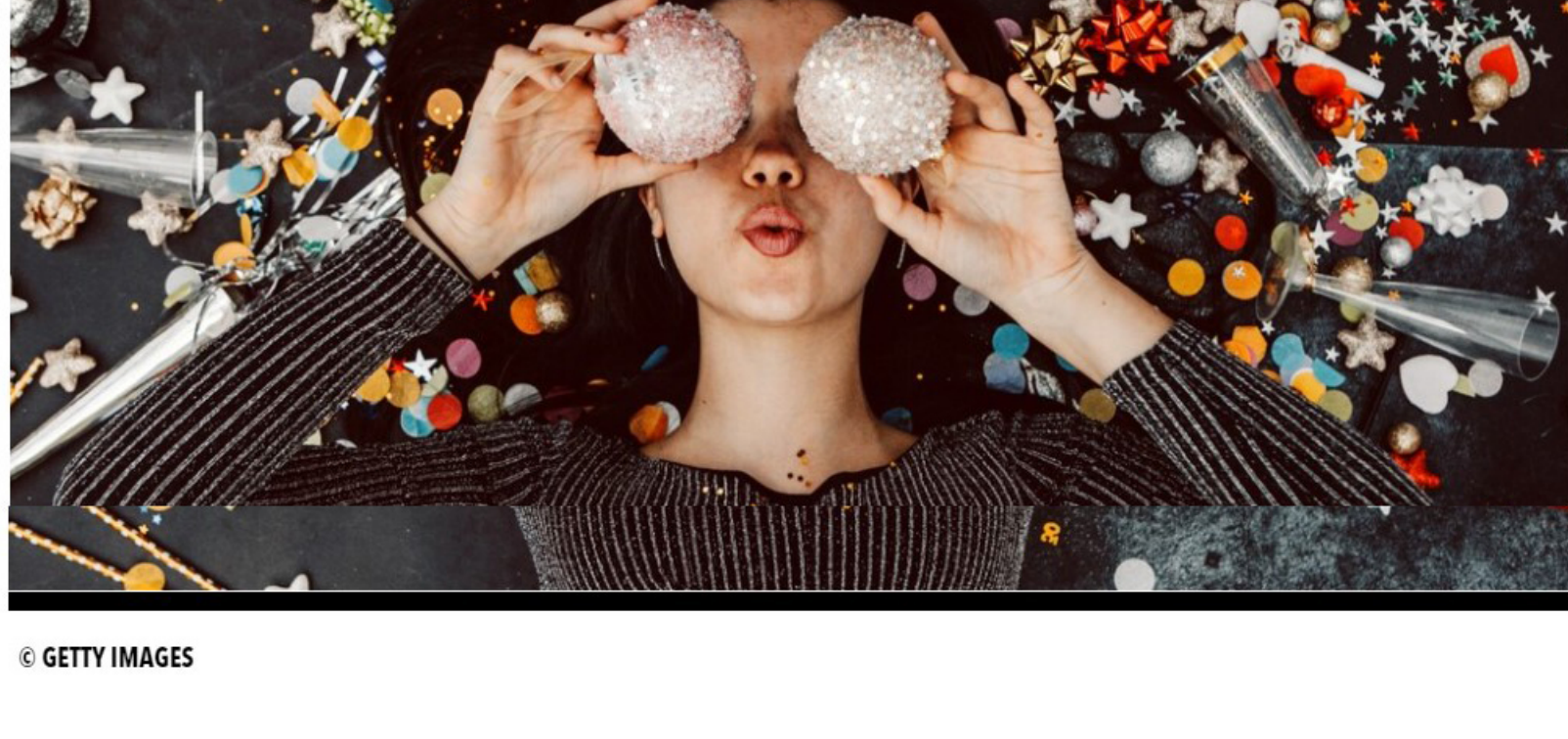


Kerst min de *fam*

24 DECEMBER 2022 01:12 / KERST



© GETTY IMAGES

De gelukkige gezinnen en families vliegen je om de oren in december, in een overvolle supermarkt, als je de kerstplannen met collega's bespreekt en ja, óók op elk willekeurig beeldscherm. Maar wat nou als je tijdens de feestdagen liever helemaal niet met je bloedband aan tafel zit? Journalist Hanneke Mijnster concludeert dat de holidays zo happy zijn als je ze zelf maakt. Dat je familie daarbij echt geen moeite is, weten Lenneke, Marianne en Nanoah.

