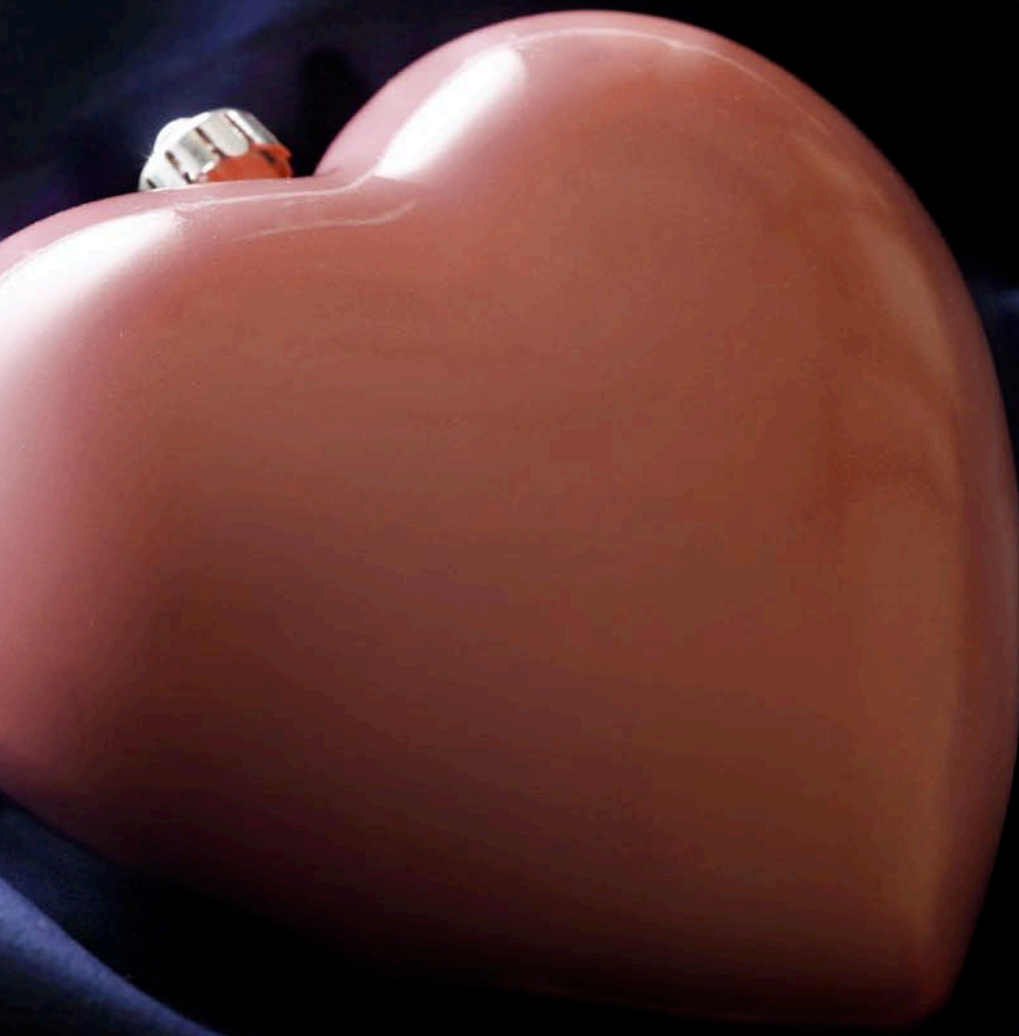


# Kerst

EINDELIJK TIJD VOOR ELKAAR



**ILLUSIE OF WERKELIJKHEID?**

We willen: gezelligheid en harmonie. We krijgen: stress van alle verplichtingen. Elk jaar opnieuw. Hoe komt dat, vraagt Libelle-redacteur Femke Sterken zich af.

De gedachte komt meestal voor het eerst in oktober opzetten: binnenkort is het kerst! Een warm gevoel bekruipt me en ik droom van volgehangen kerstbomen, de kerstnachtsdienst en knus met z'n tweeën bij de open haard zitten. In mijn visioen hebben we zeeën van tijd voor elkaar en maken we een wandeling over besneeuwde bospaadjes. Twee maanden voor kerst zijn de kerstdagen nog omgeven door zacht kaarslicht en klinken op de achtergrond voortdurend Sky Radio-kersthits.

## **DAAR GAAN WE WEER**

De werkelijkheid is anders. Helaas. Lijken de kerstdagen in oktober nog iets heel romantisch te hebben, in november begint dat droombeeld al af te brokkelen. Te beginnen bij de planning van de feestelijkheden. Bij ons thuis – en volgens mij in vele huishoudens – ligt de vraag 'wat gaan we doen met kerst?' gevoelig. Niet zelden komt er gedonder van. "Waarom moeten we altijd op Eerste Kerstdag naar jouw ouders?", begint mijn lief te mokken. "Omdat ik 's ochtends graag met hen naar de kerk wil. Dat doen we al eeuwen zo!", luidt mijn antwoord. Ik merk dat ik meteen geïrriteerd raak. Waarom kan dit nu nooit eens makkelijk gaan? "We gaan Tweede Kerstdag toch bij jouw ouders eten?" Waarop mijn weder-

helpt me verhit begint uit te leggen dat ik niet moet denken dat mijn familie belangrijker is dan de zijne. En ik denk: gezellig, daar gaan we weer.

