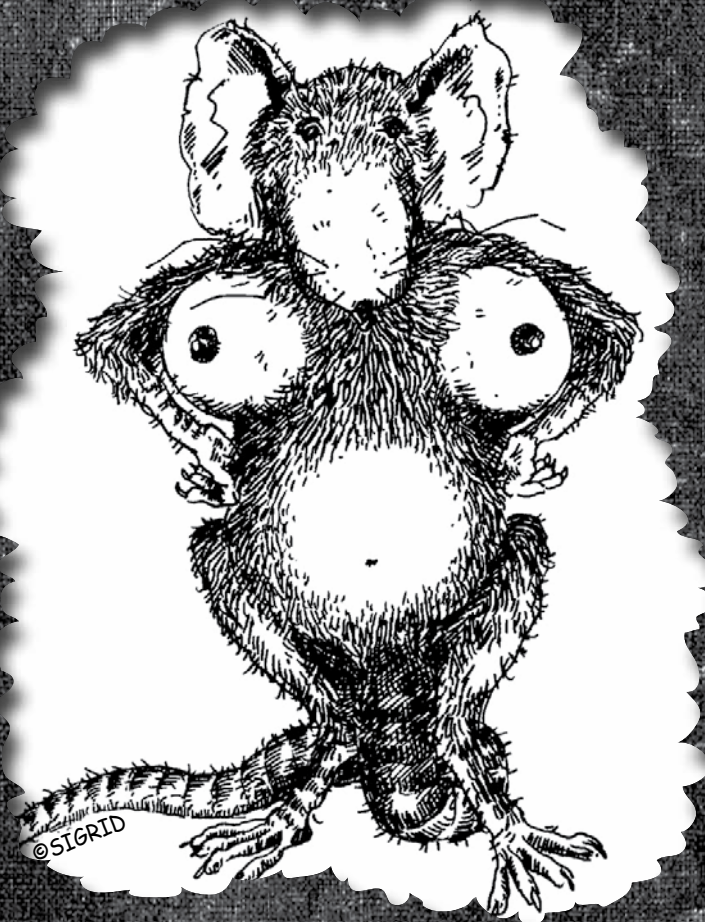




DE RATMOEDER

VERKORTE SAMENVATTING UIT: RATGEVALLEN - WWW.RATGEVALLEN.NL

De ratmoeder

(verkorte weergave uit het boek Ratgevallen, zie www.ratgevallen.nl, ontleend/geïnspireerd aan de lijst op www.daughtersofnarcissisticmothers.com en in het boek aangevuld met vele praktijkvoorbeelden.)

De rattige moeder is er eentje die gehuld is in talloze moeder-verschijningen. Iedereen in de omgeving van de narcistische moeder ziet een andere vrouw. Het ligt er maar net aan vanuit welke hoek je naar haar kijkt.

De ratmoeder is subtiel, geniepig en maakt het leven van haar kinderen tot een hel. Veel mensen snappen niet waarom kinderen als ze volwassen zijn radicaal breken met hun moeder. Vooral als de moeder ouder wordt, alleen komt te staan omdat de vader overleden is (doodgepest?), of als de ouders gescheiden zijn, wat nogal eens op vrij late leeftijd gebeurt. Als je een rattige moeder hebt (gehad) zal niemand je begrijpen, wat logisch is.

Soms kom je er pas heel laat in je leven achter dat je bent ‘opgevoed’ door een rattige moeder. Omdat je erover leest, of omdat je steeds terugkerende problemen opmerkt. Je kunt je gewapend hebben tegen je rattige ouder, maar het kan ook zijn dat zij een spoor van vernieling achterlaat tot ver na haar dood.

De gevolgen van een narcistische ouder, vooral de moeder, zijn voor haar kinderen verwoestend in ieder opzicht vooral tijdens de jeugd. Sommigen blijven ook als ze volwassen zijn zitten met zo’n ratmoeder die ze terroriseert. Die hun gezin probeert te verwoesten of minstens conflicten probeert te veroorzaken tussen jou en je partner.

Hieronder een opsomming van de eigenschappen van een rattige moeder. Het zijn de bekende narcistische kenmerken, echter dit keer heel geniepig verborgen achter ‘bezorgdheid’, drama’s en onbegrijpelijke conflicten waarvan je niet kunt terugvinden waar het nu eigenlijk begon.

Het gaat hier over geheime dingen. De destructieve narcistische ouder creëert een kind dat slechts bestaat als verlengstuk van haar zelf of als het mag. Het gaat over lichaamstaal, een blik, een zucht, een terloops handgebaar. Het gaat over misnoegde blikken die jij alleen ziet en niemand anders. Het gaat over de toon waarop gesproken wordt. Het is heel intiem en krachtig. Het is een deel van wie het kind is en zal worden. Het is iets wat over de dood heengaat...

