

Connectie

Deze zomer is het derde seizoen van de immens populaire serie 'B&B Vol liefde' gestart. In de pauze op het werk gaat het nergens anders over. Als we de kijkcijfers mogen geloven, wordt er veel gekeken en zoals het een goede serie betaamt, wordt er ook over gepraat in een podcast. Met ons gezin gaan we dit jaar vroeg in de zomervakantie op vakantie en daarom leek het volgen van de serie mij niet zo handig. Ook de vorige seizoenen heb ik niet gevolgd. Echter, ons dagelijks krantje staat er vol mee, zowel middels artikelen, columns als brieven van lezers. Het triggerde mij om bij thuiskomst toch maar eens te kijken, want ik vind het ook leuk om gedrag van mensen en interpersoonlijk gedrag te observeren en tegelijkertijd is het een fijne ontspanning. En nog mooier: ik kan meepraten in de pauzes op het werk en snap de grapjes of grappige chatberichtjes die collega's delen! Al met al dus een serie die je gezien moet hebben. Toch?

In B&B Vol liefde draait het om acht bed-and-breakfasteigenaren die op zoek zijn naar de liefde. Het concept lijkt op dat van *Boer zoekt Vrouw* maar dan bij de commerciële zender, en is misschien wel net zo kneuterig. De B&B-eigenaren zijn divers, van de 26-jarige Joy die in Spanje meerdere B&B's op een berg heeft, tot de 68-jarige Marian die een prachtige B&B in Portugal heeft. Joy en Walter zijn heel spiritueel, terwijl Debbie en Marian meer *down to earth* zijn en Bram zelfs een geheel zelfvoorzienende boerderij in Zweden heeft. Van de deelnemers Leendert, Martijn en Petri kun je je afvragen wat zij zoeken in een relatie.

Naast de soms ongemakkelijke momenten tussen de deelnemers en de B&B-eigenaren zijn er ook vele individuele biechten voor de camera. Hieruit leren we als kijker dat het belangrijk is om 'connected te zijn', een diepere connectie of emoties te voelen en dat verbinding belangrijk is. Hoewel dit de basis is van ons mens-zijn - van nature willen wij namelijk hechten en verbinding met een ander aangaan - roept het bij mij ook iets recalcitrants op. Want wat is dat dan precies, die diepere laag en connectie voelen? Ik heb met sommige deelnemers te doen, als zij als feedback krijgen dat de ander niet die diepere verbinding voelt, terwijl ze pas 48 uur samen zijn. Soms lijkt het ook alsof dit iets zwart-wits is, terwijl dit volgens mij toch meer een soort continuüm is. Zelf heb ik ook weleens dat ik meteen een klik voel of niet, en hebben we het gezegde 'You never get a second chance to make a good first impression'. Maar mijn inziens is dit nog alleen de eerste impressie dus niet die diepere connectie. Maar misschien ben ik ook wel gewoon te nuchter om dit goed te snappen? Bij sommige B&B-eigenaren zien we dat ze in de biecht beschrijven nog geen liefdesklik te voelen maar dit gewoon nog even de kans te geven, of, zoals Walter bij Claudia aangeeft, de ander wel graag om zich heen te hebben. Inmiddels heb ik ook een hoop nieuwe woorden geleerd, zoals zonnevlecht en vrouwelijke energie. Maar ik heb ook geleerd dat je veel Engels door je zinnen moet mengen. Hierbij is het vooral schattig dat Bram de hele tijd zelf Engelse woorden gebruikt en dat hij het van deelnemer Suus dan vooral schattig vindt dat zij vaak Engelse termen gebruikt (en dat ze dit waarschijnlijk doet

In zicht

omdat ze nog jong is). Iets met de pot die de ketel verwijt tot hij zwart ziet.

Het programma lokt bij uitstek ook de ingewikkelde momenten uit die we allemaal kennen op de werkvloer of in contact met cliënten, als er feedback moet worden gegeven. Als psychologen en orthopedagogen leren we allemaal dat feedback opbouwend moet zijn, vanuit een ik-boodschap en zo concreet mogelijk. Veel B&B-eigenaren komen echter niet verder dan: 'Je bent een hartstikke leuk mens, moet je niet veranderen, maar ik voel het niet' of 'Dit wordt niks'. Ook is er het onderdeel openstaan voor feedback/reacties van de ander: maar weinig deelnemers geven een inhoudelijke reactie en alleen Leendert staat open voor de feedback van Niesje over wat er allemaal schortte aan zijn B&B. Wat dan wel weer sneu is, omdat het een lange lijst was. Leendert herkende het ook niet allemaal, omdat gasten dit nooit zo tegen hem hebben genoemd. We zien in de biechten van de deelnemers en B&B-eigenaren meer concrete opmerkingen over gedrag of uiterlijk van de ander, maar óf deze opmerkingen in het gesprek met de ander hebben de montage niet gehaald, óf men durfde het toch niet te zeggen tegen de ander.

Dit raakt gelijk een ander punt in onze communicatie en interactie: onze reacties onder stress. Die zeggen iets over onze hechtingsstijl, iets wat zich ontwikkeld heeft vanuit onze vroege kindjaren. Zo snel inschattend, vanaf de bank, lijken de meeste B&B-deelnemers vooral vermijdend gehecht te zijn. Er zijn er weinig die ontvlammen of boos worden en als het dan toch gebeurt, gaat

dit nog netjes en beheerst. Ingrid is in haar biecht heel boos na haar afscheid van Walter, maar uit dit naar hem vooral wat passief-agressief door minder contact te hebben en gelijk weg te willen. Ook bij Madelon en Yamie-Lee is meer emotie zichtbaar, maar deze wordt kort geuit en dan vertrekken de deelnemers het liefst zo snel mogelijk.

Ik ben inmiddels om. Wat een heerlijke serie, zo in de zomermaanden. Lekker genieten van de ongemakkelijke momenten van de ander en ondertussen mee gokken op de bank wie de klik nu wel heeft en wie niet. En als er dan een kusje valt ... yes! Inmiddels ben ik ook aan de podcasts begonnen omdat die een heerlijke nabeschuiving zijn van de aflevering. De serie heeft er dus een fan bij én ik kan op het werk weer meekletsen met mijn collega's. Een echte win-winsituatie!

Moniek Coorn

is als klinisch psycholoog werkzaam bij Jeugd GGz, onderdeel van de Dimence groep.