



ZORGZAAM	6
LIEF	8
ATTENT	7
SEXY	8
HUMOR	7
<hr/>	
	36
	5
	72

Gebuisd... of grote onderscheiding?

7 lezeressen geven punten aan hun **relatie**

Als u alles op een rij zet, geeft u uw relatie dan een dikke acht of een mager zesje? Of, wie weet, zelfs een onvoldoende? Deze lezeressen quoteren hun relatie en vertellen waarom.

Veerle en Toon zijn 18 jaar samen. Hun relatie krijgt

8,5/10

"Het zit 'm in die kleine dingen: Toon die het bad voor me laat vollopen, bijvoorbeeld. Ik kan niet zonder hem"

Veerle (42): "Toon is de man van mijn leven. Hij is mijn partner, de vader van mijn kinderen, mijn beste vriend. We wisten meteen dat het goed zat. Na drie maanden woonden we samen, twee jaar daarna zijn we getrouwd en nog eens twee jaar later is ons eerste kind geboren. En al kende onze relatie af en toe een dipje, we hebben nooit een seconde aan elkaar getwijfeld. We hadden het geluk dat we elkaar op een goede leeftijd tegenkwamen: ik was 24, Toon 23. We waren volwassen en wisten wat we wilden, maar tegelijk waren we nog jong genoeg om samen in onze relatie te groeien. Sommige van mijn vriendinnen zijn lang single geweest, of zijn het nog altijd, en bij hen zie ik dat het met de jaren moeilijker wordt om een partner te vinden. Door de beperktere keuze, maar vooral ook omdat de stap om je aan iemand te binden steeds groter wordt. Nee, ik ben nooit jaloers geweest op mijn single vriendinnen, ook niet toen zij nog een vrij en vrolijk leventje leidden, terwijl ik al in de luiers zat. Als we een avond samen op stap

waren geweest, gingen zij alleen naar huis, maar kon ik lekker tegen Toon aan kruipen. Niemand kent me zo goed als hij. Hij weet wanneer hij het best uit mijn buurt blijft omdat ik slechtgehumeurd ben, maar ook wanneer mijn hart uit mijn lijf barst van geluk. Hij luistert naar me, maar geeft ook advies, en soms krijg ik zelfs op mijn donder. En hij kan me nog altijd knikkende knieën bezorgen als hij op een speciale manier naar me kijkt. Niet dat dit vaak gebeurt, want het is al lang niet meer de grote passie van in het begin. Dat mis ik soms wel, en ik ben er zeker van dat Toon vaker seks zou willen. Maar in het drukke leven van elke dag schiet dat er wel eens bij in.

We zeggen ook niet meer elke dag dat we elkaar graag zien. Het zit 'm vooral in kleine gebaren. Als Toon het bad laat vollopen nadat ik ben gaan joggen. Of als ik een mooie cd in de auto klaarleg als hij een lange rit moet maken. We kunnen ook moeilijk zonder elkaar. Op vakantie met vriendinnen, zonder hem? Nee, bedankt. Fijn om te beseffen dat we 't zo goed hebben samen."

VEERLES RELATIESCORE: "Ik geef mijn relatie 8,5/10. Het is niet alle dagen feest, maar we voelen elkaar goed aan en tellen onze zegeningen. Volgens mij geeft Toon onze relatie ook zeker een 8."

Dit zegt de therapeut

"**Toon en Veerle zijn goed bezig: ze zijn als koppel sterk op elkaar afgestemd.** En er is een grote mate van betrokkenheid, die zich, zoals Veerle zelf aangeeft, net zo goed kan uiten in kleine gebaren als in grote woorden. Ze hebben oog en oor voor elkaar, op goede en slechte momenten."

Bea en Jef zijn 39 jaar een koppel. Hun huwelijk krijgt

9/10

"In al die jaren heb ik nooit één dag gedacht dat ik het misschien beter zou hebben met iemand anders"

Bea (61): "Hoe langer je samen bent, hoe meer je naar elkaar toe groeit. Enfin, dat is bij ons in elk geval zo. Jef en ik, dat is nog altijd *koekenbak*. Het geheim van onze relatie? Ik heb een lot uit de loterij getrokken als ik kijk naar andere mannen van zijn generatie. Jef heeft nooit de behoefte gehad om de baas te spelen of de macho uit te hangen. We hebben altijd met z'n tweeën buitenshuis gewerkt en Jef vond het heel normaal dat hij zijn steentje bijdroeg in het huishouden of meehielp met de kinderen toen ze nog klein waren. Hij was meestal de enige papa op de consultaties van Kind & Gezin en heeft altijd beter gekookt dan

