

KERST EN ONS 'SOCIAAL KONVOOI'



Een gevarieerd netwerk van familieleden, vrienden, collega' en anderen – je sociale konvooi – vormt de basis voor sociale verbondenheid. Wederkerige aandacht voor elkaar en klaarstaan om elkaar bij praktische of emotionele problemen in het dagelijks leven te ondersteunen, functioneert dan als een soort van 'eerste-hulplijn'.

Sommige mensen verkiezen een klein konvooi: bijvoorbeeld de partner, kinderen, een buur en een goede vriend. Andere mensen hebben graag een groter konvooi om zich heen: naast de partner en kinderen, bijvoorbeeld ook een broer, zus of ander familielid en naast een goede vriend waarderen ze ook betekenisvolle contacten met mede leden van een vereniging, mede-vrijwilligers enzovoort.

Vooraf de kwaliteit van de contacten is erg belangrijk voor gevoelens van sociale verbondenheid; dat leden van het konvooi elkaar wederzijds ondersteunen waar dat nodig of nuttig is. Een goed functionerend konvooi komt echter niet zomaar uit de lucht vallen. Het komt alleen maar tot kwaliteit wanneer we tijd voor elkaar vrij maken. Verwaarloosde contacten met leden van ons konvooi verdienen een snelle ingreep.

Traditioneel vormt de periode rond Kerst een goede gelegenheid om elkaar weer eens uit te nodigen en te bezoeken. Familieleden komen eten, met een groepje vrienden verzorgen we een gezellige middag. En de mensen uit ons sociale konvooi die door gezondheidsproblemen niet meer uit huis komen, zullen we zeker opzoeken. Maar let op! Een bezoekje of kaartje eenmaal per jaar helpt deze mensen niet. We moeten er voor hen zijn het gehele jaar door.....

Jenny Gierveld is Honorary Fellow bij het NIDI.