Mama ontkent

Er is altijd een gemakkelijk excuus of een simpele uitleg. Wreedheden zijn verpakt in liefde. Agressie en geweld worden verpakt als bedachtzaamheid en nadenkendheid. Egoïstische manipulaties worden gezien als kadootjes. Kritiek en roddelen worden verpakt als bezorgdheid. Ze wil alleen maar het beste voor je. Ze wil je alleen maar helpen.

De subtiele en botte vernederingen van mama

Haar vernederingen bestaan meestal uit simpelweg vergelijken. Ze praat over hoe goed iemand anders is of wat

voor geweldigs ze heeft met een ander of hoezeer ze anderen waardeert. Het contrast, dat wordt overgelaten aan jou. Op die manier laat ze je merken dat er niks van en aan je deugt, zonder daar iets over te zeggen. Ze kan je plezier vergallen door de boze manier waarop ze je ermee feliciteert, waarbij ze door haar toon laat merken hoe geërgerd ze weer is, iets waar door niemand een vinger op te leggen is en je kunt het ook niemand vertellen want waar baseer je je op? Ze feliciteerde je toch? Of je vroeg haar mening hoe ze je nieuwe broek vond staan, waarbij je als antwoord kreeg ‘Nou fantastisch, hôr’ waarbij een smalend gezicht werd opgezet of ze keek niet eens want ze had je al zien aankomen, dus niet-kijken en een

mening hebben geeft aan dat je onbelangrijk bent voor haar.

Destructie gehuld in mama’s ‘liefdevolle zorg’

Ze kan je devalueren waar anderen bij zijn, maar dat verpakt ze altijd in vileine boodschappen en roddels als ware het bezorgdheid, liefde en zorg om en voor jou of middels het complimenteren van een ander voor een mindere prestatie dan die jij neergezet hebt. ‘Het spijt me zo voor arme Anne. Ze lijkt het altijd ontzettend moeilijk te hebben, ik weet echt niet wat ik voor haar kan doen zodat ze zich beter voelt’. Dit wordt dan gezegd waar jij bij bent. De consequentie van het gedrag van de rattige moeder is dat haar kinderen nooit door anderen geloofd worden. Die krijgen te horen: ‘Nou, ze is anders altijd heel bezorgd over je hoor, ze geeft echt om je’.

Helaas trappen therapeuten hier ook in, ze negeren de kinderen van de ratmoeder en ontkennen hun reacties in hun lust de (‘mede’) ouder te verdedigen, waarbij ze meegaan in de verdediging van de rattige ouder waardoor je isolement en hulpeloosheid als kind nog groter worden. ‘Ik weet zeker dat ze het zo niet bedoeld heeft’.

Jij zult eerder dan zij een etiket op je hoofd hebben met ‘borderline’, ‘moeilijk opvoedbaar’, ‘anti-autoritair’, ‘asociaal’, ‘moeilijk’.

Mama schendt grenzen

Je voelt je een verlengstuk van haar. Je eigendom wordt weggegeven zonder jouw toestemming, soms waar je zelf bij bent. Het eten wordt van je bord gegeten of aan anderen gegeven. Wat van jou is wordt je afgenomen, zonder dat je daar ooit de reden van te horen krijgt, het heeft gewoon nooit aan jou toebehoord of het is ineens niet voor jou of voor jou bedoeld.

Je tijd wordt ingedeeld zonder dat je iets gevraagd wordt, je mening wordt ook nooit gevraagd, die geeft zij wel voor jou in de plaats. Dito antwoorden op vragen die anderen je stellen, zij geeft de antwoorden voor je, ben je zelf helemaal niet voor nodig.

Als je vraagt om controle over je eigen leven, en opkomt voor je rechten, dan doe je ‘moeilijk’ en ben je ‘lastig’ en maakt ze je ‘afhankelijkheid’ van haar belachelijk.

Mama heeft favorieten en zondebokken

Rattige moeders kiezen doorgaans één (soms meer) favoriet kind om het prinsje of prinsesje te zijn en één (soms twee) als zondebok. De rattige moeder identificeert zich met het

prins(es)je en geeft het privileges zolang het doet wat ze wil. De hele familie moet onverdrotten zorgen voor het prins(es)je. De zondebok heeft zelf geen behoeften en moet ook zorgen voor het prins(es)je. Het koningskind kan niets fout doen. De zondebok is altijd fout. Dit creëert verdeeldheid onder de kinderen; eentje die enorm geïnvesteerd heeft in de moeder door wijs en fantastisch te zijn, en de andere(n) die haar haten. Deze verdeeldheid wordt in stand gehouden door de rattige moeder met leugens en openlijk oneerlijk en partij trekkend gedrag.