ik. Ook nu we op brugpensioen zijn, verdelen we de huishoudelijke taken, zodat we er 's middags samen op uit kunnen. **Jef is geen 'sloef', maar hij is wel makkelijk om mee samen te leven.** Hij is evenwichtig en optimistisch. Zelf ben ik wat somberder van aard, maar hij slaagt erin om het beste in me naar boven te halen. En om me aan het lachen te krijgen, nog altijd. Bovendien is hij de liefste én zotste opa die ik ken. Ik vind Jef nog altijd een boeiende man, en hij draagt mij nog altijd op handen. Het enige wat je dan nog moet doen om een relatie goed te houden, is dat op tijd en stond laten merken aan elkaar."

BEA'S RELATIESCORE: "Ik geef mijn huwelijk met Jef 9/10, omdat ik in die 40 jaar nooit één dag gedacht heb dat ik het misschien beter getroffen zou hebben met een andere partner. Jef denkt er hetzelfde over, zeker weten."

Dit zegt de therapeut

"**Bea en Jef zijn altijd aan hun relatie blijven werken en dat werpt zijn vruchten af.** In een tijd dat het niet zo evident was om met z'n tweeën buitenshuis te werken, zijn ze ook altijd oog blijven hebben voor elkaars noden en grieven. De balans tussen geven en nemen is bij hen mooi in evenwicht."

Wat zeggen de cijfers?

Relatietherapeut Birgit Homblé: "Een relatiescore is een momentopname én subjectief. Het geeft aan hoe je je op een bepaald moment voelt in je relatie. Partners die willen werken aan hun relatie door zich af te vragen wat er anders kan en wat er nog mogelijk is, kunnen hun score zeker opkrikken. Het zijn immers niet zozeer de problemen op zich die bepalen of je gelukkig bent in je relatie, maar de oplossingen die je kiest om met die problemen om te gaan."

Streng maar rechtvaardig: het grote relatierapport



Nicole is 20 jaar samen met Herman. Zij geeft haar relatie

6/10

”Nu de kinderen uitgevlogen zijn, wordt het pijnlijk duidelijk: we hebben elkaar maar weinig te vertellen. Moeten we zo samen oud worden?”

Nicole (49): “Een jaar of vijf geleden had ik ons huwelijk waarschijnlijk een hogere score gegeven. Geen onderscheiding, dat niet. Maar ik heb wel altijd het gevoel gehad dat Herman en ik een goed team waren. Dat moest ook wel, met ons grote, samengestelde gezin. Herman en ik hebben elk twee kinderen uit een eerste huwelijk en hebben samen nog een zoon gekregen. Vijf kinderen, dat is niet niks, ook al waren ze er haast nooit allemaal tegelijk. Het is bij ons altijd een drukke en gezellige boel geweest. Tot ze een voor een het huis uit gingen en het steeds stiller werd. Alleen de jongste woont nog thuis, maar die gaat ook stilaan zijn eigen gang. Kortom, Herman en ik zijn steeds vaker alleen met z’n tweeën.

En wat tijdens al die jaren van zorgen en organiseren nooit zo hard is opgevallen, is de laatste tijd pijnlijk duidelijk geworden: we zijn samen een goed stel ouders, maar hebben elkaar als koppel heel wat minder te vertellen. Het is jammer dat we vroeger nooit een periode zonder kinderen hebben gekend, dan zouden we daar nu op kunnen terugvallen. Het uitbouwen van onze relatie liep parallel met het op poten zetten van ons gezinsleven. En we hebben er alles aan gedaan om het deze keer wél te laten

werken, na een eerste stukgelopen huwelijk. Daarbij hebben we vooral geïnvesteerd in de kinderen en veel minder in elkaar. Als we nu met z’n tweeën uiteten gaan of een weekendje weg zijn, draaien onze gesprekken nog altijd grotendeels rond de kinderen: wat zouden ze nu aan het doen zijn, en moeten we niet eens bellen? Soms maak ik me wel wat zorgen over ons, als koppel.

Volgens Herman loopt het zo’n vaart niet. Hij is juist blij dat hij zich niet meer druk moet maken om rapporten, vriendjes of luide muziek. Of ’s nachts wakker moet liggen omdat een van de kinderen nog niet thuis is. Hij geniet van het feit dat er nu meer rust en tijd is. We hebben het toch fijn samen, maken bijna nooit ruzie!? Dat klopt, maar ik weet niet of dat volstaat. Ik ben bang dat ik op een dag naar hem zal kijken en denken: wie is die man ook alweer? Nee, ik denk niet dat we ooit uit elkaar zullen gaan. Daarvoor hechten we te veel aan wat we samen hebben uitgebouwd. We zijn erin geslaagd onze kinderen een stabiele thuisbasis mee te geven; dat familiegevoel vinden we allebei waardevol. Maar ik hoop dat het genoeg is. Ik zit toch vaak met het onbehaaglijke gevoel dat er méér nodig is om samen gelukkig oud te worden.”

