>8</sup> bestond de totale onderzoeksgroep uit 203437 blanke mannen waarvan er na een periode van vijf jaar 216 zelfmoord hadden gepleegd. Gescheiden mannen bleken een 2.65 keer zo hoog risico op zelfmoord te hebben als getrouwde mannen. Overigens concentreert dit risico zich vooral in de stad, het platteland is beduidend minder gevaarlijk, en vooral bij oudere mannen. Alleenstaanden en weduwnaars hadden geen verhoogd risico op zelfmoord, hetgeen suggereert dat dit niet het gevolg is van alleen wonen ('die mannen kunnen niet voor zichzelf zorgen'), maar van iets dat specifiek voor scheiden geldt. Over verschillen in zelfmoordcijfers tussen getrouwde en gescheiden vrouwen kon Kposowa hier niets zeggen. Er was weliswaar een vergelijkbaar bestand van vrouwen, maar daarvan hadden er te weinig zelfmoord gepleegd om een zinnige analyse mogelijk te maken.

In een andere studie<sup>9</sup> onder bijna een half miljoen mensen (471922) vond Kposowa vergelijkbare cijfers: een man die scheidt verhoogt daarmee zijn risico op zelfmoord met meer dan een factor twee, bij vrouwen verandert een scheiding niets aan hun risico op zelfmoord, dat blijft laag. Vrouwen plegen natuurlijk

Margaret Brinig



wel zelfmoord, maar de enige mogelijke factoren die Kposowa daarvoor kon vinden waren werkloosheid en leeftijd (oudere vrouwen plegen meer zelfmoord), maar eigenlijk was het aantal vrouwelijke zelfmoorden te laag om er statistisch verantwoorde conclusies aan te verbinden.

In Australië onderscheidde onderzoeker Chris Cantor<sup>10</sup> de fase van het fysiek uit elkaar gaan – de scheiding van tafel en bed – en de fase van het wettelijk gescheiden. In Nederland wordt dat onderscheid zelden gemaakt. In de eerste – ongetwijfeld dramatische en conflictueuze – fase was bij gescheiden mannen het zelfmoordcijfer 6.2 maal zo hoog als bij getrouwde mannen en 18 maal zo hoog als bij gescheiden vrouwen. Bij vrouwen werd geen verhoging van de kans op zelfmoord gevonden, hetgeen niet erg verbazingwekkend is aangezien driekwart van de scheidingen door vrouwen wordt geïnitieerd.

Zijn de partners eenmaal wettelijk gescheiden dan hebben in Cantors onder-

zoek zowel mannen als vrouwen een drie maal zo hoog risico op zelfmoord als getrouwde mannen en vrouwen. Bij vrouwen blijft dat risico overigens een stuk lager dan bij mannen.

### Nederland

Tegenover de 1500 geslaagde zelfmoorden in Nederland stonden in 1998 9234 mislukte pogingen die in ieder geval resulteerden in een ziekenhuisopname. Overheersen bij geslaagde zelfmoorden de mannen (in Nederland 2 keer zoveel), bij de pogingen is het omgekeerd: tegenover iedere poging van een man om zelfmoord te plegen staan er 2 van een vrouw<sup>11</sup>. Het lijkt alsof vooral voor vrouwen geldt wat de Gentse hoogleraar en zelfmoordspecialist Cees van Heeringen zegt, dat een zelfmoordpoging meestal niet bedoeld is om te slagen maar vooral gezien moet worden als een signaal dat iemand in grote nood verkeert. Mannen geven minder signalen, doen veel minder pogingen, maar als ze dat doen, dan is de kans dus veel groter dan deze slaagt. Grof berekend zou bij mannen 1



Augustine Kposowa

op de 4 pogingen slagen en bij vrouwen 1 op de 13.