Mama ondermijnt

Je prestaties worden alleen erkend als zij zich ermee kan sieren, hoewel ook dat heel selectief. Elke prestatie die ze niet aan zichzelf kan toeschrijven wordt genegeerd of afgedaan als onbelangrijk. Elk moment dat jij in het middelpunt staat en er is geen mogelijkheid voor haar om in het middelpunt te staan van de belangstelling, zal ze deze situatie proberen te voorkomen. Of ze komt en vertrekt al snel, of ze doet alsof het niets voorstelt, of ze trekt de aandacht naar zichzelf toe, of ze laat kleine verwondende opmerkingen vallen over hoeveel beter een ander het deed, of dat wat je gepresteerd hebt eigenlijk niet veel voorstel.

Ze ondermijnt je door ruzie te provoceren of door onplezierig gedrag exact voordat je een prestatie moet leveren of daar net middenin zit.

Mama vernedert, kleineert, bekritiseert

Ze laat je op allerlei subtiele manieren merken dat ze minder over jou denkt dan over haar andere kinderen of andere mensen in het algemeen. Als je je beklagt over haar mishandelingen bij iemand anders, zal ze die persoon even apart nemen zelfs als ze de persoon helemaal niet kent. Die persoon op zich interesseert haar niets, ook niet de juistheid van je beklag, ze wil je gewoon 'eventjes' laten weten dat je nooit gelijk hebt. Nooit.

Ze spint webben die onmogelijk te weerleggen zijn door het generaliserende erin, en altijd op een 'zorgelijke' toon, dit in tegenstelling tot mannelijke ratten die doorgaans een verwijtende toon aanslaan, maar de boodschap komt op hetzelfde neer: jij bent niks waard!

'Je bent altijd al een moeilijk kind geweest', 'Het is heel moeilijk om van jou te houden', 'Je bent nooit in staat wat dan ook af te maken', 'Je bent heel moeilijk om mee te leven'

gevolgd door een kreun hoe zwaar ze het toch met je heeft (ogendraaien, zuchten), 'Je veroorzaakt altijd problemen', 'Iedereen vindt dat je niet deugt', 'De rest van de familie moet niks van je hebben' of 'Niemand zegt het tegen je, maar ze moeten je niet'. Het is maar dat je het weet.

Zoals altijd combineert ze kritiek met ontkenning.

Ze minimaliseert, negeert of doet anderszins afbreuk aan jouw mening en ervaringen. Je inzichten zijn voor haar onbelangrijk, ze is ongeïnteresseerd of ze veroordeelt, beschuldigt of denigreert je erom.

Mama zegt dat je 'gestoord' bent

Ze doet alsof je niet spoort, niet geestelijk gezond bent. Als je haar confronteert met iets wat ze gedaan heeft, zal ze tegen je zeggen 'jij hebt een levendige fantasie' (deze uitspraak wordt doorgaans door misbruikers van elk soort gebruikt om je ervaring van hun misbruik ongeldig te verklaren). Je hoort bij alles wat te maken heeft met een confrontatie op haar dat je 'gestoord' bent, 'fantasietjes' hebt etc.

Dit is gelijk aan mannelijke ratten. Je weet niet waar je het over hebt, of zij heeft geen idee waar jij het over hebt.

Ze zal zeggen dat ze niets weet en niets herinnert van dingen die zeer memorabel waren. Dit geldt ook voor dingen van nog geen 5 minuten geleden... Gewoon botweg iets ontkennen terwijl de bewijzen (ook met getuigen erbij) open en bloot liggen. Een rat ontkent altijd.

Als ze eenmaal haar fantasie over je mentale vermogens gepathologiseerd heeft zal ze anderen erover gaan vertellen. Ze presenteert dit altijd met bezorgdheid en zal daarbij haar hulpeloze slachtofferschap van jouw gekte benadrukken. Zij heeft niets gedaan. Ze had geen enkel idee waarom je zo redenloos kwaad bent op haar. Je hebt haar echt enorm gekwetst.

