



Klinisch seksuoloog, psychotherapeut en auteur van o.a. *Gek van Liefde* (Van Halewyck, 2010)

## Kiezen of aftellen

Soms zou je willen dat bepaalde dingen uit je jeugd nooit verdwenen waren. We hebben ze wellicht verloren op de autosnelweg naar volwassenheid, achtergelaten op een parking, omdat ze niet passen in de dominante wereld van rationaliteit, prestatie en efficiëntie. Nochtans waren er heel mooie bij, waar ik soms met nostalgie naar terugverlang. Zo hadden we als kind bijvoorbeeld ons eigen systeem om moeilijke keuzes te maken of twijfels weg te nemen. Zal ik dat snoepje met aardbeismaak kiezen of dat chocolaatje? Wie mag er meedoen met het spel? Kinderen verkeren zelden lang in twijfel, ze hebben daar namelijk een goede remedie tegen: aftellen, in de kindervandelingen meestal 'potten' genoemd. Het vaakst gebeurt dat onder de vorm van een ritmisch rijmpje: *In een camionnetje/lag een sigaretje/'k stak het in mijn mondje/'t was een kaka-strontje of Achter de piano/stond een potje inkt/wie daarvan drinkt/stinkt!* Het was een heuse en adequate *problem solving* strategie die ook bij volwassenen best zijn nut zou kunnen hebben. Hoe vaak komt het immers niet voor dat we heel wat tijd en energie verliezen door te blijven twijfelen tussen twee haast gelijkwaardige alternatieven. De dag begint er dikwijls al mee: wat zal ik nemen bij het ontbijt, brandnetelthee of rozenbottel, chocolademuisjes of chocopasta, brood of beschuit en ga zo maar door. Even later sta je vertwijfeld voor de kleerkast. Om te vermijden dat

je daar een kwartier later nog staat hang of leg je de kledingstukken op een rij en tel je af: *Wat-zal-ik aan-trek-ken?/Niets-van-aan-trek-ken!/Laat-het-lot-maar-kie-zen/En-hou-nu-op-met-knie-zen.* Vooral in delicate sociale situaties waarin gekozen moet worden wie mag meedoen of wie uitverkoren wordt is 'potten' een aanrader. In plaats van ingewikkelde strategieën te bedenken om X niet voor het hoofd te stoten als je Y uitnodigt tel je gewoon af. Moet er beslist worden wie met die knappe klant uit eten mag? Maak er op de teamvergadering een gelegenhedenversje van: *Wie-mag-met-haar-e-ten? Wordt-het-jij-of-wordt-het-hij?/We-zul-len-het-nu-we-ten/Jij!*

Maar je kan er ook de spanning inhouden door degene die aangeduid wordt te laten afvallen en het rijmpje telkens opnieuw te herhalen tot degene die overblijft bekroond kan worden als ontgensprekelijke winnaar. Om ernstige conflicten te vermijden moet dat wel duidelijk afgesproken worden vóór het aftellen wordt ingezet. Voor de duidelijkheid eindig je in dat

geval het rijmpje het best met zoals *'jij bent af'*, want anders denkt de aangeduide toch nog dat hij de uitverkorenen is. Een voorbeeldje. Na de familiebijeenkomst moet beslist worden wie de opgelopen

restaurantrekening betaalt: *Wie-gaat-dat-be-ta-len/En-wel-zon-der dra-len/Pief-Poef-Paf/En-jij-bent-af.*

Als het een lawaaige drukte is moet je wel eerst even de aandacht capteren van alle aanwezigen alvorens het aftelrijmpje in te zetten. Dat doe je het best - ook weer naar analogie met onze kindertijd - door met luide stem *'pot pot pot'* te roepen, waarbij je met de binnenkant van je gestrekte rechterhand drie keer op je tot een vuist gebalde linker klopt. Let wel: als je vermoedt dat er een potentieel aan lesbische dames aanwezig is kan je er voorzichtigheidshalve aan toevoegen dat *'pot pot pot'* zeker niet persoonlijk genomen mag worden.