In Nederland heeft vooral mevrouw dr. Inez Joung van de Erasmus Universiteit

## Totale troosteloosheid: gevoelens van gescheiden vaders

'(...) je bent weg van je kinderen en je vrouw, en zij zitten in een eengezinswoning, in een hen vertrouwde omgeving, en je vrouw heeft de kinderen (of ze nu vervelend zijn of een bron van geluk), maar het zijn mensen die om elkaar geven. Zij zijn met zijn drieën en jij bent de geïsoleerde. Dat is de absolute troosteloosheid, je kunt je niet voorstellen, degene die de kinderen heeft kan zich niet voorstellen hoe geïsoleerd iemand zich voelt als zijn gezin er niet meer is. Ik denk dat dat de grootste tragedie van al is. Iemand mag zeggen 'het is erg moeilijk', maar als je dat gedurende drie of vier jaar meemaakt is het echt een zwaar kruis om te dragen' (Een vader met een bezoekregeling).

'Voor wat betreft vaders door-maken, ik las een boek van Elizabeth Kuebler-Ross over de vijf stadia van het doodgaan, en ik merkte dat ik door de zelfde stadia heen ging: ongelof, boosheid, verdriet – ik heb wat afgehuild – en daarna afstand nemen, acceptatie. Nu, doodgaan is een stress-situatie, maar het uiteenvallen van een gezin kan een soort van doodgaan zijn, net zo stressvol.

Sommige mensen zullen verdomd blij zijn, opgelucht na een scheiding, maar voor anderen kan het de meest stressvolle gebeurtenis uit hun leven zijn. (Vader met een omgangsregeling).

'Je komt in een soort routine, een bepaalde manier van gezinsleven die je zeer op prijs stelt. Het is onmogelijk je aan te passen als dat veel voor je betekend heeft en je raakt het ineens kwijt. Ik zou de scheiding hebben geaccepteerd als het alleen om mijn vrouw ging, maar het feit dat er een kind is maakt het onmogelijk. Het is een totale omwenteling, het verlies van mijn zoon betekent dat ik alles in het leven heb verloren. Een soort levenslange gevangenisstraf'. (Vader die geen contact met zijn kind meer heeft).

'Het is heel heel moeilijk voor mij. Ik loop voortdurend rond in een wolk. Het heeft alles voor me kapot gemaakt, mijn werk, mijn persoonlijke leven – het was alles, mijn hele bestaan. Oh God, het heeft een leegte achtergelaten, een verdriet'.

'...Ik ben veel tijd kwijt met denken over hoe het had kunnen

zijn, ik denk over hun en wat ze aan het doen zijn, misschien samen. Het is heel verdrietig, het heeft me emotioneel heel erg te pakken genomen. Mijn leven is een heel andere richting op gegaan – niet één die ik wilde – en als ik de kans zou hebben zou ik graag mijn oude leven terug hebben. Ik had een relatie met mijn kinderen en die is ineens beëindigd – alsof ik een stuk van mijn lichaam kwijt ben'.

'Ik denk dat het rampzalig voor de vader is, want als die vader echt van zijn kinderen houdt dan wil hij de kinderen verzorgen en opvoeden en bij een bezoekregeling doe je dat niet. Vaders moeten weten dat ze de kinderen een thuis kunnen bieden. Alleen uitstapjes maken en de kinderen bezoeken heeft niets met de vaderrol te maken, zoiets doet een vriend en kinderen hebben van een vader meer nodig dan dat-ie een vriend is'.

'Het is een enorm gevoel van frustratie, een groot gevoel van verlies als je zo weinig aan de levens van de kinderen kunt bijdragen. Je mist de fase van het opgroeien. Allerlei dagelijkse dingen die bij het normale

gezinsleven behoren, op de hoogte zijn van de vooruitgang op school, hun vriendjes, wat ze interesseert, wat ze lekker vinden. Al dat soort dingen zijn onderdeel van een relatie met je kinderen en opeens zijn die er niet meer. En er is dan ook heel weinig meer waarop je een relatie met je kinderen kunt baseren'.

'Ik voel me verpletterd als ik hem naar huis moet brengen. Een weekend is niet genoeg. Ik heb het gevoel dat ik hem verlaat als ik hem terug breng, alsof ik hem voortdurend aan het verwonden ben. Maar ik doe dit niet omdat ik het wil, maar omdat ik het moet'.