Mama is jaloers

Elke keer als je iets leuks krijgt of meemaakt is ze kwaad en jaloers en haar afgunst is zichtbaar als je iets waardeert, wat het ook is. Ze zal proberen het van je af te nemen, of het te verzieken, of hetzelfde voor zichzelf te doen of kopen maar dan beter. Ze is altijd bezig met dingen te krijgen die anderen hebben. De jaloezie van ratmoeders houdt ook vaak in dat ze seksueel de competitie aangaan met hun dochters, of schoondochters. De ratmoeder zal de vriendjes van haar dochter proberen te 'versieren', ze geeft ze extreem veel

aandacht daarmee de aandacht van het vriendje weghalend bij de dochter. Ze zal lachend zeggen: ik ben mrs. Robinson. Naar de film *The Graduate* met Dustin Hofman, waarin een pas afgestudeerde student een affaire heeft met een getrouwde oudere vrouw. Wat ze ook veelvuldig doet is haar dochter zwartmaken bij de vriend en later ook partner op exact de manier zoals beschreven is bij *Vernederen, kleineren en bekritisieren*. Als je de pech hebt een partner te hebben die hier volledig in meegaat als het hem uitkomt omdat je niet geheel toevallig aan een rat bent blijven hangen, dan heb je dus twee ratten tegenover je!

Mama is een leugenaar, ze liegt áltijd

Ze is een leugenaar in alle mogelijke manieren die je maar kunt bedenken. Elke keer dat ze praat over iets wat emotioneel belangrijk is, liegt ze gegarandeerd. Liegen is een manier voor haar om conflicten in relaties te veroorzaken en in de levens van mensen om haar heen. Ze liegt tegen hen over wat anderen gezegd hebben, wat ze gedaan hebben of hoe ze zich voelen. Ze liegt over haar eigen relatie met hen, over hun gedrag en over jouw situatie om haarzelf er beter op te zetten en jouw geloofwaardigheid te ondermijnen.

De ratmoeder of doorsnee vrouwelijke rat is altijd voorzichtig in de manier waarop ze liegt. Tegen buitenstaanders liegt ze bewust en opzettelijk, altijd op een manier dat het ontkend kan worden als ze geconfronteerd wordt met haar leugens. Ze verdraait wat je zegt en zal nooit weergeven wat je daadwerkelijk gezegd hebt. Ze voegt oneerlijke interpretaties toe aan wat je daadwerkelijk deed, jouw intenties zijn altijd negatief. Als ze recentelijk verwoestend bezig is geweest zal ze op voorhand liegen: ze liegt op voorhand om te ontkrachten wat je eventueel zou zeggen voordat je het gezegd hebt. Als je er dan over praat zal ze je onderbreken en zeggen 'Ik weet dat allang, dat is me al verteld', waarmee ze zichzelf rechtvaardigt door... te liegen. Omdat ze zo voorzichtig is met haar ontkenning, zal het heel moeilijk zijn haar op die leugen te pakken. Wat ook zo weerzinwekkend is aan een narcist(e) is dat haar vrienden zo ze die heeft, of de buurvrouwen, zich nooit realiseren hoe oneerlijk ze is.

Mama moet altijd in het middelpunt van de belangstelling staan

Dit is een standaard behoefte van narcisten en zeker van narcistische moeders voor wie hun kinderen bestaan als bronnen van aandacht en aanbidding. Ratmoeders willen dat er op hen gewacht wordt, en zullen aan hun kinderen vaak verzoekjes doen als 'terwijl je bezig bent met...', of iets dergelijks klinkends. Je krijgt niet een klusje toegewezen aan het begin van de week of de dag, maar in plaats daarvan moet je het direct doen, en best nog als het je niet uitkomt. Of je moet haar 'helpen' met onzichtbare klusjes, terwijl ze zelf bezig is met 'slavenarbeid' als jouw 'moeder' waarmee ze de aandacht trekt wat een goede moeder ze toch is. Een ratmoeder zal vreemde situaties creëren waardoor ze in het middelpunt van de belangstelling komt te staan, zoals enorme feesten geven voor kleine persoonlijke mijlpalen.

Oudere ratmoeders gebruiken vaak de natuurlijke beperkingen van het ouder worden om persoonlijke drama's te creëren, bijvoorbeeld door hun eigen gezondheid te negeren, of door dingen te doen die hen ziek maken. Dit maakt het mogelijk dat ze uitbetaald krijgen van wat ze in jouw 'training' geïnvesteerd hebben als kind door je te laten wachten op haar.