NICOLES RELATIESCORE: “Ik geef onze relatie 6/10. Met de hakken over de sloot geslaagd, dus. Omdat we niet ongelukkig zijn, maar ik toch een stuk verbondenheid mis. Hoeveel Herman onze relatie zou geven? Een 7 of een 8.”

Dit zegt de therapeut

”Nicole maakt zich terecht zorgen, omdat ze de verbinding met haar man dreigt te verliezen. Het is belangrijk dat zij en Herman opnieuw gaan investeren in elkaar. Herman heeft minder problemen met hun lege nest, wat niet zo verwonderlijk is. Mannen missen hun kinderen wel, maar kijken er toch wat nuchterder tegenaan. Terwijl vrouwen echt een gevoel kunnen krijgen van ‘wat nu?’. Als Herman kan begrijpen dat het voor Nicole minder evident is en zich emotioneel meer voor haar openstelt, komt dat hun relatie ten goede. Ze zouden ook het best op zoek gaan naar activiteiten die ze allebei leuk en boeiend vinden, om daar samen nieuwe energie uit te putten.”

Katrien en Michael zijn 8 jaar bij elkaar. Zij geeft hun relatie

5/10

”Door zijn affaire voel ik me zo triest, zo gekwetst. En toch wil ik verder, ik wil dat hij de vader van mijn kinderen wordt”

Katrien (34): “Ik geef mijn relatie met Michael 5, niet omdat ik hem niet meer graag zie, maar omdat ik niet weet of we het zullen redden samen. Ik hoop van wel, maar ik kan hem niet dwingen om van me te houden. We zijn jarenlang gelukkig geweest, maar zitten nu in een serieuze dip. Ik dacht eerst nog dat het te maken had met Michaels werk dat hij zich plots zo in zichzelf terugtrok. Hij was aan het uitkijken naar een andere job, maar vond niet meteen iets in deze tijden van economische crisis. Ik heb zelf wél een baan die me op het lijf geschreven is, maar die ook veel van me vraagt. Dus ik had het zo druk dat ik niet eens merkte dat Michael zich steeds gefrustreerder ging voelen, door zijn saaie job én omdat ik veel meer verdiende. Daar kwam hij een paar maanden geleden ineens mee op de proppen. Net als

met het feit dat hij een poesje een affaire heeft gehad met een meisje van vooraan in de twintig. Ik voel me zo gekwetst, ben zo triest.

We hebben wekenlang geruzied en elkaar een hoop verwijten naar het hoofd geslingerd. Nadat de ergste storm bedaard was, dacht ik dat we het hoofdstuk konden afsluiten en er als koppel sterker zouden uitkomen. Of beter: dat hoopte ik, en nog altijd. Want ik wil Michael niet kwijt. Ik hou van hem, ik wil met hem verder, ik wil dat hij de vader van mijn kinderen wordt. Dus haal ik tegenwoordig alles uit de kast om Michael te overtuigen van mijn liefde voor hem. Nu eens met de moed der wanhoop, dan weer optimistisch na een gezellige avond of een romantisch weekend. Tot hij ineens weer zegt dat hij niet weet of hij nog wel van me houdt.”

KATRIENS RELATIESCORE: “Ik geef ons 5/10. Omdat het een dubbeltje op zijn kant is of we hier al dan niet uitkomen. Hoeveel Michael ons geeft? Waarschijnlijk een 3 of een 4.”

Dit zegt de therapeut

”Michael heeft emotioneel afstand genomen van Katrien omdat hij in de knoop lag met zichzelf. Zij heeft dit niet opgemerkt omdat ze in beslag werd genomen door haar eigen werk en bezigheden. Op dit moment is het belangrijk dat Michael de pijn van Katrien erkent. Pas dan zal zij die ook kunnen loslaten. Tot het zover is, zullen er bij haar altijd gevoelens van protest en onvrede blijven opduiken. En ook: als Katrien en Michael de draad weer willen oppikken, zullen ze met z’n tweeën moeten zijn. Misschien kunnen ze even ‘op proef’ apart gaan leven om te zien of ze elkaar echt missen.”