'Het had een verwoestend effect op mij. Ik moest me aan het feit aanpassen dat ik echt twee zoons had, maar dat die niet meer dicht bij me waren. Als ze kwamen dan waren we ook echt samen, maar de pijn begon echt als ze weer weg moesten. Dat gevoel heeft me nooit verlaten. Iedere keer als ik 'tot ziens' tegen de jongens moest zeggen dan voelden ze zich gemarteld en in verwarring. Ik vind het allemaal zo droevig'. (Vertaalde citaten uit ref 5.)

zich verdiept in de relatie tussen burgerlijke staat en gezondheid. In haar promotie onderzoek<sup>12</sup> berekent ze de risico's op het overlijden aan allerlei oorzaken (kanker, hart- en vaatziekten, ongevallen, moord, zelfmoord enz.) en legt verbandingen met de burgerlijke staat. Gescheiden mannen blijken het in haar onderzoek op heel veel vlakken slechter te doen: ze hebben een slechtere gezondheid en sterven ook eerder aan tal van oorzaken, waaronder zelfmoord. Gescheiden mannen blijken 5 maal zo vaak zelfmoord te plegen als getrouwde mannen, maar mevrouw Joung vindt ook bij vrouwen een forse verhoging van bijna 4 maal. Een verklaring voor deze in vergelijking met het buitenland hogere zelfmoordcijfers van gescheiden vrouwen heb ik niet gevonden. Weliswaar wijst mevrouw Joung er op dat veel gescheiden vrouwen in financieel kommerkelijke omstandigheden verkeren, maar het lijkt nogal in tegenspraak met allerlei andere studies dat moeders met kinderen zelfmoord zouden plegen. Voorstelbaar is—maar mevrouw Joung heeft niet gekeken naar de rol van kinderen—dat het hier vooral vrouwen betreft die geen kinderen hebben. Cijfers van het CBS<sup>11</sup> lijken dat te bevestigen 77,7% van de gescheiden vrouwen die zelfmoord plegen hadden geen kinderen, en dat zouden er per jaar ongeveer 130 zijn. De resterende 22,3% bestond dus uit 37 gescheiden vrouwen met kinderen die zelfmoord plegen.

Bij mannen is 62,2% (161) van de gescheiden zelfmoordenaars kinderloos. De resterende 37,8% betreft 98 gescheiden vaders met kinderen die jaarlijks

*Zelfmoord van gescheiden mannen en vrouwen, met en zonder kinderen, op basis van<sup>11</sup>*

	Mannen	Vrouwen
Kinderloos	161 (62,2%)	130(77,7%)
Met kinderen	98 (37,8%)	37(22,3%)

*Percentage van totaal aantal zelfmoorden*  
Mannen: 98 van de 999 (9,8%)  
Vrouwen 37 van de 501 (7,38 %)

zelfmoord plegen (Deze cijfers hebben betrekking op 1996 en 1997)

Mevrouw Joung heeft ook antwoord gegeven op een andere belangrijke vraag: zijn getrouwde mensen gezonder dan ongetrouwde/gescheiden mensen omdat het huwelijk een bepaalde gezondheidsbevorderende werking heeft (iedere dag warm eten, een partner om bij uit te huielen enz.), een fenomeen wat *sociale causatie* wordt genoemd, of treden alleen gezonde mensen met elkaar in het huwelijk – zoals in de 'natuur' gebruikelijk is – dit fenomeen wordt *selectie* genoemd. En hier, met zelfmoord: plegen gescheidenen meer zelfmoord omdat ze het huwelijk zo missen, of is hun huwelijk mislukt omdat ze suïcidaal waren? Mevrouw Joung vond aanwijzingen voor beide. 'Ongezonde gehuwden bleken een grotere scheidingskans te hebben dan gezonde gehuwden. Gehuwde personen met twee of meer chronische aandoeningen hadden een twee keer zo grote kans op een echtscheiding dan gehuwden zonder chronische aandoeningen. Deze resultaten tonen overtuigend aan dat selectie op gezondheid een rol speelt bij echtscheidingen'. Maar mevrouw Joung vond ook bewijzen van hoe burgerlijke staat de gezondheid beïnvloedt. Dat gaat niet rechtstreeks, men wordt niet gezond van een huwelijksceremonie of ongezond door het bezoek aan de rechter, maar via tussenliggende factoren: het wegvallen van sociale netwerken, psychosociale stress, financiële problemen die alle voortvloeien uit de scheiding. En positief: gehuwden bleken vaker niet te roken en vaker een matig alcoholgebruik te hebben dan ongetrouwden.