Mama manipuleert met emoties

Ze manipuleert je emoties om zichzelf met jouw pijn te voeden. Dit bijzonder zieke en bizarre gedrag komt voor bij de meeste ratmoeders, waardoor hun kinderen ze 'emotionele vampiers' noemen. Sommig voedsel roept ze op in de vorm van puur sadisme. Ze doet en zegt dingen alleen om te verwonden, of ze houdt zich bezig met het martelen van het kind door werkelijk altijd te pesten, vaak met dingen die bij jou gevoelig liggen. Dit al die tijd met een glimlach of een ik-kan-er-niets-aan-doen houding. Ze doordrenkt haar conversaties voortdurend met pijnlijk commentaar en kijkt dan verrukt naar de ontzetting op je gezicht. Je kunt het lachen in haar stem horen als ze je onder druk zet en triomfantelijk naar je kijkt. Even later kijkt ze met vermaak hoe overstuur ze je gemaakt heeft. Ze zal onderwerpen ter sprake brengen waarvan ze weet dat ze je beschamen of pijnlijk voor je zijn, en uittesten hoe je reageert door je reacties te observeren. Dit is emotioneel vampirisme in z'n puurste vorm. Ze voedt zich emotioneel met jouw pijn.

Mama is zelfzuchtig en eigenzinnig

Ze verzekert zich ervan altijd het beste van alles te hebben. Ze staat erop dat alles op haar manier gaat en ze zal daar ook meedogenloos en manipulatief voor zorgen, zelfs als ze iets wil wat de energie van het verkrijgen niet waard is, en ook als haar inspanningen ver voorbij normaal gedrag gaan. Ze steekt er enorm veel energie in iets te krijgen waarin je haar niet hebt gekend of hebt genegeerd, ook als het je volste recht was en ook als wat zij wil zelfzuchtig en onredelijk is. Kadootjes geven is een drama voor een ratmoeder als er niets voor haar tegenover staat zoals dat je een diploma gehaald hebt, je verjaardag of een feestdag dat men elkaar kadootjes geeft. Ze geeft je dingen die ze zelf niet meer nodig heeft of iets uit de grabbelbak bij een winkel wat ze ook voor zichzelf gekocht heeft. 'Ik dacht dat je mijn oude fiets wel kunt gebruiken, dan koop ik zelf een nieuwe'. 'Ik weet dat je Italiaans eten lekker vindt dus ik neem je mee naar mijn favoriete restaurant voor je verjaardag'. Ook een manier om je een rotgevoel te bezorgen is een kadootje voor je kopen, dat opzichtig neerleggen en als je vraagt wat dat pakje is te zeggen 'dat was voor jou bedoeld, maar je zult eerst moeten bewijzen dat je het verdient.'

Mama is nogal op zichzelf gericht

Wat zij voelt, nodig heeft en wil is belangrijk: dat is bij jou onbeduidend en ze zal tot het laatste moment wachten zich bezig te houden met de basisnoodzakelijkheden die je nodig hebt. Haar problemen moeten onmiddellijk je volle aandacht hebben; de jouwe worden aan de kant geveegd of je wordt genegeerd. Als je iets dwars zit en je wilt dat vertellen onderbreekt ze je en leidt het gesprek naar iets van haarzelf of wat haar bezighoudt. Ook gaat ze altijd over je heen, als je pijn hebt is haar pijn groter, als je verdriet hebt is haar verdriet groter, als je goed verdiend hebt heeft zij meer geld of ze vindt geld onbelangrijk. Altijd moet ze over je heen bieden. Als ze iets voor je doet word je daar voortdurend en tot in eeuwigheid aan herinnerd en ze zal er het tienvoudige voor terug eisen of dat domweg afdwingen. Ze klaagt voortdurend, zelfs als jouw situatie vele malen beroerder is dan de hare.

Mama is ziekelijk defensief

...en extreem overgevoelig voor welke kritiek dan ook, direct of indirect. Als je haar bekritiseert of uitdaagt of tart, zal ze exploderen in razernij, bedreigingen, woede, zal ze haar kind willen kapot maken, of wordt gewelddadig: slaan, opsluiten, ontzeggen van noodzakelijkheden, ontzeggen van pleziertjes.

Mama terroriseert

Voor alle misbruikers is angst een krachtig middel om het slachtoffer onder controle te houden, en de ratmoeder heeft je er nietsontziend op getraind. Ratten leren je dat je moet oppassen voor hun wraak, ook als ze zelf niet aanwezig zijn. Het enige alternatief is constant op eieren lopen. Als je haar altijd alles geeft wat ze wil, kan je gespaard worden. Als je dat niet doet, kun je straf verwachten. Zelfs volwassen kinderen van ratten voelen nog altijd de zorgvuldig ingeprunte angst en dreiging. Je ratmoeder kan het aanschakelen door een stilte of een blik dat het kind in je vertelt hoe ze het je betaald zal zetten. Niet alle ratten mishandelen fysiek, de meesten doen dat wel, vaak subtiel (knijpen of een tik geven bijvoorbeeld), maar meest nog op manieren die niet 'erg' genoeg zijn. Het maakt het ze mogelijk hun woede op je te bekoelen en tegelijkertijd om je te leren bang voor ze te zijn. Rattige moeders mishandelen je ook door ervoor te zorgen dat je voor jou belangrijke anderen verliest, of je niet te beschermen zoals een normale moeder dat wel zou doen. Partij trekken voor pestende andere kinderen in plaats van je te beschermen. Als je ruzie hebt met een ander staat zij als eerste klaar om je te veroordelen en te zeggen 'jij krijgt altijd met iedereen ruzie'.

