



Ouderverstoting en Psilocybine

Ouderverstoting is een van de pijnlijkste gevolgen van vechtscheidingen. Het gaat verder dan een kind dat tijdelijk boos is op een ouder. Het is een diepgewortelde afwijzing, vaak zonder dat er sprake is van mishandeling of verwaarlozing. De andere ouder – **vaak de verzorgende** – speelt hierin meestal (onbewust) een versterkende rol. Het resultaat? Een kind dat niet meer vrij kan liefhebben, en een ouder die levend wordt begraven in rouw.

Hoewel het begrip “Parental Alienation Syndrome” (PAS) nooit formeel is erkend in de psychiatrie, wordt ouderverstoting inmiddels wél serieus genomen. Rechters, hulpverleners en onderzoekers zien de psychologische schade bij kinderen – variërend van **depressie en angst tot identiteitsproblemen en relationele blokkades**.

Toch blijft effectieve interventie lastig. In veel gevallen speelt de verstotende ouder een centrale rol, gedreven door wrok, onverwerkt trauma of – in sommige situaties – narcistische trekken. Deze ouders hebben vaak moeite met empathie, projecteren hun eigen pijn op het kind en plaatsen zichzelf boven

het belang van herstel. Klassieke therapieën bereiken hen vaak niet: **het verdedigings-mechanisme is te sterk**.

Volgens Freud functioneert het ego als bemiddelaar tussen het instinctieve id en het normatieve superego. Maar **bij ouder-verstoting lijkt het ego juist gevangen in zelfbescherming**. Alles wat het eigen kwetsbare zelfbeeld bedreigt – schuld, afwijzing, verlies van controle – wordt afgewend of op de ander geprojecteerd. **Het ego verdedigt, ontkent en rationaliseert**. Niet om te genezen, maar om te overleven. En juist daar ontstaat een interessant therapeutisch venster. Psilocybine, de werkzame stof in truffels, staat de laatste jaren sterk in de belangstelling als veelbelovend hulpmiddel in de behandeling van **depressie, trauma en verslaving**. Onder begeleiding van een deskundige kan psilocybine diepe emotionele processen op gang brengen.

Wat maakt het relevant voor ouderverstoting? **Psilocybine blijkt in staat om het brein tijdelijk uit starre patronen te halen**. Mensen ervaren verhoogde verbondenheid, meer empathie, en durven moeilijke

gevoelens zoals schuld, verlies en schaamte echt te voelen – in plaats van ze te overschreeuwen of af te wijzen.

Voor een verstotende ouder met bijvoorbeeld narcistische trekken, kan dit een **zeldzame kans zijn op inzicht**: Wat draag ik bij aan de breuk? Wat projecteer ik op mijn kind? Wat blokkeert mijn bereidheid tot verzoening?

Zulke inzichten kunnen in een veilige therapeutische setting leiden tot betekenisvolle gedragsverandering.

Ook voor de verstoten ouder of het volwassen kind kunnen begeleide sessies met psilocybine **helpen bij traumaverwerking, het herstellen van zelfbeeld en het loslaten van chronische boosheid of verdriet**. In plaats van steeds weer hetzelfde verhaal te herhalen, ontstaat ruimte voor herinterpretatie – en soms zelfs vergeving.

Ouderverstoting vraagt om nieuwe denkkaders. Misschien is het tijd om niet alleen te zoeken naar wie er ‘gelijk’ heeft, maar naar **wat er werkelijk nodig is**.

Youri Hazeleger
joet@joet.nl