### Verkeersslachtoffers of zelfmoordenaars?

We begonnen dit stukje met de constatering dat er meer doden door zelfmoord vallen dan in het verkeer. Er is reden om te denken dat het aantal zelfmoorden daarbij wordt onderschat omdat er eigenlijk ook een aantal verkeersdoden bij opgeteld zou moeten worden: dat waren

mogelijk ook zelfmoordpogingen.

Dr. Kposowa deed daar onderzoek naar<sup>13</sup>. Hij kon uiteraard de overledene niets vragen maar wel een aantal kenmerken van het slachtoffer verzamelen: ras, huwelijkse staat, leeftijd, alcoholgebruik, enzovoort, en dan analyseren of er wellicht verbanden te leggen zijn. Kposowa had de beschikking over een databestand met deze gegevens van de 38.000 mensen die in 1992 bij een verkeersongeluk in de V.S. om het leven waren gekomen.

Gescheiden mannen bleken 25% meer kans op een auto-ongeluk te hebben dan getrouwde mannen, bij gescheiden vrouwen werd dit effect niet gevonden. Om het even in perspectief te zetten: het drinken van 3 glazen alcohol verhoogt je kans op een auto-ongeluk met 50%.

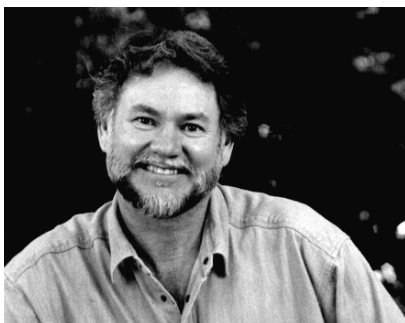
Je kunt je voorstellen dat een gescheiden man eerder de fles aan de lippen zet, en daardoor eerder bij een auto-ongeluk betrokken raakt. Dat is wellicht zo, maar moderne statistische methoden maken het mogelijk de factoren alcoholgebruik en echtscheiding van elkaar te onderscheiden, met andere woorden: het was geen toeval, maar een gevolg van hun scheiding dat gescheiden mannen een grotere kans op een ongeval hebben. Kposowa speculeert: 'De stress, de sociale isolatie en de desorientatie die een scheiding veroorzaakt kan de besluitvorming achter het stuur in negatieve zin beïnvloeden en zo de kans op ongelukken vergroten'. Hij is er echter ook van overtuigd dat een onbekend maar aanzienlijk deel van de auto-ongelukken in feite geslaagde zelfmoordpogingen zijn. Hij zet daarom vraagtekens bij de officiële zelfmoordstatistiek die hier geen rekening mee houden.

In dit verhaal hebben we diverse onderzoeken gepresenteerd waaruit blijkt dat gescheiden vaders dood-ongelukkig zijn over het verlies van hun kinderen, en ook dat gescheiden vaders vaker zelfmoord plegen, maar het definitieve bewijs dat gescheiden vaders ook zelf-

Een 'deadbeat' dad is in Engelstalige landen een vader die na zijn scheiding zijn kinderen niet meer wil zien en er ook niet voor wil betalen, althans—zo wil de beeldvorming. In werkelijkheid blijken deadbeat dads nauwelijks te bestaan. En de kleine groep die zijn alimentatie niet betaalt is of werkloos, of is geheel uit het leven van zijn kinderen gebannen, of beide. Op de illustratie een mevrouw die het woord voert namens een organisatie die zich ten doel heeft gesteld om deze klaploop-papa's op te sporen. Wat haar betreft mogen ze blijkaar zelfmoord plegen— eenmaal opgespoord blijkt de klaploop-papa nogal eens finaal aan de grond te zitten. Staatssecretaris Annelies Verstand (PvdA) en Leen van Dijke ( Christenunie) hebben signalen gegeven dat wat hun betreft in Nederland de jacht op klaploop-papa's is geopend.



