

Natal sem estresse

Muita gente sofre à toa nessa época e, convenhamos, ninguém quer atritos nessas reuniões. Há quem ame Natal, mas também os que são anti sociais, os que preferem se recolher, os que não tem família na cidade, os que tem péssimas memórias dessa época...

Ufa! Me solidarizo com todos, mas, como a maioria acaba indo a uma ou outra festa, espero que as dicas abaixo sirvam para que esses encontros de fim de ano sejam mais amenos.

A etiqueta em festas de família é a praticamente a mesma de festas na casa de amigos?

Sim, com cuidados redobrados pois, com família, tendemos a nos distrair e escorregamos. Conhecemos seus podres, vamos fazer “uma graça” que de repente não é graça. Família se ofende toa portanto é bom se ligar.



O que é proibido? Provocar o cunhado/a ou amig/a, reclamar do presente; beber demais... Em tempo: Aguarde a sogra/sogro ou aquela tia mais lerdinha, que está exigindo mais atenção. E, principalmente, não fale de política, não entre em discussões fúteis e inúteis.



Obrigatório presente para todos os familiares? Leve presentes para o dono da casa e para as crianças da família. Em família, siga a praxe da família – cada caso é um caso.

Em família deve-se dividir o valor da ceia? Depende também. Em família, dá para dividir o valor ou combinar (cada um leva um prato e quem leva o que). Agora é mais fácil pedir para cada um levar um prato, deixar quentinhas preparadas para depois os familiares (se quiserem) levar de volta alguma coisa, porque sempre sobra... Ainda: uma sobremesa gostosa é sempre bem vinda e nunca é demais! Já, dividir o valor da ceia gera controvérsias, vai ter quem reclame, questione porque comprou isso que é mais caro etc. Prefira a ceia colaborativa

Como fugir de conversas desagradáveis? Fazendo o olhar de paisagem ou indo para outro canto. Mude de assunto fale: “ai

não quero falar sobre isso, mas me conte sobre..." e segue nessa toada.

Dica de ouro de como passar pelo período de forma leve: o ideal é se convencer que não precisa seguir um roteiro pré-determinado, não somos obrigados a nada. Mas você tem que avisar as pessoas se você vai ou que você não vai.

Combinar antes é importantíssimo e se você não gosta dessas comemorações, você pode muito bem ficar em casa (sempre avisando antes e sem contagiar o outro).

Ok, você prefere não ir, mas tem muita gente que ama esse período por isso respeite.

E administre na hora qualquer estresse (natural nessas circunstâncias) com leveza.

É bom lembrar que passa e que no fundo você está numa festa, está comemorando, não gastando em médico. E que amanhã é outro dia.