

‘Als je je kind wilt laten lopen, moet het vuur aan’

PSYCHOLOGE MARTINE DELFOS OVER HET MOTIVEREN VAN PUBERS

Via de landelijke ouderadviestelefoon 0800-5010 krijgt de NKO regelmatig wanhopige ouders aan de lijn waarvan het kind met geen mogelijkheid vooruit is te branden. Taken in het gezin en het huiswerk worden verwaarloosd, ondanks alle ernstige gesprekken, ruzies en begeleiding thuis en op school. Het regent dan ook onvoldoendes. Zelfs het perspectief van zittenblijven, of – nog erger – verwijdering van school verhoogt de inzet niet.

‘Ziet mijn kind dan niet dat het mis gaat? Denkt hij dan niet aan zijn toekomst?’ Volgens psychologe Martine Delfos dringen ouders met deze vragen niet door tot de kern. ‘Ouders hebben vaak de neiging om hun puber te willen overtuigen met argumenten. Ze zeggen bijvoorbeeld: “Als je je huiswerk niet doet, haal je nooit je diploma en krijg je later geen werk”. Dat weet je kind zelf ook wel en is alleen maar slaapverwekkend voor hem. Bovendien, wie argumenteert, zegt niet

wat hij of zij werkelijk vindt en voelt. Daarnaast kunnen argumenten altijd worden weersproken. Ze lokken uit tot competitie. Pubers voelen die speelruimte. De verleiding is voor hen dan erg groot om daar gebruik van te maken’.

GAAN STAAN

‘Jongeren hebben vaak niet in de gaten hoe kwetsbaar ouders in hun liefde voor hun kind kunnen zijn. Ze zien hun ouders als de sterke

partij waartegen zij mogen opboksen. Soms maken ze er zelfs een sport van. Met argumenteren verlies je altijd, omdat je kind wil winnen en zich niet wil laten kennen. Ouders moeten daarom gaan staan voor wat ze werkelijk vinden, denken en voelen. Zeg dat je puber iets écht moet doen, ook al heeft hij geen zin. Daar gaat gezag van uit. Veel ouders vinden dat heel eng. Ze willen vermijden dat hun kind hen niet meer aardig vindt, of ze vrezen een heftige, ongehoorzame of brutale reactie. In wezen zijn ze bang om de liefde van hun kind te verliezen. Die angst is begrijpelijk, maar ongegrond. Ook al word je kind boos, hij of zij beseft maar al te goed dat ouders onvervangbaar zijn. Blijven staan is dus het devies. Niet soebatten! Dat betekent overigens niet dat je geen moeite hoeft te doen om je mening uit te leggen. Uitleggen is

Vervolg op pagina 3



namelijk iets anders dan argumenteren. Je maakt je standpunt dan (via Ik-boodschappen) duidelijk zonder de discussie aan te gaan. Daarna hoeft jezelf niet meer eindeloos te herhalen als je kind je mening al kent'.

HERSENS AAN

'Een ander nadeel van "preken" door ouders is dat de hersenen van pubers hiermee als het ware in de uitstand worden gezet. Ze luisteren niet bewust naar je en wachten rustig af tot de storm is gaan liggen. Beter is het daarom om die hersenen in de aanstand te zetten. Dat kun je doen door ze vragen voor te leggen in de trant van: "Ik begrijp niets van je gedrag, je haalt de ene na de andere onvoldoende terwijl je veel beter kunt. Dat weet je zelf ook wel. Wil je dan niet overgaan en bij je vrienden in de klas blijven?". Of: "Ik denk dat je later er spijt van zult krijgen als je je diploma niet haalt. Stel je nu eens voor dat ik daar gelijk in krijg ...?". Ook je kind eens zijn neus durven laten stoten door hem of haar verantwoordelijkheden te geven, kan soms wonderen doen. Het is dan wel belangrijk dat je daarbij een beredeneerd risico neemt, zodat er geen ernstige, blijvende gevolgen kunnen optreden. Verder is van belang dat je kind weet dat je hem of haar niet in de steek laat, maar juist vertrouwen geeft. Dit kun je doen door bijvoorbeeld te zeggen: "Ik heb het gevoel dat je vindt dat ik zeur. Ik doe dat om je te beschermen, maar je vindt dat kennelijk niet nodig. Zullen we een testje doen of je het echt zelf kunt? Oké, dan houd ik nu op met zeuren". Je kind weet dan van tevoren dat de bal bij hem ligt. Door deze benadering

is de kans groter dat je kind zich inderdaad gaat afvragen: "Waarom doe ik eigenlijk zo gek?" Verwacht echter niet dat hij of zij dat zal toegeven. Het voorhouden van een spiegel wekt bij pubers veelal diepe schaamtegevoelens op'.