moord plegen omdat ze hun kinderen zijn kwijtgeraakt is er (nog) niet. Dan zou je moeten onderzoeken of gescheiden *vaders* meer zelfmoord plegen dan gescheiden *mannen*. Kposowa heeft dat inmiddels gedaan, maar de resultaten zijn nog niet gepubliceerd. Via email meldt hij dat uit dit onderzoek het gemis van de kinderen duidelijk naar voren komt, het zijn vooral vaders met omgangsproblemen die zelfmoord plegen.



Warren Farrell

### Is zelfmoord egoïstisch?

In zijn boek 'The Myth of Male Power'<sup>14</sup> gaat Warren Farrell in op de vraag of zelfmoord niet een egoïstische daad is, je laat degenen die je nodig hebben en van je houden immers in de steek?

Farrell: 'Dat is waar, maar vooral voor vrouwen. Als een vrouw gaat scheiden 'krijgt' ze in 90% van de gevallen de kinderen. Iedere dag heeft ze contact met hen en merkt ze dat ze nodig is. In mijn gesprekken met duizenden mannen en vrouwen wier kennissen of vrienden zelfmoord hebben gepleegd heb ik gemerkt dat mensen waarvan echt gehouden wordt en die echt merken dat ze nodig zijn, zelden zelfmoord plegen. In contrast daarmee plegen mannen vaker zelfmoord als ze werkloos zijn of hun spaargeld in een economische depressie zijn kwijt geraakt, omdat ze dan het gevoel hebben dat ze door zichzelf om het leven te brengen de last (voor hun familie) wegnemen. Voor hen is de zelfmoord geen daad van egoïsme, maar van liefde – hij ontlast zijn geliefden. Zo

### Hoe depressief bent U?

Eén op de vijf Nederlanders krijgt minstens eens in het leven een depressie. U kunt lijden aan een depressie zonder te beseffen dat u ziek bent. In Nederland lijden per jaar circa 500.000 mensen aan een vorm van depressie. Nu heeft iedereen wel eens een dip, maar wanneer lijdt u aan de ziekte 'depressie'? Doe de test op het internet: [http://www.nfgv.nl/html/testen/main-depressietest\\_b.htm](http://www.nfgv.nl/html/testen/main-depressietest_b.htm)

zien ze het tenminste op dat moment. Als ze echter denken dat ze weer in staat zullen zijn om geld te verdienen – en geen last meer te zijn – blijven ze leven. Of als iemand hen daadwerkelijk overtuigt dat ze geen last zijn, ook al zijn ze werkloos, dan zullen ze willen blijven leven'.

'Als een vrouw boos is op een man omdat hij zelfmoord heeft gepleegd, dan neemt ze maar aan dat het egoïsme van zijn kant is, omdat het *wel* egoïsme van haar kant zou zijn, gegeven haar situatie (van geliefd zijn). Maar dat is doorgaans niet *zijn* positie. De enige echte oplossing voor zelfmoord van deze mannen is dat ze het gevoel krijgen dat ze als mens nodig zijn en niet als portemonnee. Als mannen het gevoel hebben dat ze alleen goed zijn voor het geld, dan plegen ze zelfmoord als het geld op is'. (Overigens kunnen mensen het gevoel 'een last' te zijn ook krijgen omdat hun mannelijke of vrouwelijke partner woedend reageert als blijkt dat ze een ernstige ziekte hebben).

