

Relatiedeskundige Fiona Brouwer:

## “Verliefdheid is een narcose van de natuur!”

**Dit is een wake-up call voor iedereen die een goede relatie nastreeft! En wie wil dat nu niet? De feiten liegen er niet om.**

**Eén op de drie huwelijken in Nederland eindigt voor de rechtbank.**

**In Amerika is het nog erger: één op één!’ Als we niet oppassen**

**wacht ons hetzelfde lot, althans dat is de sombere inschatting van relatiedeskundige Fiona Brouwer. Zij wil ons daarvoor behoeden.**

**Er is meer educatie nodig op relationeel gebied. En als zij haar steentje daarin kan bijdragen is haar missie voltooid.**

## EN ZE LEEFDEN NOG LANG EN GELUKKIG!

Ineens staat hij voor je neus! De man van je dromen, de prins op het witte paard. Dit is ‘m! Hij is perfect. Je kunt aan niets anders meer denken. De hele wereld draait om jou en hem. Urenlang hebben jullie diepgaande gesprekken en de seks is meer dan fantastisch. Je denkt je soulmate gevonden te hebben, maar voor je het weet sta je in de badkamer te kibbelen over het dopje van de tandpasta, de vuile sokken naast de wasmand in plaats van erin, en die leuke seks hoeft nu ook niet weer per se elke dag, anders wordt het een sleur. Tot overmaat van ramp vertelt hij jou, als je glunderend van trots zijn lievelingsmaal op tafel zet, dat je vooral eens aan zijn moeder moet vragen hoe zij het klaar maakt, want daar is hij écht dol op.

Het gevoel van vlinders in je buik kwam je bekend voor, maar de meeste van ons herkennen ook deze kleine irritaties en dat is nog maar het begin.

Relatiedeskundige Fiona Brouwer uit Gouda heeft zo haar eigen visie op dit herkenbare fenomeen, maar reikt ook tijdens individuele gesprekken, cursussen en workshops handvatten aan om een relatie te kunnen doen slagen. Zij verdeelt liefde en relatie in drie fasen. “Het eerste stadium is natuurlijk de romantische verliefdheid. Die roes kan in het

beste geval zo’n anderhalf jaar duren. Daarna volgt de onvolwassen relatie (waar de meeste overigens in blijven steken) en uiteindelijk is het de bedoeling dat je in de volwassen relatie belandt (dat stadium wordt echter door weinigen bereikt!). In Nederland eindigt één op de drie huwelijken voor de rechtbank. Twee handtekeningen en de scheiding is een feit.

**De drie fasen volgens Fiona:**

### Fase 1

Verliefdheid ontstaat pas als aan twee voorwaarden is voldaan. Je kiest iemand bewust; iemand die je aantrekkelijk vindt. Onbewust omdat hij een specifiek pakket negatieve eigenschappen heeft. Deze eigenschappen komen overeen met de negatieve eigenschappen van je opvoeders, waardoor je op bepaalde gebieden tekort bent gekomen. En om dit alles te bedekken worden we verliefd en mogen we heel even in het paradijs verkeren.

### Fase 2

We zijn ondertussen wakker geworden uit de narcose en in de onvolwassen relatie beland. Partners belanden in een machtsstrijd. Het is de confrontatie met elkaars negatieve eigenschappen. Het inzien van je eigen tekortkomingen en die wil je ingevuld zien door je partner. Inzicht krijgen in jezelf en de bereidheid hebben om er iets aan te gaan doen. Helaas gaan we die meestal uit de weg. Te pijnlijk en niets is zo gemakkelijk en conveniënt als de ander de schuld geven.

### Fase 3

De volwassen relatie. Beide partners krijgen inzicht in hun negatieve eigenschappen. Beter gezegd: ze geven antwoord aan de oproep tot persoonlijke ontwikkeling en de ontwikkeling van de relatie. Met als doel een optimale verhouding.

Oké. Tot zover duidelijk. Dus verwacht ik een opsomming van tips. Wat is het geheim van een goede relatie?

“Die zijn er niet!,” zegt ze stellig. “Het leven bestaat niet uit tips en een quick-fix voor een relatie kan ik je al helemaal niet geven. Persoonlijke ontwikkeling is een weg die je je hele leven zult moeten bewandelen. Je moet inzicht krijgen

