



# INHOUD

<b>Inleiding</b> .....	5
<b>Waarom is 'fuck it' zeggen zo moeilijk?</b> .....	12
<b>1. De eigen persoon</b> .....	17
Een bikinifiguur .....	18
Het uiterlijk over het algemeen .....	23
Zelfverbetering .....	31
Fuck it-dingen .....	40
<b>2. Onbekenden, bekenden &amp; vrienden</b> .....	45
Onbekenden .....	46
Bekenden .....	52
Vrienden .....	60
<b>3. Familie</b> .....	71
De ondervragingen van tante Martha .....	75
De schoonmoeder .....	77
Geschenken en erfstukken van de familie .....	81
De nare oom mag niet komen .....	83
Religie & politiek .....	84
Eten .....	86
Familietradities .....	87
De ouders teleurstellen .....	90

<b>4. Op professioneel vlak .....</b>	<b>93</b>
Brainstormen .....	94
Relatiegeschenken .....	97
Alles persoonlijk opvatten .....	100
Anderen een plezier doen .....	102
After work .....	105
Opoffering .....	108
Schuldgevoelens .....	110
Anderen werk bezorgen .....	111
<b>5. Ouders &amp; kinderen .....</b>	<b>115</b>
Advies .....	117
Persoonlijke smaak .....	120
Normen .....	123
Plannen .....	125
Andere ouders .....	128
Vrienden zonder kinderen om begrip vragen .....	132
<b>6. Liefde .....</b>	<b>139</b>
Interpreteren .....	141
Begrijpen .....	143
Van jezelf houden .....	146
Alle anderen .....	147
Gemeenschappelijke hobby's .....	149
Fouten van de partner .....	152
<b>Nawoord .....</b>	<b>159</b>



# WAAROM IS 'FUCK IT' ZEGGEN ZO MOEILIJK?

## ... HET ZIJN TOCH MAAR TWEE WOORDEN ...

Laten we even nadenken over waarom het zo moeilijk is om volledig zonder bezwaren bijvoorbeeld tegen je vriend Tom te zeggen: 'Veel succes straks met je volleybalwedstrijd in Overveerdegem, maar ik kom niet. Ik moet dringend... op de bank gaan liggen.' Dat zeggen kan zo'n vreselijk idee zijn dat je, in plaats van gezellig met je hond en man op de bank te liggen, toch naar Overveerdegem gaat om op een vreselijk plastic stoeltje te zitten kijken naar een wedstrijd die je geen moer interesseert.

Na de wedstrijd rijd je naar huis, snauw je tegen je hond en je man omdat ze het toch zo gezellig hebben en ga je in bed liggen mokken. Misschien probeer je al een uitvlucht te vinden voor volgende week woensdag, want dan speelt Tom namelijk in Nederveerdegem.

Dat is toch helemaal niet oké?! Alleen omdat je Tom aardig vindt, hoef je nog niet naar zijn sportprestaties te kijken. Je hoeft Tom natuurlijk niet plotseling links te laten liggen, maar de volleybalwedstrijden bijvoorbeeld zou je gerust aan je voorbij kunnen laten gaan.

Het is echter niet verrassend dat we er zo mee worstelen: van jongs af aan wordt ons namelijk geleerd om aardig te zijn, iemand niet voor het hoofd te stoten en rekening te houden met anderen. Dat is fantastisch,

begrijp me niet verkeerd. Ik vind het geweldig dat we al op jonge leeftijd leren om geen eikels te worden – ook al weet iedereen dat dat niet altijd lukt. Tegelijkertijd zou ik het echter goedvinden dat we van jongs af aan ook de mogelijkheid zouden krijgen om dingen, mensen of situaties stom te vinden.

Ik moest onlangs denken aan dit oude versje, dat mijn moeder vroeger vaak voorlas. De originele versie klinkt als volgt:

Kijk, de kat danst alleen,  
danst en danst op één been!

Vervolgens komen alle mogelijke dieren voorbij die aan de kat vragen om samen te dansen. Ze hebben echter geen succes.

Dan kwam de egel naar de kat:  
'Ik vraag je ten dans, gun je me dat?'  
'Wat?' zei de kat verschrikt.  
'Jij bent stekelig en prikt.'

De haas is te springerig, de hond blaft te luid, enzovoort. Tot de kater op het toneel verschijnt.

Hij streelde haar en kuste haar o zo zacht,  
wat genoot ze van die aandacht.  
Daarna dansten ze heerlijk tezamen  
onder prachtige hemellichamen.