Daniëlle en Greet zijn 5 jaar samen. Zij geeft hun relatie

7/10

”Een superromantische liefde, zoals je ziet in films, is het niet. Maar Greet bracht rust en evenwicht in m’n leven”

Daniëlle (44): “Toen we elkaar leerden kennen, kwamen Greet en ik allebei uit een andere relatie. Greet was samen geweest met een man, die ook de vader is van haar dochtertje. Ze zijn in alle vriendschap uit elkaar gegaan. Ikzelf had jarenlang een stormachtige relatie gehad met een vriendin. Zo’n relatie van hoge pieken en diepe dalen, die steeds slopender en op den duur onhoudbaar werd. Greet en ik kwamen thuis bij elkaar. We waren niet stapelverliefd, maar zij bracht rust en evenwicht in mijn leven en ik was voor haar de eerste vrouw met wie ze zich zo verbonden voelde. We hebben bewust voor elkaar gekozen, ook omdat we wisten dat het zou werken tussen ons. We hebben een vergelijkbare achtergrond, staan

op dezelfde manier in het leven, werken in dezelfde sector. Ik weet zeker dat ik nooit iemand zal vinden die beter bij me past dan zij. Bovendien kreeg ik via Greet ook zomaar een kind cadeau, want haar dochtertje is één week op de twee bij ons. We vormen samen een hecht gezin, hebben veel vrienden, een goede band met elkaars familie én met de ex van Greet. De pijlers van onze relatie? Toch vooral vriendschap, vertrouwen, ons goed voelen bij elkaar. In vergelijking met alle superromantische filmiefdes hebben wij bijna een verstandshuwelijk, vrees ik. Dat vinden we prima, maar in termen van ‘de ideale relatie’ zijn het wel minpunten die ik eerlijkheids-halve in rekening wil brengen.”

DANIËLLES RELATIESCORE: “7/10 is een mooi en realistisch cijfer, waar ik vroeger op school ook dik tevreden mee was. Greet denkt er net zo over en geeft onze relatie 7 à 8.”

Dit zegt de therapeut

”Een stomende verliefdheid staat niet noodzakelijk garant voor een goede relatie. Daniëlle geeft aan dat er rust en evenwicht in hun leven is sinds zij en Greet bij elkaar zijn, dat ze zich goed voelen bij elkaar. Inzet begint als de vanzelfsprekendheid ophoudt, als je kunt denken: ondanks het feit dat jij niet bent zoals ik het me in mijn romantische dromen had voorgesteld, zet ik me voor je in. Inzet in de relatie kun je zien. Daniëlle vertelt bijvoorbeeld dat ze mee zorgt voor het dochtertje van haar partner en dat er vriendschap en vertrouwen is. Daarnaast hebben zij en Greet veel overeenkomsten inzake werk, interesses, sociale klasse en persoonlijkheid. Dat geeft een relatie sowieso goede kansen.”

Het geheim van een goede relatie

Relatietherapeut Birgit Homblé: “Belangrijke pijlers voor een relatie zijn, onder andere, oprechte betrokkenheid en interesse voor elkaar, de balans tussen geven en nemen én de bereidheid om compromissen te sluiten. Ook intimiteit is cruciaal: niet zozeer seks op zich, maar alle manieren waarop je duidelijk maakt dat je partner die ‘ene speciale’ is. Maar hét fundament van een relatie is toch wel wat we ‘veilige emotionele verbondenheid’ noemen. Je mag van je partner verwachten dat je hem kunt vertrouwen, dat hij je koestert en beschermt. Is je partner je beste vriend? Kun je alles aan hem kwijt, voel je je begrepen? Als een koppel problemen heeft, ligt het vaak aan te weinig emotionele verbondenheid. Slaag je erin om daaraan te werken, dan kan het tij nog keren. Natuurlijk moet er in je leven ook plaats zijn voor andere mensen en eigen hobby’s, maar je partner zou toch op de eerste plaats moeten komen.”



Een onvoldoende... en wat nu?

Ellen en Koen kennen elkaar 12 jaar. Haar relatiescore:

4/10

"Als ik vraag om bij me te komen zitten met een glas wijn, bekijkt hij me alsof ik van een andere planeet kom"