### Wat moet er nu gebeuren?

Met het bovenstaande verhaal heb ik vooral willen laten zien dat onder gescheiden mannen het verdriet over het verlies van de kinderen heel groot is. Depressies en zelfmoord zijn daar goede indicatoren van. Zelfmoord wordt daarmee niet de belangrijkste doodsoorzaak van gescheiden mannen. In het

Een dorps tragedie die zich een jaar of tien-vijftien geleden afspeelde: aan het water van de Noord Aa in Zoeterwoude woont oom Aar, broer van mijn moeder, in het ouderlijk huis op een eilandje temidden van de schitterende natuur. De man woont er na zijn scheiding alleen en krijgt alle schuld van zijn ex. Zijn kinderen worden zodanig opgestookt, dat vrienden zich hun leed aantrekken en naar het eilandje in het afgelegen natuurgebied varen en de man met knuppels aflossen. Hij weet net op tijd door de bossen te vluchten, in een roeiboortje te stappen en zichzelf zo te redden.

Oom Aar vereenzaamt daarna. Raakt aan de drank en flink ook. Maakt ruzie met zijn omgeving die hem zienderogen achteruit ziet hollen. De man heeft nog slechts contact met één van zijn vijftien zussen en broers, tante Lies.

De burens aan de overkant van het water merken dat hij ziek is, zien hem enkele dagen niet meer. Buurman stuurt zijn zoon naar de overkant met een flesje biest, om hem te helpen aan te sterken. Die vindt hem, met de televisie nog aan, zittend in een stoel. Dood. Bleek zich te hebben doodgezoopen.

onderzoek van mevrouw Joung blijkt zelfmoord slechts 6% van de oversterfte onder gescheiden mannen te kunnen verklaren, hart- en vaatziekten nemen daarin 32% voor hun rekening en vormen dus een groter probleem. Maar die zelfmoorden vormen wel het topje van een ijsberg vol verdriet, depressies, dodelijke ziekten en andere levensbekortende narigheid. Gescheiden mannen zijn kortom een achtergestelde groep die meer aandacht verdient. Wat voor soort aandacht?

Primair is en blijft natuurlijk de handhaving van omgangsregelingen. De problemen worden veroorzaakt door het verlies van het contact met de kinderen en daar zit ook de oplossing.

Ondertussen zou het mooi zijn als de wetenschap wat meer aandacht voor gescheiden vaders zou hebben. De eerder aangehaalde psychiater Jacobs sniert dat die aandacht er zo weinig is omdat mannen alleen in het weekend en 's avonds bereikbaar zijn, en laat dan net de onderzoekers vrij hebben! In het hierboven gepresenteerde onderzoek van Kalmijn en De Graaf wordt geconstateerd dat de vaders die geen omgang hebben daarmee 'niet tevreden' zijn. Het zou kunnen zijn dat zo'n conclusie zo gematigd is omdat ze zo weinig contact met die gescheiden vaders hebben. In een andere publikatie<sup>15</sup> over hetzelfde project 'Scheiding in Nederland', zeggen de onderzoekers dat ze vooral moeite hadden met het bereiken van allestaande gescheiden mannen. Dat is natuurlijk niet alleen de onderzoekers te verwijten – die gescheiden mannen moeten wel meewerken anders worden ze nooit gehoord. Maar de Nijmeegse onderzoeker Paul de Graaf, één van de coördinatoren van 'Scheiding in Nederland', geeft telefonisch toe dat de gescheiden vader er qua onderzoeks-aandacht wel wat bekaaid afkomt.

Praatgroepen over hoe beroerd je je voelt na een scheiding zijn er wel eens geweest in Nederland. Men is daar mee gestopt ten faveure van vrouwenhulpverlening. Ik ken een aantal mannen die niettemin goede ervaringen hebben met dergelijke praatgroepen. Gescheiden vaders ervaren dikwijls een gebrek aan begrip en een soort publieke vijandigheid ten opzichte van hun gevoelens van verlies. Wie wel eens een bijeenkomst van gescheiden vaders heeft bijgewoond realiseert zich dat er grote behoefte is aan een plek om je emoties te uiten.