Mama is infantiel en kleinzielig

Ratmoeders doen vaak domweg kinderlijk. Als je het weigert om door haar gemanipuleerd te worden iets te doen kan ze het op een huilen zetten en zeggen dat je niet van haar houdt want als je wel van haar gehouden had dan had je gedaan wat ze wilde. Als je haar gevoelens kwetst zal ze agressief klagen tegen je dat je wel spijt zult krijgen als ze dood is, dat je haar niet beter behandeld hebt. Deze kleuterachtige klachten en reacties mogen lachwekkend lijken, maar de rat is er bloedserius over. Toen je een kind was en haar vroeg te stoppen met slecht gedrag, verantwoordde ze dat door je te wijzen op iets wat je zelf deed wat voor haar vergelijkbaar was

of zelfs 'erger', alsof het gedrag van een kind te vergelijken is met het kinderlijke gedrag van een volwassene. 'Het je betaald zetten', maakt een groot deel uit van de manier waarop ze met je omgaat. Altijd zul je falen haar de aandacht, toewijding en zorg te geven waar ze vindt dat ze er recht op heeft, of dat je haar wensen genegeerd hebt, en dat zal ze je laten merken ook.

Mama is agressief en schaamteloos

Ze vraagt niet. Ze eist. Ze doet belachelijke verzoeken en ze zal werkelijk alles doen als ze denkt ermee weg te komen. De eisen die haar kinderen aan haar stellen worden op een agressieve manier gepareerd, net als de manier waarop ze kritiek uit op hen. Ze neemt nooit genoegen met 'nee', als antwoord, ze zal je duwen, je hand of arm omdraaien en manipuleren om te krijgen wat ze wil van haar kinderen.

Mama parentificeert

Ze heeft haar verantwoordelijkheden als ouder naar jou uitbesteed zodra dat mogelijk was. Ze onthield je medische zorg, afhankelijk van haar uitstraling naar buiten toe ook goede kleding, transportmiddelen en basiscomfort waar ze nooit over zou twifelen dat haar te onthouden. Je kreeg nooit een verjaarspartijtje, zo dat wel mocht gebeuren dat werd je voortdurend duidelijk gemaakt hoe belastend dat voor haar is, en ze zette je ook voor gek bij de andere kinderen zodra dat mogelijk was of stelde je opzettelijk achter bij spelletjes of het uitdelen van snoep. 'Eerst de andere kindjes, dan mag jij', je kreeg de kruimels als 'jarige' en nooit een prijsje want die waren voor de kinderen die verloren hadden, ook al had jij het niet slecht gedaan of zelfs gewonnen. Vriendjes mochten nooit blijven slapen, ze waren sowieso niet welkom thuis want dat was lastig en gaf rommel. Je ging studeren en moest je hoofd zelf boven water houden want je toelage was om net niet van dood te gaan. Collegegeld werd met moeite betaald of het werd je voorgeschoten wat als een royaal gebaar werd gepresenteerd. Met drie baantjes studeerde je je kapot en toen je je bul kreeg en later je eerste echte baan of je begon voor jezelf, kraaide ze 'ik ben zo blij dat je voor jezelf kunt zorgen'. Andersom kan in dit geval ook, het feit dat je flink zelf verdiende was slecht voor je opvoeding omdat je dan 'de waarde van geld' niet zou leren want je was al opgegroeid als kind van de rijke jaren zestig en zeventig...

Ze gaf je taken te doen die eigenlijk de hare waren als ouder,

die niet door een kind gedaan konden worden. Misschien ben je de primaire verzorger/ster geweest van je broertjes/zusjes of van een ouder die zelf niet in staat was voor zichzelf te zorgen. Je bent waarschijnlijk verantwoordelijk gemaakt voor excessieve huishoudelijke taken. Maar boven alles, was je altijd haar emotionele verzorger, en dat is de reden dat iedere vorm van ontrouw in die rol zulke enorme woede-uitbarstingen veroorzaakte. Het was je nooit toegestaan zelf behoeften te hebben, of je niet lekker te voelen of problemen te hebben. Die ervaringen waren alleen aan haar voorbehouden, en jij was ervoor verantwoordelijk het op te lossen voor haar.