Volkomen kut

Voor Lenneke Manschot (31) was kerst nooit een feestje. Haar ouders scheidden toen ze een baby was en haar vroegste kerstherinneringen gaan dan ook over de druk om te kiezen bij wie zou zijn. "Kerst was altijd gedoe. Dat leuk en gezellig zoals ik zie op de socials, dat ken ik helemaal niet. En ik mis het dus ook niet. Soms hoor ik mensen praten over hun familie-appgroep en alle plannen voor kerst die daarin rond gaan. Daarna verontschuldigen ze zich naar mij, omdat ik met mijn ouders gebroken heb en het misschien pijnlijk is. Maar zo zie ik het niet. Ik vind het fijn voor iedereen die bewust hun familie opzoekt tijdens de feestdagen, maar zo ben ik niet. Ik heb al vroeg geleerd dat het leven oneerlijk is en ik heb me daarbij neergelegd."

Het levert haar nog altijd ongevraagd advies op. "Het contact verbreken met je ouders doe je niet zomaar, en toch hebben mensen daar allerlei meningen over, die ze me met me delen. Of tips van wat ik zou moeten doen. Of wat ik met de feestdagen zou moeten doen. Zo'n Robert ten Brink die op tv roept dat niemand met kerst alleen mag zijn, vind ik vreselijk. Ik vind alleen zijn heerlijk en ik vind kerst volkomen kut, dus laat me lekker. Als ik geen zin heb om met kerst naar jou te komen, maar lekker met mezelf op de bank wil hangen dan is dat toch aan mij? Doe toch lekker wat je zelf wil. Als ik de hele dag Pokémon wil spelen op 25 december, laat me dan lekker."

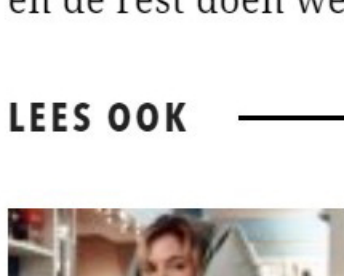
'Ik kan jonge mensen niet weghalen uit zo'n setting, maar ik kan wel een vangnet bieden'

Met zichzelf verdedigen is ze al lang gestopt. "Mensen projecteren hun eigen gevoelens graag op een ander, en dat is met Oud en Nieuw net zo. Ik houd niet zo van feestjes, of de kroeg en benader een feestdag zoals elke andere dag: ik besluit op de dag zelf wel wat ik wil doen. Of niet. Het is toch onzin dat je per se op die vaste dagen in december moet genieten? Als ik iets wil vieren dan trek ik een fles champagne open of ik koop een mooi cadeau voor mezelf. Dit jaar heb ik mezelf wel voor het eerst vrijgegeven in de laatste week van het jaar, en ik heb wat minuscule kerstversiering aangebracht. Maar dat komt vooral doordat dit jaar in vele opzichten anders is dan anders. Hoe ik de dagen ga ervaren, dat zie ik vanzelf wel. Je mag immers genieten van elke dag."