Dr Edward Kruk vindt dat vaders zich meer moeten melden bij hulpverleners en therapeuten. Zo'n therapeut moet dan wel 'zijn best doen om het gebrek

aan emotionele uitingen bij de vader te doorbreken door te laten merken dat hij de gevoelens van de vader begrijpt, dat het normaal is om zulke heftige gevoelens te hebben, door zijn gevoel voor eigenwaarde te versterken en het gevoel bij de vader te bevestigen dat hij wel degelijk de ouder van een kind is'. Dat heeft Kruk wel mooi gezegd, maar zijn die hulpverleners er?

In het boek Ruimte voor mannen<sup>16</sup> staat een tweetal stukjes die je het idee geven dat je hulpverleners beter kunt mijden. De Nederlandse onderzoekster De Boer wijst er op dat mannelijke cliënten door hulpverleners op basis van 'een vrouwelijke norm beoordeeld worden en dat het behandelingsaanbod zodoende slecht aansluit op de manier waarop mannen hun problemen ervaren'. Verderop staat een geval beschreven waarbij een depressieve man, die volkomen onverwacht door zijn vrouw verlaten is, zich meldt bij de hulpverlening. Enkele hulpverleners blijken het nota bene voor de ex-partner op te nemen en kunnen zich wel voorstellen dat ze vertrokken was: hij werkte immers te hard en had dit moeten zien aankomen. Voor vrouwen zijn er tal van vormen van hulpverlening, maar een verzoek van de vaderbeweging voor een eigen vorm hiervan werd afgewezen omdat 'het hier maar om één aspect van ouderschap gaat'.

Enkele jaren terug rapporteerden de media uitgebreid over een aantal vaders die zichzelf en hun kinderen om het leven hadden gebracht. De overheid schrok en wilde verdere catastrofes voorkomen. "Toen kwamen ze bij mij terecht", vertelt Vincent Duindam van de Universiteit van Utrecht (aan het universiteitsblad Warande), en zo ontstond het Handboek voor Gescheiden Vaders<sup>17</sup> waarvan de bedoeling is 'de schade van een scheiding zoveel mogelijk te beperken'. Het boekje is in dit tijdschrift al vernietigend besproken, maar in het kader van dit verhaal plots weer actueel geworden. Ten behoeve van de promotie van dit 'preventieve' werkje liet Duindam – die ook vindt dat mannen hun gevoelens beter moeten leren uiten – journalisten noteren dat gescheiden vaders moesten *ophouden met zeuren*<sup>18</sup>.

Een dergelijk advies valt eerder te kwalificeren als het *aanzetten* tot zelfmoord dan het voorkomen ervan. Een potentiële zelfmoordenaar wil warmte en dat er naar hem of haar *geluisterd* wordt, op adviezen zit hij niet te wachten, en zeker niet van dit soort, zo valt te lezen op de website van *Befrienders*<sup>19</sup> – een organisatie die in 40 landen actief is in het kader van zelfmoordpreventie.

Theo Richel (theo@richel.org)

## Scheiding kost levensjaren

Gescheiden mannen hebben meer kanker, hart- en vaatziekten en andere ziektes, ze worden vaker vermoord en hebben een grotere kans op ongevallen, alles in vergelijking met getrouwde mannen. Hoeveel levensjaren kost een scheiding?

Iemand die jong scheidt heeft nog gelegenheid om weer te trouwen en zodoende de gezondheidsschade te beperken. Daarom is zijn levensverwachting één jaar korter dan die van een getrouwde man van 30.

Maar naarmate men op oudere leeftijd scheidt (of nog immer gescheiden blijft) wordt het verschil groter. De levensverwachting van een gescheiden man van 50 is vier jaar korter dan die van een getrouwde man van 50. Vergeleken met een gescheiden vrouw van 50 is zijn levensverwachting 5 jaar korter en vergeleken met een getrouwde vrouw zelfs 6 jaar korter<sup>20</sup>. Dit zijn uiteraard gemiddelden, sommigen zullen zo blij zijn dat hun huwelijk is afgelopen dat ze er levensjaren door winnen in plaats van verliezen, anderen over-

leven de gang naar de rechter wellicht niet eens. Het is jammer dat de cijfers geen uitsplitsing mogelijk maken naar vaders/ moeders met of zonder kinderen.