Kerst. Terwijl het toch eigenlijk een tijd van harmonie, hoop en verbroedering zou moeten zijn, wordt juist deze periode in veel relaties gedomineerd door stress, frustratie en onbegrip. Elk jaar opnieuw. Hoe komt dat toch? Relatietherapeut Grieco Casemier heeft wel een idee: “Veel mensen hebben een ideaalplaatje in hun hoofd: met kerst is er gezelligheid en hebben we tijd en aandacht voor elkaar. Dit plaatje wordt versterkt door de media. In films en reclames krijgen we vaak idyllische kerstdagen voorgespiegeld, compleet met volmaakte kerstbomen en glunderende kinderen die prachtig ingepakte cadeautjes uitpakken. Vaak stappen we in dit ‘plaatje’ zonder het er vooraf over te hebben wat we nu werkelijk willen en hoe we dat kunnen realiseren.” Casemier heeft hier een goed punt. We denken misschien niet genoeg na over onze invulling van de kerstdagen. We spreken van alles af en komen uit op een heel ander programma dan we in ons hoofd hadden. Bovendien worden de dagen vaak zo volgepland dat we van tevoren al bijna overspannen zijn. Het is natuurlijk veel beter om samen de mogelijkheden op een rijtje te zetten en te kiezen voor wat prettig voelt en haalbaar is.

### DE FAMILIETRADITIES VOORBIJ?

Vooralsnog is dat mijn vriend en mij niet gelukt. De voorbereidingen van de kerst lopen stroef en als we dan uiteindelijk uitgevochten hebben wat we wanneer gaan doen, moeten de feestdagen nog beginnen. En die feestdagen zelf gaan ook niet altijd van een leien dakje. We hollen van hot naar her. Na het ene familiediner dat tot laat duurt, de laatste trein pakken naar de andere familie om vervolgens de ochtend daarop met slaapogen de traditionele kerstdienst bij te wonen, dan de kerstkoffie en de kersttaart, gevolgd door de kerst-

hapjes, de kerstsjoelbak, de kerstwandeling en het uitgebreide kerstdiner. Het is allemaal reuzegezellig, maar het voldoet toch niet helemaal aan het ontspannen wij-met-z’n-tweeën-onder-de-kerstboom-kerstgevoel dat ik in oktober had. Het gevoel van verbondenheid met mijn lief dat ik in de zomervakantie had, wil ik zo graag met kerst ook ervaren, maar aan het einde van de Tweede Kerstdag zijn we harder bezig geweest alle families te plezieren dan elkaar oprecht aandacht te geven en te genieten van elkaar.

“Rond de kerstdagen spelen in het bijzonder de tradities die je van huis uit meegekregen hebt”, zo stelt Casemier. “Bewaar je goede herinneringen aan de nachtmis en het daarop aansluitende diner, dan wil je dat misschien in je eigen gezin ook zo doen. Als je partner daar niet voor voelt, zul je toch samen moeten zoeken naar een invulling waar jullie beiden tevreden over zijn. Zo wordt zichtbaar in hoeverre men-

## IK HEB VISIOENEN VAN WANDELEN, TIJD VOOR ELKAAR EN KERSTMUZIEK OP DE ACHTERGROND

sen zich ontwikkeld hebben tot autonome individuen die eigen keuzes willen en durven maken. Als we nog afhankelijk zijn van de mening of waardering van onze ouders, gebeurt het maar al te vaak dat de plannen voor de kerstdagen uitmonden in ruzies doordat een van de partners (of beiden) niet is losgekomen van het ouderlijk huis. Je kunt de kerstdagen zien als een beproeving: hoe sterk zijn we samen?”

### PRIORITEITEN, KANSEN EN COMPROMISSEN

De kerstperiode is bij uitstek de tijd waarin de touwtjes door het ouderlijk huis worden aangetrokken. Niet zo vreemd ook,

want in de basis is het fijn om kerst met familie te vieren. Het gaat er echter om dat je jezelf (en in een relatie: elkaar) niet uit het oog verliest. Casemier: “Juist in de drukke feestmaand is het belangrijk prioriteiten te stellen. Dat voorkomt frustratie en teleurstelling. Mijn advies is om eerst prioriteit te geven aan de eigen relatie (en eventueel het gezin). Dat is de basis waar de besluiten genomen worden. Van daaruit kijk je naar wat jullie samen willen met ouders, broers, zussen en/of vrienden. Naar mijn mening is het wel goed om met kerst ‘iets te doen’. Bijna ieder mens heeft behoefte aan samenzijn. Bovendien kunnen we onze familierelaties niet ontkennen. Wat dat betreft liggen er ook kansen met de feestdagen: we kunnen onze familiebanden een extra impuls geven.” Prioriteiten stellen dus. Moeilijk, want mijn prioriteiten liggen natuurlijk anders dan die van mijn lief. Uiteindelijk is het dus vooral belangrijk dat we zoeken naar de juiste balans, wat betekent: goed communiceren en bereid zijn om compromissen te sluiten. Wie weet... als er harmonie en rust heerst bij het plannen en de voorbereidingen, is er misschien ook harmonie op het moment suprême. Onthaaste en uitgebalanceerde feestdagen waarop we de tijd hebben om elkaar genietend aan te kijken. Zou het mogelijk zijn? Een kerst die een heel klein beetje in de buurt komt van het alles-komt-uiteindelijk-goed-kerstgevoel van de heerlijke film *Love actually?* Ik ga ervoor. Ik heb er zelfs zin in. Vrolijk kerstfeest! ■



Na de kerstdagen is er vaak een piek in het aantal scheidingsaanvragen. Ditzelfde geldt voor de periode na vakanties. In het zuiden van het land zorgt ook carnaval voor meer afspraken met advocaten.