in jezelf. Om een goede relatie te kunnen hebben, moet je een goede relatie zijn. Dat mag misschien taalkundig niet helemaal kloppen, maar als je erover nadent, weet je wat ik bedoel. Zoals je in voeding de schijf van vijf kent om lichamelijk gezond te blijven, heb ik een schijf van 12 samengesteld om geestelijk gezond te worden, te zijn en te blijven. Twaalf basisbehoeften voor de geest. Aanmoediging, acceptatie, begrip, bevestiging, bewondering, erkenning, geruststelling, goedkeuring, respect, vertrouwen, waardering en zorg. Als je een aantal daarvan systematisch niet hebt mee gekregen in je jeugd, dan stagneert je ontwikkeling. Overigens wil ik daar wel aan toevoegen dat het geen verwijt is naar de opvoeders. Zij wisten niet beter en deden in de meeste gevallen hun best om jou te maken tot wat je nu bent. Er zijn maar weinig gezinnen die aan al die behoeftes hebben voldaan, dat zijn uitzonderingen. Mensen uit die gezinnen die kampen met relatieproblemen ken ik niet. Ik vergelijk het wel eens met rekenen. Als je daarin niet mee kunt en je stopt ermee in groep 7 van de lagere school en je komt op een gegeven moment tot het besef dat je wél wilt leren rekenen, dan zal je onherroepelijk weer terug moeten naar dat punt waar jij het voor gezien hield. Dus naar groep 7.

Wat je jezelf moet afvragen is waarom je de ander alsmaar verwijt dat hij of zij jou niet datgene geeft wat jij graag wilt hebben. Wat jij niet hebt gekregen in jouw verleden eis je via je negatieve eigenschappen op van de ander. Vrouwen zijn overigens daarin het sterkst. Als je voor een partner kiest die een aantal geestelijke behoeften ook niet heeft gekregen, dan kun je je voorstellen hoe die op elkaar reageren. Wij, als vrouwen hebben de neiging de klacht voorin de mond te hebben. Mannen trekken zich daarom terug. Worden afstandelijker, koud en hard en gaan miniseren, zoals ik dat noem. Een mini-seerder maakt de dingen klein. Zegt dat het allemaal wel meevalt. Vrouwen noem ik over het algemeen de maxi-seerders. Die maken de dingen groter dan ze zijn. Geven aan wat er allemaal mankeert aan de relatie. Maar het resultaat levert niets op. Voor beide partijen niet. Daarom blijven de meeste

stellen ook steken in fase 2. Weet je wat het is? Wij denken met z'n allen dat de liefde, de relatie als vanzelf moet gaan. Maar liefde is als een carrière. Je moet er hard voor werken. In dit geval samen! Er zijn misschien maar tien dingen nodig om een relatie te laten werken, maar we gaan ze uit de weg door wel 10 miljoen redenen op te sommen waarom het NIET werkt!"

Opmerkelijk genoeg gaat Fiona Brouwer al een aantal jaren alleen door het leven. Een show van Oprah Winfrey met daarin als hoofdgast een zekere Harville Hendrix bracht Fiona Brouwer op het idee om contact met hem te zoeken. Niet alleen beroepsmatig, maar ook omdat haar huwelijk in een weinig bevredigende situatie was beland. Sterker nog: het was erop of eronder. "Ik ben eerst samen met mijn man en toen alleen een paar keer naar New York geweest en heb uiteindelijk een volledige opleiding bij Hendrix gevolgd. Ik was de eerste imago-therapeut in Europa, maar dat begrip is hier niet bekend. Ik noem mezelf liever een relatiedeskundige of huwelijkscoach." Haar huwelijk bleek echter niet meer te redden. Met haar opleiding en de kennis en diploma's die ze in de Verenigde Staten verkreeg startte ze de succesvolle praktijk Diamond Life. Zo succesvol zelfs dat de Goudse deskundige inmiddels is gevraagd voor een eigen televisieprogramma!

Toch rijst de vraag na dit relaas, met alle wijsheid die ze in pacht heeft én de opleidingen die ze heeft gevolgd, waarom ze sinds haar scheiding nog steeds single is? Ik vroeg het haar op de 'man' af. Tenslotte staat ze bekend als de Dr. Phil van Nederland. "De happy single bestaat niet! Dat is leuk voor de korte termijn, maar niet voor de langere. Diep van binnen zijn we allemaal op zoek naar die ene speciale.

Een goede relatie start en eindigt met z'n tweetjes. Er is geen alternatief, alhoewel we daar vaak voor kiezen. Ik wil die fase van verliefdheid voelen en ondergaan, maar ook weten dat hij na die roes de juiste partner is. Tot nog toe ben ik die niet tegengekomen. Ik ga alleen voor de perfect match! En was dat niet de insteek voor deze reportage?" ■



Maar wat als je uit die narcose ontwaakt? Hoe dan verder?

#### Wie is Fiona Brouwer?

Zij volgde de opleiding Psychotherapie en Pedagogiek aan de Internationale Universiteit van Lugano. Door de Amerikaanse Harville Hendrix werd ze opgeleid tot Imago-therapeut. Sinds tien jaar begeleidt zij paren met relatieproblemen en geeft workshops. In het Nederlandse bedrijfsleven geeft ze bedrijfstrainingen en coaching voor zowel managers als personeel.

[www.fionabrouwer.nl](http://www.fionabrouwer.nl)

Tekst: Laura Patti.  
Foto: Cojan van Toor.