RISICO'S

'Die schaamte speelt vooral bij jongens als er sprake is van competitie. Er is in hun beleving niets erger dan falen in iets waar je werkelijk je best voor hebt gedaan. Huiswerk leren is al niet "cool", maar een onvoldoende halen voor huiswerk dat is geleerd, is wel het toppunt van sukkeligheid. Door je huiswerk niet te doen, voorkom je dus een afgang. Het slechte cijfer is dan immers verklaarbaar en geen gevolg van persoonlijke zwakheden. De werking van dit mechanisme kan moeilijk worden overschat. Dat geldt overigens ook voor de verslavende werking van de computer. De spanning en de uitdaging van de virtuele wereld van de games kunnen pubers helemaal opzuigen. Ouders moeten daar beslist grenzen aan stellen en als dat niet lukt professionele hulp gaan zoeken'.

VUUR AANWAKKEREN

'Meestal correspondeert het gebrek aan inzet, met de dwarse jaren in de puberteit. Dat is glo-

baal van 14 tot en met 16 jaar. Je kind groeit er meestal overheen. Pubers maken in die leeftijd een enorme ontwikkeling door en er gaat verschrikkelijk veel door hun hoofd, ook al denk je dat ze niets doen. Zelf deed ik vroeger ook nooit mijn huiswerk en ben ik meerdere malen blijven zitten. Daar heb ik nu nog wel eens spijt van, maar ik heb toen wel allerlei andere nuttige dingen gedaan die ik niet had willen missen, zoals het lezen van heel veel boeken. Dat roept de vraag op of je puber echt tot niets komt, of dat dat alleen maar zo lijkt. Het wordt namelijk pas echt vervelend als je kind steeds aan zijn huiswerk moet denken, dat vervolgens toch niet doet, maar zijn tijd ook niet op een andere, zinvolle manier besteedt. Vooral het hebben van contact met vrienden is van groot belang voor pubers. Door die contacten slepen ze elkaar vaak door de moeilijke fase heen. Verder kan het helpen om je te herinneren wat je kind fascineerde als keuter of jong kind. Als ouder weet je waar je kind warm voor loopt. Dat is kennelijk wat je kind moet gaan doen. Niet hoe jij wilt dat je kind moet zijn, moet zijn of haar ontwikkeling bepalen, maar wie je kind is. Daarmee wakker je het heilige vuur in hem of haar aan'.

NICO FOPPEN

Dr. Martine F. Delfos is psycholoog, psychotherapeut en wetenschapper. Daarnaast geeft ze lezingen en onderwijs. Ze is tevens auteur van een groot aantal publicaties op het terrein van de psychologie, gespreksvoering met kinderen (*Ik heb ook wat te vertellen! Communiceren met pubers en adolescenten*) en de verschillen tussen mannen en vrouwen (*Verschil mag er zijn. Waarom er mannen en vrouwen zijn*).

Meer informatie: www.mdelfos.nl

MET LOOT OP WEG NAAR DE TOP!

Stel, je kind is geselecteerd door zijn of haar sportbond om voor het nationale jeugdteam uit te komen, of het wordt door de sportbond tot de toptalenten gerekend. De kans is groot dat het dan een zogeheten LOOT-status van het Olympisch Netwerk kan krijgen. LOOT staat voor Landelijk Overleg Onderwijs en Topsport. Met deze LOOT-status kan je kind op één van de LOOT-scholen speciale faciliteiten krijgen om onderwijs en topsport zo goed mogelijk te combineren. Dit betekent in de praktijk dat er mogelijkheden zijn om vrijstellingen voor bepaalde vakken te krijgen, in minder lestijd dezelfde stof te doen en gespreid examen aan te vragen. Daarnaast krijgt je kind hulp om zijn of haar rooster zo passend mogelijk bij de sportactiviteiten te maken. Ook is er, als dat noodzakelijk is, de mogelijkheid van bijles en kunnen proefwerken en tentamens in overleg worden verplaatst.

Een aantal bekende sporters heeft een LOOT-verleden: Inge de Bruijn, Klaas-Jan Huntelaar, Martin Verkerk, Sven Kramer, Yoeri van Gelder, Ireen Wüst, Wesley Sneijder en vele anderen.

LOOT-scholen zitten verspreid over heel Nederland. Van Groningen tot Sittard en van Enschede tot Bergen op Zoom. Als je meer wilt weten over de mogelijkheden van LOOT, neem dan een kijkje op de website: www.stichtingloot.nl



PRIJZEN VERGELIJKEN KINDEROPVANG

Ouders kunnen in 2009 via internet de prijzen vergelijken van kinderopvangorganisaties. Staatssecretaris Dijkma van Onderwijs laat daarvoor een vergelijkingsinstrument ontwikkelen. Zij wil op deze manier de transparantie in de sector vergroten en ouders inzicht geven in de prijzen van de kinderopvangorganisaties. Het Ministerie van OCW heeft signalen ontvangen van ouders over kinderopvangorganisaties die hun prijzen buitensporig verhogen voor het jaar 2009. Voor ouders is niet altijd duidelijk of deze verhogingen terecht zijn. [Lees verder>>>](#)