Happy HoliGays

Nanoah Struik (22) is zelf niet zo'n fan van kerst en organiseert sinds twee jaar HoliGays, speciaal voor de *queer community*. "Juist tijdens de feestdagen kun je te maken krijgen met mensen en situaties waarbij je niet jezelf kunt zijn. Jonge queers bijvoorbeeld, die mis-gendered worden, doelbewust bij hun oude naam genoemd worden, ook al zijn ze duidelijk over hoe ze graag aangesproken willen worden, of lollige ooms die kwetsende grapjes blijven maken over iemands geaardheid. Ik kan jonge mensen niet weghalen uit zo'n setting, maar ik kan wel een vangnet bieden waarin we elkaar er doorheen slepen. Ik heb een WhatsApp-groep gemaakt met een paar leefregels waarin iedereen zijn hart kan luchten. Je geeft bijvoorbeeld aan of je gewoon je ei kwijt wil of dat je ook advies wanst, want niks is zo irritant als ongevraagd advies. En we gaan niet bashes, maar juist verlichten. HoliGays is echt bedoeld om elkaar erdoorheen te slepen. Dit jaar maken we er voor het eerst een live event van, in Amsterdam. Op 29 december doen we in de middag hilarische muziekspelletjes en gaan we lekker chillen, en 's avonds eten we met z'n allen pizza. Ik heb wat budget gekregen van het COC en de rest doen we allemaal zelf."

LEES OOK

Wie heeft 'de ware' nodig als je ook *single* kunt zijn?

25 DECEMBER 2021 / SINGLE ALL THE WAY

Nanoah verwacht een stuk of vijftig mensen die dag, maar online zijn ze inmiddels wel met 400 queers van alle leeftijden waar ze echt alles mee bespreken. "Je hoeft namelijk echt nergens naartoe als je daar geen zin in hebt. Die dwang voel je vaak wel van familie en die druk is heel ingewikkeld. Juist omdat het ook gevolgen kan hebben. Dus we helpen met vragen als: wat is het mij waard? Persoonlijk vind ik dat ik niet minder je familie ben als ik met kerst niet kom. Gelukkig heb ik een familie die dat ook begrijpt. Het is feitelijk ook onzin, want zo'n kerstraditie is ook maar gewoon verzonnen. Maar de feestdagen forceren ook dat je iets moet, anders ben je zielig en eenzaam. En met de HoliGays maken we het graag wat veiliger en warmer voor iedereen die daar behoefte aan heeft."

Gun oprechte ruimte

Gerrie Reijersen van Buuren, contextueel therapeut en expert op het gebied van familiedynamieken is het met Nanoah eens en ziet een schone taak voor ouders in het vervullen van hun kerstwens.

"De feestdagen zoals we die zien op tv en vaak ook vieren zijn een traditie, en op dit moment worden veel bestaande tradities afgehandeld. Met de hele familie aan tafel komt voort uit het christelijk erfgoed en ik zie dat vooral oudere ouders, met kinderen die zelf ook al gezinnen hebben, hun kinderen maar wat graag naar zich toe trekken. Terwijl die kinderen recht hebben op hun eigen tradities en gewoontes. Je kunt dus wel druk gaan zetten op je kinderen, dat ze moeten komen, maar daarmee verzaak je je eigen opvoedingstaak. Alles is een fase als je kinderen opgroeien, en als ze zelf een gezin hebben, of gewoon een werkend leven met vrienden en mensen die ze graag zien, dan kun je ze niet verplichten om bij je aan de kalkoen te komen zitten.

Als volwassene moet je aangeven wat voor jou van waarde is. Zeg tegen je ouders dat je je kunt voorstellen dat ze je graag zien, maar dat je andere interesses hebt. Of niet natuurlijk, als je wel graag samen kerst viert. Maar zo niet, dan mag je die ruimte gewoon vragen van ze. Geef jullie relatie op een andere manier gewoon, dan wijs je niemand af. Je hebt niet alleen het recht om te kiezen wat je zelf wil, maar ook de plicht. Iedere volwassene heeft een kiesplicht aan zichzelf in het familiesysteem. Vaak vinden kinderen het moeilijk om zich hierover uit te spreken, maar ook daarmee doe je jullie band te kort. Als je het niet ziet zitten om de hele dag met elkaar op te trekken, en dat geldt niet alleen voor feestdagen, maar ook voor familieweekenden en andere tradities, dan moet je dat kunnen zeggen. Het verandert jullie relatie ten goede als ouders in kunnen zien dat jij je eigen manier kiest nu je je eigen leven hebt en dat zij niet langer verantwoordelijk zijn voor hoe jij iets doet of viert."

