

Is zijn werk belangrijker dan zijn relatie?

“Al zijn hele leven werkt mijn man hard. Elke avond is hij bezig; voor de kerk, voor zijn bedrijf, met klusjes in ons huis. Soms lijkt het alsof hij liever werkt dan dat hij bij mij is. Ik zou zo graag willen dat hij eens een avondje spontaan bij mij op de bank plofte.

Herkenbare vraag. Ik moet denken aan een situatie van een vrouw die ik onlangs in mijn praktijk had. Ze had al van alles geprobeerd: een vast avondje voor hen samen, geëist dat hij minder vrijwilligerswerk zou doen – ze was zelfs zélf aan het klussen geslagen. Maar hij vond altijd wel weer iets wat ‘moest gebeuren’. Het maakte haar moedeloos en verdrietig. Ze had inmiddels ook wel ontdekt dat dit nou eenmaal in hem zit: hij komt uit een gezin waar nooit veel werd gepraat, maar wel hard gewerkt. Dat zit ook in zijn genen. Zij komt uit een heel ander gezin: samen tijd doorbrengen was daar juist heel belangrijk.

Verdedigingsmechanisme

Inmiddels was het echt een issue gewor-

den in hun relatie. Zodra zij over ‘meer tijd samen’ begon, trad bij hem direct zijn verdedigingsmechanisme in werking en zaten ze in no-time te dimdammen over wie er nou gelijk had en wie niet. Terwijl de vraag waar het écht over ging (‘Ben ik wel belangrijk voor je?’) helemaal niet aan de orde kwam.

Vervang ‘tijd’ door ‘momentje’

Al snel bleek dat hij al zenuwachtig werd als het woord ‘tijd’ viel. Hij dacht dan aan uren, dagdelen – tijd die hij hard nodig had voor zijn werk. Hij voelde zich opgejaagd en niet gewaardeerd; niet bepaald een goede motivatie om naast je vrouw op de bank te ploffen.

Wat hielp, was het woord ‘tijd’ te vervangen door het woord ‘momentjes’. Want

wat zijn vrouw nodig had, was niet per se de tijd van haar man. Wat zij nodig had, waren kleine momentjes dat hij even liet weten dat zij belangrijk voor hem was. Een knuffel, samen een glas wijn, een appje tussendoor. Van die kleine piketpaaltjes die hun verbinding sterker maakten, omdat hij haar even liet merken dat hij aan haar dacht. Ze realiseerde zich dat werken voor hem een tweede natuur was, dat het hem voldoening gaf en gelukkig maakte. En doordat ze zich niet meer voelde concurreren met zijn werk, kon ze het ook veel meer waarderen.

Voor hem waren ‘momentjes’ prima te overzien. Sterker nog: hij bleek er erg van te genieten en stelde onlangs voor om een vaste avond samen te pikken.

W Visie.eo.nl/relaties
Visie.eo.nl/opvoeding

Tip

Het huwelijk is bij uitstek een gelegenheid waarbinnen de verschillen tussen mensen extra zichtbaar worden. Als jij bijvoorbeeld uit een gezin komt waar weinig werd gepraat, terwijl je geliefde juist uit een hoe-voelen-we-ons-vandaag-gezin komt, kan dat tot de nodige frictie leiden. Terwijl het juist een goed gesprek kan opleveren als je dit van elkaar begrijpt.

Daarom: teken allebei de keukentafel uit je jeugd, zoals je je die herinnert.

- Wie zaten er aan tafel? En waar?
- Waren er nog andere mensen bij, oma's of ooms?
- Wat vond jij kenmerkend voor de mensen aan tafel? En voor de relatie van je ouders?
- Wat wil je meenemen in je eigen relatie en gezin? En wat juist liever niet?

‘Laat met kleine momentjes weten dat je aan elkaar denkt’

Cocky Drost is werkzaam als relatiecoach, en auteur van onder andere *Lieve zus, Lang leve de liefde* en *Ik wil heel dicht bij je zijn*. Ze is getrouwd en moeder van vier kinderen. Cockydrost.nl