Mama exploiteert

Ze zal manipuleren om voor niks aan werk, geld of spullen te komen die ze begeert omdat andere mensen ze hebben. Dit geldt ook voor haar kinderen. Als ze een bankrekening opent voor je, zal zij ook tekeningbevoegd zijn en het recht hebben het geld eraf te halen. Als jij er geld op stort, haalt zij het eraf. Ze kan je identiteit gestolen hebben. Als je een overeenkomst met haar hebt, wordt deze geschonden op het moment dat deze niet langer in haar behoeften voorziet. Als je het op durfde te brengen haar te houden aan de afspraak, werd je afgeserveerd en later gestraft, zodat je wist dat je haar niet moest tarten. Soms kan een rat haar kind gebruiken om de woede en straf van haar mishandelende partner die op haar gericht is op te vangen. De echtgenoot komt thuis in agressief dronken stemming. De moeder beklaagt zich onmiddellijk over het slechte gedrag van het kind, en de woede van de vader wordt naar het kind geleid. Soms gebruiken narcistische moeders het kind om een ziek huwelijk in stand te houden, omdat het alternatief scheiden en aan het werk moeten is. Het kind wordt seksueel misbruikt maar de moeder 'merkt' het nooit, of erger, ze zegt dat het kind een leugenares is wanneer ze haar moeder over het misbruik vertelt. Weer andere ratmoeders 'richten de vader af' dat hij je straft voor vergrijpen die zij aandraagt. Dat kan zover gaan dat als de ratmoeder een paar keer zucht of anderszins haar onvrede laat merken dat hij uit zichzelf al 'ingrijpt' en je op je duvel geeft. Zonder dat je iets fout hebt gedaan, alleen omdat mama sacherijng is en subtiel laat merken dat jij daar de schuld van hebt.

Mama projecteert

Projecteren is iets wat alle ratten doen. Projecteren betekent haar eigen slechte gedrag of karakter of eigenschappen aan jou toeschrijven zodat ze ze voor zichzelf kan ontkennen en jou ervoor straffen. Dit is heel moeilijk te zien en herkennen als je eigenschappen hebt waar ze zich op kán projecteren. Een rat met een eetprobleem, die geobsedeerd is door haar dochters gewicht, is aan het projecteren. De dochter zal dit zich niet realiseren omdat ze het het absurde lichaamsbeeld, van hyperdunne vrouwen, dat haar moeder op haar geprojecteerd heeft, reeds geabsorbeerd heeft. Dus ze accepteert haar moeders projectie. Een rattige moeder zal ook dingen projecteren die nergens op slaan. Dit doet ze als ze zich beschaamd voelt en de behoefte heeft dit op haar zondebok af te reageren. Daarom kunnen aanvallen uit het niets komen. Bijvoorbeeld: de moeder doet een buitensporig idioot verzoek, en jij weigert het haar haar gang te laten gaan. Dan is ze woedend door je weigering en ze sneert je toe dat je hier later wel op terug zult komen als je gekalmeerd bent en niet langer hysterisch. Lees deze regel nog eens een keer, zie je de projectie?

Mama is nooit fout in wat dan ook

Het maakt niet uit wat ze doet of gedaan heeft, ze zal nooit oprecht haar excuses aanbieden voor wat dan ook. In plaats daarvan wanneer ze het gevoel heeft dat ze een excuus zou moeten maken, zal ze mokken en pruilen, met een beledigend excuus komen, het excuus wat ze gemaakt heeft ontkennen met allerlei rechtvaardigingen en kwalificaties als zelfmedelijden: 'Het spijt me dat je je door mij vernederd voelt', 'Sorry dat ik je je rot heb doen voelen', 'Als ik dat gedaan heb dan is dat fout', 'Sorry, maar ik kan het niet meer terugdraaien', 'Sorry dat ik je kennelijk het gevoel heb gegeven dat je een kluns bent, stompzinig en lelijk', 'Sorry maar het was een grap, je bent zo overgevoelig', 'Sorry dat mijn eigen kind het nodig vindt mij overstuur te maken en me rot te doen voelen'. Dit laatste beledigende excuus is ook een voorbeeld van projectie. In tegenstelling tot psychopaten, begrijpen ratten prima het verschil tussen goed en fout plus de consequenties, het zijn dus geen gewone gestoorde huiscriminelen.

Mama beschuldigt

Ze beschuldigt je van alles wat niet goed is in haar leven of voor wat andere mensen doen of voor iets dat gebeurd is. En altijd krijg jij de schuld van haar misbruik. Jij ‘maakte’ dat ze dat deed. Als jij maar niet zo ‘moeilijk’ deed en was. Je maakt haar zo overstuur dat ze niet normaal kan denken.