Dit effect van scheiding is internationaal: 'In alle landen overtreft de oversterfte van ongetrouwde mannen (ten opzichte van getrouwde) die van vrouwen ruimschoots. In de meeste landen hebben gescheiden mannen de hoogste sterftcijfers vergeleken met ongetrouwde, bestorven of getrouwde mannen. In de helft van de landen geldt dat ook voor de vrouwen.(...) bestorven en gescheiden personen tussen 20 en even in de 30 hebben de hoogste sterfte risico's, soms tien keer zo hoog als getrouwde mensen van dezelfde leeftijd'. En hoewel scheiden gebruikelijker is geworden zijn de sterfterisico's ervan toegevoegd, niet afgenomen<sup>21</sup>.

In de Verenigde Staten is berekend dat het effect van een scheiding neer zou komen op het dagelijks roken van een pakje sigaretten. Als je al een pakje per dag rookt, dan verdubbelt een scheiding dus je dosis

### Literatuur:

1. Gescheiden vaders en hun kinderen – een empirische analyse van voogdij en bezoekfrequentie. M. Kalmijn en P. de Graaf. Bevolking en gezin. Maart 2000
2. www.igg.uni-bremen.de/hauptseiten/start.html
3. Divorce and fatherhood: The struggle for parental identity, ed. by John W. Jacobs. American Psychiatric Press 1986
4. Involuntary Child Absence Syndrome and Depression in males after relationship breakdown. www.nuancejournal.com.au/documents/two/smitwang.pdf
5. Kruk, E. (1991) "The Grief Reaction of Noncustodial Fathers Subsequent to Divorce". Men's Studies Review 8 2, 17-21 Men's Studies Association..
6. Depressiviteit en de economische gevolgen van echtscheiding voor vrouwen en mannen. P. Bracke. Mens en Maatschappij, jrg 73 nr 3, 1998
7. I only want Trust: Norms Trust and Autonomy. Margaret Brinig and Steven Nock. <http://www.uiowa.edu/~mfb/awl/>
8. White male suicide in the United States: a multivariate individual level analysis. Augustine J. Kposowa, et.al. Social Forces(1995) sept 941.:315-323,
9. Marital status and suicide in the Natio-

**Kent U iemand die met zelfmoordgedachten rondloopt – of bent U dat zelf?**

**Zelfmoord is soms te voorkomen. Zie: [www.suicideinfo.org/dutch/](http://www.suicideinfo.org/dutch/)**

nal Longitudinal Mortality Study. A.J. Kposowa. Journal of Epidemiology and Community Health (2000) 54: 254-261

10. Marital breakdown, parenthood and suicide. Christopher H. Cantor and Penelope J. Slater. Journal of Family Studies, vol. 1 no 2 october pp 91-102, 1995

11. Zelfdoding in Nederland. J. Hoogenboezem en W.C. van den Berg. Maandstatistiek Bevolking 2000/04

12. Burgerlijke staat en gezondheid: Beschrijvende en verklarende studies. Inez Joung, Rotterdam 1996

13. Augustine J. Kposowa, Michele Adams. Applied Behavioral Science Review, Vol 6, nr 1, pp 69-91, 1998.

14. The Myth of Male Power. Warren Farrell. Simon & Schuster 1993

15. Oorzaken en gevolgen van echtscheiding: een landelijk onderzoek onder gehuwde en gescheiden mensen in Nederland. M.Kalmijn e.a. Sociale Wetenschappen 2001, nr 2

16. Ruimte voor Mannen. Vincent Duindam e.a. Van Gennep 1999

17. Handboek voor gescheiden vaders. Vincent Duindam, Marika Vroom. Van Gennep 2001.

18. Utrechts Nieuwsblad 11 mei, 2001

19. [www.suicideinfo.org/dutch/](http://www.suicideinfo.org/dutch/)

20. Gehuwden leven het langst. Andries de Jong. Maandstatistiek vd Bevolking, juni 2002

21. Mortality differentials by Marital status, an international comparison. Hu and Goldman. Demography 27:233-250).