Fantastische tekst, toch? Ik vind tenminste van wel. Maar blijkbaar is het niet meer van deze tijd. Opdat de dansgrage dieren niet uitgesloten worden en kinderen leren dat iedereen gelijk is en niemand benadeeld mag

worden, werd de tekst van het gedicht aangepast. In de modernere versie gaan de strofen als volgt:

Dan kwam de egel naar de kat:  
'Ik vraag je ten dans, gun je me dat?'  
'Wat?' zei de kat verschrikt.  
'Jij bent stekelig en prikt.'

Toen boog de egel zich naar voor  
en fluisterde de kat iets in 't oor.  
Daarna dansten ze heerlijk tezamen  
onder prachtige hemellichamen.

Zo fluistert elk dier de kat iets in het oor en daarna dansen ze toch samen. Wat heeft dat te betekenen? Kan de kat die verdomde egel niet gewoon te stekelig vinden? EEN EGEL IS WERKELIJK STEKELIG!

En ik vind dat men in geen geval met stekelige, springerige of verschrikkelijk blaffende danspartners hoeft te dansen. Nope. Never.

Zelfs als de kater en de kat elkaar tegenkomen, stopt de hele onzin nog niet, want:

De kater bracht menig kameraad,  
ze dansten allen in de maat.  
Ze dansten in een ronde  
en rustten geen seconde,  
tot de avond zijn intrede deed  
en ieder weer naar huis toe reed.

Iedereen moet meedoen en iedereen gaat samen naar huis! Kinderen wordt op die manier geleerd dat je anderen niet mag afwijzen. En als je

volwassen bent, moet je de gevolgen ervan dragen, op een vreselijk plastic stoeltje in Overveerdegem. Als kinderen trouwens pech hebben, dan moeten ze zelfs hun speelgoed afstaan omwille van de lieve vrede. Het is echt grote onzin, maar toch komt het op alle speelplaatsen voor. Een voorbeeld:

Leon heeft een auto. Dan komt Ben en hij wil die auto ook hebben. Daar zou ruzie van kunnen komen. Dus komt Leons moeder toegesnel en ze leest haar zoon de les: ‘Geef je auto toch ook eens aan Ben. Je hebt er al zo lang mee gespeeld en Ben zou er graag ook eens mee spelen...’ En zo blijft ze maar doorgaan tot de beteuterde Leon met tegenzin en al huilend zijn auto afstaat.

Het is toch verdorie zijn auto! Pech voor Ben! Daarom zijn er op school enkele Kevins uit de naburige probleemwijk nodig om die situatie recht te trekken.

Kinderen hebben vanaf hun geboorte de gave om onbelangrijke dingen aan zich te laten voorbijgaan. Honden doen dat ook, zij volgen dit principe: ‘Als je er niet mee kunt spelen of het niet kunt opeten, plas er dan op en laat het liggen.’

Kinderen handelen evenwel volgens het ‘plezierprincipe’, ze nemen geen bewuste beslissingen. Het plezierprincipe gaat als volgt:

chocolade = goed = er zo veel mogelijk van eten.

Pas later, nadat ze een paar keer buikpijn hebben gehad of wat dikker zijn geworden, wordt dat principe in twijfel getrokken.

In de puberteit wordt het echt moeilijk om het ‘plezierprincipe’ aan te houden, tenminste voor de meesten onder ons. De mening van anderen wordt dan enorm belangrijk. Het gaat niet alleen om het kapsel, de muzieksmaak en de kleding, maar ook om de eigen persoon. In die periode ben je zelf extreem onzeker en verward. Je zoekt een eigen richting en probeert te voldoen aan het beeld dat je wilt dat anderen van je hebben.

Meisjes hebben het daarbij vaak nog iets moeilijker dan jongens, want bij hen komt ook nog het verwarrende rolmodel voor vrouwen erbij. Plotseling wordt het belangrijk hoe vrouwen in de media geportretteerd worden. Mijn zoontje van nog geen drie jaar verwoordde het treffend nadat hij ergens een reclamespot had gezien: ‘Vrouw bloot, man praat.’ Daarom draait bij veel pubermeisjes bijna alles om het uiterlijk en sommige vrouwen raken de focus op dat perfecte lichaam nooit kwijt.

Laten we daar dus eens mee beginnen.



# **1. DE EIGEN PERSOON**

- Een bikinifiguur
- Het uiterlijk over het algemeen
- Zelfverbetering
- Fuck it-dingen