**Hoe gaat u om met moeilijke mensen?**

Onze levensstijl is aan veel punten te ijken, onder andere aan de manier waarop we reageren op andere mensen, vooral als die lastig zijn. Als iedereen aardig tegen ons doet, is het niet moeilijk om als christen vriendelijk te reageren. Als anderen minder aardig doen, komt het er meer op aan of wij op een christelijke wijze met (dreigende) conflicten kunnen omgaan.

Heel wat mensen hebben regelmatig woorden met elkaar. Echtgenoten, colle­ga's, ouders en kinderen, leraren en leerlingen, broers en zussen: meer dan eens staan ze chagrijnig tegenover elkaar. Relatiestoornissen zijn soms als een dag slecht weer, waarna de opklaringen komen. Soms lijken ze op een sombere en koude winter, waarvan het einde niet in zicht is.

Hoe los je relatieproblemen op? Dat hangt van de herkomst af. Die is uiteraard per probleem verschillend. Daarover valt hier niets zinnigs te zeggen. Dat is ook meer het terrein van de psycholoog om daarover te spreken.

Hoe versterk je daarentegen een relatieprobleem? Dat is niet moeilijk te beantwoor­den. Je schuift gewoon de schuld van het conflict altijd op de ander. Je reageert onmidde­llijk en heftig op alle niet leuke woorden of daden van de ander. Je zit voortdurend als een bok op de haverkist. Dan verwordt een klein begonnen storing in de relatie tot een langdurige vechtrelatie. Dagelijks zijn er irritaties over en weer.

Relatieproblemen volledig oplossen is zo eenvoudig niet. Een negatieve spiraal doorbre­ken, ligt wel binnen ons aller bereik. Daarmee kunnen we vandaag beginnen. Hiermee zijn we niet alleen op het terrein van communicatievaardigheden maar ok van de ethiek. God heeft er ook mee te maken. Het is onze opdracht om negatief denken en spreken te proberen om te buigen in een positieve richting. Daarvoor hoeven we zelfs de medewerking van onze moeilijke man of dochter niet eens te hebben. Wijzelf kunnen een eerste stap zetten om een ruziecirkel te doorbreken. Om zover te komen, moeten we goed gemotiveerd zijn. Als we echt willen, kunnen we iets positiefs zeggen of doen om de ander voor ons te winnen. Het maakt niet uit of de ander dat direct goed oppakt. Als onze instelling positief is, hebben we in elk geval een begin gemaakt met het werken aan verbetering.

Waar halen we onze motivatie vandaan om goed te zijn voor iemand die moeilijk voor ons is? Er is een Engels gezegde dat, in onze taal overgezet, als volgt luidt: 'Houd het meest van mij als ik dat het minst verdien, want dan heb ik dat het hardste nodig.' Moeilijke kinderen verdienen, juist omdat ze moeilijk zijn, liefde en aandacht. Het vraagt weinig inspanning om positieve aandacht te schenken aan gezellige zieken. Het komt er op aan of wij door hebben dat ze die juist nodig hebben als ze mopperen. Lastige buren of een moeilijke grootvader hebben onze glimlach het hardst nodig als ze zelf niet (meer) kunnen glimlachen. Dat sluit uiteraard niet uit dat wij weleens een hartig woordje kunnen wisselen met de buren of een kind met woorden een gezond pak slaag mogen geven. Liefhebben is iets anders dan dingen die gezegd moeten worden om de lieve vrede wil verzwijgen. Wie liefheeft doet zijn mond open, niet om de ander eens een lesje te leren maar om hem verder te helpen in het leven.

Waarom is het zo belangrijk om juist hartelijk te zijn tegenover mensen die niet aardig zijn voor ons? Een paar redenen wil ik noemen.

1. Als iemand moeilijk is, snakt hij naar positieve aandacht. Blijkbaar is het voor hem niet mogelijk om (op een bepaald moment) op een normale manier met anderen om te gaan en op een gewone wijze om liefde te vragen. De moeilijke vrouw of zoon is verkrampt of angstig of teleurgesteld en kan daar niet goed mee omgaan.

2. Hartelijkheid is de beste reactie op een dwarse houding van de ander. Liefde werkt ontspannend. Als onheus gedrag met hartelijkheid wordt beantwoord, wordt de angst of teleurstelling of bitterheid van de ander minder. Zouden we onvriendelijk reageren, dan wordt onze relatie met die persoon nog meer onder druk gezet.

3. Als liefdeloosheid met liefdeloosheid wordt beantwoord ontstaat er een machts­strijd. Waar strijd is, vallen gewonden en zijn er slachtoffers. Een machtsstrijd levert nooit winnaars op, alleen maar verliezers. Kwaad kan immers nooit met kwaad overwon­nen worden, alleen maar met het goede (Rom.12:21). Wie er voor kiest om te stoppen met liefhebben en de strijd aan te binden met zijn vrouw of leerling, weet zeker dat er twee verliezers zullen zijn. Hijzelf en de ander.

4. Alleen liefhebben wie ons liefhebben, is geen christelijke levenshouding. Dat doen tollenaars ook (Matth.5:46,47). Christus liefde voor zondige mensen gaat tot het einde (Joh.13:1). Wie dat het minst verdienen, ontvangen van Hem, tot hun eigen verwonde­ring, de meeste liefde. Als liefhebbende Heiland is Christus het belangrijkste voorbeeld voor ons allen (Joh.13:14,15). Wie Hem dagelijks navolgt, kan moeilijke mensen liefhebben (Matth.5:38-45).

De auteur Emerson Eggerichs spreekt in een van zijn boeken over de cirkel van hoop en de cirkel van wanhoop. IEDEREEN die in de cirkel van wanhoop terechtkomt, kan ZELF in de cirkel van hoop stappen en die dan ook bij een ander op gang brengen. Hoe? Door een eerste stap naar de ander te zetten in liefde en vriendelijkheid, op het moment dat je die ander misschien wel heel moeilijk vindt.

**Cirkel van hoop**

Ik ben vriendelijk en open; ik geef liefde

Ik voel me niet gewaardeerd; ik eis liefde

**Cirkel van wanhoop**

Ik ben niet vriendelijk en open

Ik voel me gewaardeerd

Anderen reageren niet vriendelijk

Anderen reageren vriendelijk