



# Interpunctie

Praktijk voor psychosociale hulpverlening en bureau voor coaching, mediation en reïntegratie

## Assertief met kerst.

Men verheugt zich met kerst op een heleboel gezelligheid. Echte familiedagen zijn het. Sommige mensen vieren Kerst met overvloedig en lekker eten, anderen geven elkaar cadeaus maar het gaat erom om met de familie bij elkaar te zijn.

Zo lang je nog als gezin met alleen eigen kinderen dat feest viert kan het heel gezellig zijn, maar zo gauw er schoonfamilie in het spel is kan dit aardig veranderen. Overigens zijn er ook heel veel schoonfamilies die het heel gezellig hebben met elkaar. Maar daarover hoef ik het niet te hebben, die hebben mijn hulp niet nodig.

Daarom enkele tips voor degenen die met Kerst bij schoonfamilie “gezellig” (moeten) gaan eten. Allereerst over dat móeten: kijk eens of het niet anders kan. Vaak zijn er meer wegen die naar Rome leiden, kan er iets anders bedacht worden.

Maar het kan vaak ook een stuk beter worden als je je voorbereid hebt: kijk of je met de gastvrouw/gastheer kunt afstemmen waar je gaat zitten. Als degene waar je je normaliter aan stoort verder van je verwijderd zit, is de overlast minder. Misschien kun je ook tussendoor een wandelingetje plannen, waardoor je je ergernis kunt kwijtraken. Je kunt bv. zeggen: wie heeft er zin in een wandelingetje, eventjes de benen strekken.... Er zijn vast mensen die dit ook wel even lekker vinden.

En als je het echt niet ziet zitten om met familie de kerst door te brengen, geef dat dan ruim tevoren aan. Zeg dat je iets anders gepland hebt en stel voor om wel even op de koffie te komen. Breng een gezellig kerststukje mee, of cake, en hou het kort. Misschien is iedereen dan ook blij. Bovendien kun je het nooit iedereen naar de zin maken.

Nellie Timmermans Interpunctie  
Smientdonk 2  
5467 CA Veghel  
[www.interpunctie.nl](http://www.interpunctie.nl) [info@interpunctie.nl](mailto:info@interpunctie.nl)  
tel. 0413-310795 of 06-21.59.24.35