Dit beschuldigen is vaak zo subtiel dat het enige wat je weet is dat je iets fout deed (wat, weet je niet) en dat je je schuldig moet voelen. Je vriendje dumpst je, en zij begrijpt hem wel - want zij weet tenslotte hoe moeilijk je bent om van te houden. Ze buit je op een kolossale manier uit en als ze daarmee geconfronteerd wordt krijg je tegen je dat ze het niet kan geloven dat je zo egoïstisch bent haar overstuur te maken over zo’n triviaal iets. Ze geeft jou de schuld van haar eigen egoïstische, wrede en misbruikende gedrag.

Mama verwoest relaties

Rattige moeders zijn als tornado’s: alles wat ze aanraken doet families uit elkaar vallen en er worden wonden toegebracht. Tenzij de vader de controle heeft over de ratmoeder en de familie bij elkaar houdt, volwassen kinderen uit families met een rattige moeder hebben pijnlijke relaties. Typerend is dat alle communicatie tussen de kinderen onderling kunstmatig is en meer voortkomt uit plichtmatigheid, of ze praten helemaal niet meer met elkaar. Feitelijk bevorderen deze moeders onenigheid tussen de kinderen onderling omdat ze genieten van de controle die het ze geeft. Narcisten zijn ook dol op de opwinding en het drama dat ze creëren door zich te bemoeien met het leven van hun kinderen. Het zien exploderen van het leven van anderen is veel leuker dan een soap op televisie. De rat voedt boosheid, jaloezie en verachting - de meest verwoestende emoties - om haar kinderen uit elkaar te drijven. Als de kinderen nog thuis wonen, zal elk kind wat zich verzet tegen de rat, straffen voor de anderen garanderen. De rat gebruikt ook het favoriet maken en roddel om de relaties van haar kinderen te vergiftigen. De zondebok ziet haar moeder als een grillig nukkig en wreed wezen. En typerend voor de kinderen met privileges, de anderen zien haar oneerlijke gedrag niet en vergeven haar haar mishandeling van de zondebok.

Het resultaat is een familie waarin haast elke communicatie in een driehoek verloopt. De rat zit als een spin in het midden van het familieweb, ze pikt alle informatie van de kinderen op

die ze kan gebruiken om haar onbetwiste controle te houden over het gezin. Ze geeft dat door aan de anderen, waarmee ze afschuw of angst opwekt wat tot resultaat heeft dat de gezinsleden niet vrij en direct met elkaar communiceren. Het resultaat is dat alle communicatie tussen de kinderen onderling via de rat gaat, en dat is precies wat ze wil.

De rat kan ook nog de vader hierbij betrekken. De rat kan de andere ouder onder druk zetten en net zo hard uitspelen als ze met haar kinderen doet. Zo verwordt de vader ook een poppetje aan haar touwtjes net als haar kinderen.

Mama doet zielig

Wanneer ze geconfronteerd wordt met de niet te voorkomen consequenties van haar eigen slechte gedrag, inclusief jouw boosheid, zal ze smelten in een zielig hondje dat piept uit hulpeloosheid. Alles is haar fout. Ze kan niets goed doen. Ze voelt zich zo slecht. Wat ze niet doet: verantwoordelijkheid nemen voor haar slechte gedrag en dat rechtzetten. In plaats daarvan, zoals gebruikelijk, gaat het allemaal om haar, en met haar hulpeloze zelfmedelijdende gesnik dumpst ze de verantwoordelijkheid en consequenties plus haar ongelukigheid, bij jou. Dit is manipulatief gedrag. Als het je niet lukt om haar rotte gedrag te vergeven en haar zich beter te doen voelen, ben jij de slechte persoon die zo koud, harteloos en ongevoelig is wanneer je zielige mammië zich vreselijk voelt.

Tot zover sterk ingekort wat typisch rattige moedereigenschappen. Onder de kopjes zijn nog veel meer voorbeelden te zetten natuurlijk. En ieder heeft zo z’n eigen ervaringen. Het betreft een totaalopsomming van wat ik her en der gehoord en gelezen heb. Het is zeker niet zo, laten we dat open, dat een ratmoeder álle hier genoemde eigenschappen laat zien. Veel van de genoemde eigenschappen hangen met elkaar samen. Als jij zo’n moeder had dan ken je het systeem en je zult later veel moeilijker in staat zijn het te herkennen als destructief waardoor je meer kans loopt tegen een rat aan te lopen en er aan te blijven hangen. Overigens mailden lezers me dat ook vaders dit gedrag laten zien, dus het lijkt niet voorbehouden te zijn aan de ratmoeder. Dat maakt het dubbel zo erg voor kinderen. Ook hier, het lag niet aan jou als kind...