Ellen (36): "Koen en ik hebben twee kindjes, een fijn huis, elk een goede baan, geen geldzorgen. Ik heb alles om gelukkig te zijn, maar ben het niet. Koen is een goede man en een prima vader, maar hij is absoluut geen prater. Ik heb altijd gehoopt dat ik dat op een dag zou kunnen accepteren. Maar ik mis het hoe langer hoe meer dat onze relatie niet de diepgang heeft waar ik naar verlang. We praten over koe-tjes en kalfjes, over het werk, de kinderen, het huishouden. Maar nooit over onze diepste gedachten en gevoelens. Laat staan dat we elkaar zouden vragen of dit het leven is dat we gewild hebben. Wat Koen betreft, denk ik dat ik het antwoord wel ken: hij is tevreden. Maar ik wil méér dan elke avond naast elkaar tv kijken. Of in mijn eentje, terwijl hij zit

te internetten. Als ik vraag om een muziekje op te zetten, een glas wijn in te schenken en bij me te komen zitten, kijkt hij me aan alsof ik van een andere planeet kom. Ik voel me soms zo eenzaam, terwijl we in hetzelfde huis wonen en in hetzelfde bed slapen. De laatste tijd snauw ik hem ook vaak af en reageer geïrriteerd op zowat alles wat hij doet. Ik kan het zelfs niet meer opbrengen om met hem te vrijen.

Wat ik hoop? Dat hij alsnog wakker schrikt, zodat we het roer kunnen omgooien, misschien door in therapie te gaan. Wat ik vrees? Dat ik op een dag besluit om bij hem weg te gaan, omdat ik op mijn vijftigste niet achterom wil kijken en moet vaststellen dat ik me schromelijk vergist heb. Als we geen kinderen hadden, denk ik dat ik het nu al wist."

ELLENS RELATIESCORE: "Ik geef onze relatie een onvoldoende, door het gebrek aan communicatie. En al mist Koen dat minder dan ik, ik denk ook niet dat hij echt gelukkig is. Volgens mij geeft hij ons 6 op 10."

Dit zegt de therapeut

"Voor Ellen en Koen is het vijf voor twaalf. Ze voelen zich niet meer verbonden met elkaar, zodat er niet meer gepraat wordt. Misschien kan Koen zijn emoties moeilijk verwoorden, omdat hij dat nooit geleerd heeft. Of misschien heeft hij wel geprobeerd, maar opgegeven. Hoe meer hij zich afsluit, des te meer krijgt Ellen het gevoel dat hij haar en hun relatie niet belangrijk vindt. **Ellen en Koen moeten ruimte maken om te praten** over emoties als angst, gêne en verdriet, maar ook over wat ze verwachten van een relatie. Relatietherapie kan helpen."

Riet en Luc zijn bijna 30 jaar getrouwd. Hun relatie krijgt

3/10

"Waarom ik mijn huwelijk toch nog die paar puntjes geef? Voor de mooie jaren die we hebben gekend"

Riet (50): "Luc en ik wonen nog onder hetzelfde dak, maar daarmee is alles gezegd. We leiden al jaren elk ons eigen leven. Uit elkaar gaan was geen optie zolang de kinderen studeerden; we zouden het geen van beiden financieel redden. Nog 2 jaar: dan hebben ze hun diploma en ver-

huis ik naar de kust, waar mijn familie woont. Waarom ik mijn huwelijk nog een 3 geef, terwijl het al morsdood is? Omdat ik het knap vind dat Luc en ik erin slagen om op deze manier tot een leefbare oplossing te komen. En *for old times sake*, voor de mooie jaren die we samen hebben gekend."

RIETS RELATIESCORE: "Een 3 dus. Hoeveel Luc ons geeft? Dat zou ik echt niet meer weten."

Dit zegt de therapeut

"Riet en Luc zijn ervan overtuigd dat een scheiding onafwendbaar is. Eigenlijk leven ze al een stukje 'apart'. **En ook al lijkt de stap voor hen daardoor minder groot, een echtscheiding vraagt altijd een verwerkingsperiode.** De score die Riet geeft, voor de mooie jaren die ze samen gekend hebben, geeft aan dat er misschien nog schuldgevoelens zullen bovenkomen, en verdriet om het verlies van wat ooit geweest is. De verwerking van een relatie is pas afgerond als beide partners de nieuwe situatie hebben aanvaard."

Best tevreden, de Libelle-lezeres!

Hoeveel punten geeft u uw relatie, en waarom? vroegen we op de Libelle-site. Honderden lezessen vulden hun score in – wat een gemiddelde opleverde van 7,5 op 10! – en motiveerden hun cijfer. Enkele reacties:
● "9, want hij is mijn beste vriend, supersexy, een keigoede papa én hij kan strijken. What more could a woman want?"

● "5. We doen haast niets meer samen en blijven vooral samen voor de kids."
● "Een 7, omdat we regelmatig ruzie maken maar het ook graag weer bijleggen."
● "Hooguit een 4, want de kernwoorden van onze relatie zijn: sleur en egoïsme."
● "Ik geef onze relatie een 8, omdat ik na 33 jaar nog altijd kriebels voel en het fijn vind als ik hem na een werkdag weerzie."