'Als ik vertel dat ik in mijn eentje in een huisje in de natuur ga zitten, zie ik ze schrikken'

En andersom voelt het voor kinderen veel vrijer om familie te bezoeken wanneer ze dat wensen en niet wanneer dat zogenaamd moet, vervolgt de therapeut. "Zolang je niet uitspreekt hoe je eigen nieuwe nest eruit ziet, blijft het terugkomen. Mensen denken vaak dat familie het niet aankan om die waarheid te horen, maar als je het op tijd en eerlijk aangeeft, en open met elkaar het gesprek voert, kan er meer dan je denkt. Dat jij iets anders doet is niet erg, en dat mag iemand ook jammer vinden. Maar uiteindelijk verandert dat niets aan de band die er tussen jullie is. Waarom zou je je in bochten wringen als je de verbinding tussen jullie ook op een andere manier en een ander moment kunt vormgeven? Gun elkaar daar oprecht ruimte in, dan groeit jullie relatie op een volwassen manier mee."

Geen compromis

Marianne Kimmel (50) pleit graag voor meer bewustzijn tijdens de feestdagen chat-chats. "Het is allemaal niet zo vanzelfsprekend dat je ergens een warm nest vindt. Ik ben in mijn jeugd seksueel misbruikt en heb daardoor geen familie meer. Niet van mezelf en niet van oorsprong. Collega's praten tijdens de lunch de hele tijd over hun plannen, klagen over schoonfamilie en vragen onnadenkend wat ik allemaal ga doen. Als ik vertel dat ik in mijn eentje in een huisje in de natuur ga zitten, zie ik ze schrikken. Ze vinden het onbegrijpelijk. Ze stellen me pijnlijke vragen en mijn antwoorden zijn niet licht en luchtig, dat kantelt het gesprek telkens weer. Ik heb geen vaste vriend of kinderen, dus tussen andermans familie zitten doet teveel pijn. Het herinnert me aan wat ik niet heb. Voor velen moet het een kerst zijn zoals op tv. Het wordt met reclames en films continu ingewreven hoe je het zou moeten vieren. Zeggen dat je de feestdagen bij vrienden doorbrengt accepteren mensen nog wel, maar bewust alleen zijn kun je bijna niet zeggen.

Ik heb het geprobeerd hoor, bij vriendinnen, bij de familie van een geliefde, aan een diner met allemaal onbekenden. Het was boeiend, maar niets voelde passend. Dus nu voel ik elk jaar opnieuw waar ik behoefte aan heb. En vaak is dat dus een huisje in mijn eentje, ook als ik een geliefde heb. Vroeger was dat nog wel eens huilend of ongemakkelijk, maar nu ben ik er helemaal oké mee. Ik heb echt zin om een paar dagen weg te gaan, de hele dag te puzzelen en leuke mensen te ontmoeten met bijvoorbeeld een kerstwandeling. Het geeft me een goed gevoel dat ik nu voor mezelf kies. Door mijn verleden sta ik wat anders in het leven dan de standaard is, ik pak ik überhaupt niet zo in de gangbare plaatjes en met de feestdagen is staat dat weer even in de spotlight. Ik heb geen familie waar ik naartoe kan, en ik heb geleerd om me daar niet meer door te laten raken. Geen compromis of iets halfslachtigs, die confrontatie hoeft niet meer. Er is me veel vrijheid ontnomen vroeger, en nu pak ik hem met beide handen terug en dat voelt pas echt goed."

HANNEKE MIJNSTER