



Luister eens naar je puber

Ouders zouden best eens wat vaker naar de opvoedadviezen van pubers mogen luisteren, stelt gezinscoach Laura Tietjens. Arjan (15): 'Mijn moeder kan slecht nee zeggen. Daarom vind ik het moeilijk haar serieus te nemen.'

Tekst: Dominique Prins **Foto:** Crislide van den Asssem en Joren Molter

Het is droevig gesteld met de reputatie van pubers. Ze doen alles wat niet mag, zijn niet in beweging te krijgen als ze iets móeten doen en het ergste: ze luisteren niet. Maar draai dat eens om: luisteren wij wel naar pubers? Het zou veel opvoedellende schelen als we dat vaker zouden doen, stelt Laura Tietjens, die als coach in haar praktijk Magic of Life gezinnen met problemen begeleidt: „Waarom we dat meestal niet doen? Omdat we bang zijn iets te horen dat ons niet uitkomt, of waar we iets mee moeten.”

Tietjens (zelf moeder van een puberzoon) luisterde wél naar pubers, en schreef het boek *Hoezo lastige puber?!*. Haar belangrijkste conclusie? Pubers zijn prima in staat om waardevolle opvoedadviezen te geven. Vijf adviezen van de beste deskundigen: pubers zelf.

WEES NIET TE STRENG...

„Ik ken een jongen die heel streng wordt opgevoed. Hij mag heel weinig, zijn ouders denken dat hij heel braaf is. Maar intussen jat hij, drinkt hij en liegt hij tegen zijn ouders,” vertelt Jasper (14). „Mijn eigen ouders zijn niet zo streng. Ze proberen meer met me te praten. Dat vind ik slim van ze, want daardoor zijn we vrienden en wil ik ze niet teleurstellen. Laatst had ik iets uitgehaald wat ze niet zo leuk vonden, maar dan geven ze geen straf. We praten dan waarom het niet goed is wat ik deed. Met praten bereik je meer, want van veel straffen word je als kind alleen maar boos.”

„Mijn vader hield altijd preken van een paar uur,” vertelt Abdullah (ex-puber). „Over dingen die ik fout deed, dingen die ik niet mocht, vrienden die ik niet mocht zien. Toen ik op mezelf woonde ging ik los met drugs, jarenlang. Dat weten mijn ouders nog steeds niet.”

Volgens Laura Tietjens sla je met een te

Niet doen

Je kind door anderen in de gaten laten houden (een grotere motie van wantrouwen is er niet)

Kleinerend praten tegen of over je kind

Je negatief uitlaten over de andere ouder van je kind (ieder kind wil van beide ouders kunnen houden)

Liegen tegen je kind

strange opvoeding de plank helemaal mis: „Door streng te zijn bereik je je kind niet. Dat lukt alleen in een sfeer van veiligheid en vertrouwen.” Zelf vroeg ze een jongen van 17 eens waarom hij een tongpiercing had. „Zijn antwoord: omdat het niet mocht.”

...MAAR OOK NIET TE SOEPEL

Is het eerste advies niet gewoon een vrijbrief om als puber alles te doen wat je wilt? Nee, zeggen pubers, want te veel vrijheid is ook niet goed. „Mijn moeder heeft ons nooit geleerd om op tijd op school te komen en consequent te zijn. Ze is een enorme chaoot. Dus kom ik altijd te laat op school en maak ik geen huiswerk. Ik heb geen idee hoe ik dat moet plannen. Structuur zou goed zijn voor ons gezin,” vindt Cloe (15).

Arjan (15): „Mijn moeder kan slecht nee zeggen. Als ik lang genoeg doorzeur, zegt ze altijd ja. Ik vind het moeilijk haar serieus te nemen. Ik word soms heel geïrriteerd van haar. Mijn vader zegt waar het op staat en wat de afspraak is.”

Kinderen hebben een kader nodig, aldus Tietjens: „Dat bestaat uit jouw steun, betrokkenheid en bescherming in de vorm van regels. Kinderen die te vrij worden gelaten, ervaren dat alsof er geen belangstelling voor ze is. Bovendien is het moeilijk om respect op te brengen voor een ouder die toch wel om te praten is.”

MAAK CONTACT

Freek (19) had een depressie, maar vond het moeilijk om daarover te praten met zijn ou-



Een serieus gesprek

De dochter van een collega ging voor het eerst zonder haar ouders met vakantie. Met vriendinnen naar de Spaanse kust. Haar moeder wilde voor het zo ver was eerst nog wel een goed gesprek. Dochterlief wist precies waarover. 'Ja hoor man, iedere dag verse groenten! Waarop haar moeder toch maar begon over jongens, seks, en voorbehoudsmiddelen.

Nu de zomervakanties aanbreken is dat een nuttig en noodzakelijk gesprek voor elke ouder die zijn kind voor het eerst alleen ziet vertrekken. Maar het is ook een lastig gesprek, waarbij ouders in twee valkuilen kunnen lopen. De eerste is om zo'n gesprek achterwege te laten, vaak met de smoes dat het er 'gewoon' niet van kwam, of dat de jongeren van tegenwoordig 'alles' wel weten. De tweede valkuil is dat je seks en voorbehoudsmiddelen vanuit een negatieve invalshoek bespreekt. En dat is niet handig, want juist dáár zijn veel jongeren allergisch voor.

De jongeren van tegenwoordig weten inderdaad veel over seks en voorbehoudsmiddelen, in ieder geval meer dan hun ouders op die leeftijd. Dat betekent echter niet dat het gemakkelijke gespreksonderwerpen zijn. Ja, met vrienden of vriendinnen onder elkaar kunnen ze het er echt wel over hebben, maar hier serieus over praten met een seksuele partner is andere koek. Want hoe bespreek je dat, en op welk moment? Dáárover tobben jongeren. Moet je er tijdens het zoenen over beginnen? Te vroeg. Op het *moment slipstream*? Te laat. En wat zal de ander wel niet van je denken als je over voorbehoudsmiddelen begint? Dat je het met iedereen doet? Dat je uit bent op seks? Jammer, omdat uit onderzoek blijkt dat zowel jongens als meisjes juist positief oordelen over een bedpartner die het wel over voorbehoudsmiddelen heeft.

Het gesprek over condooms is voor jongeren zo mogelijk nog lastiger. Want zowel jongens als meisjes zijn bang voor de verdenking van wantrouwen als ze een condoom voorstellen. Een condoom is immers behalve een voorbehoudsmiddel ook een bescherming tegen soa. Door die associatie komt het voorstel om een condoom te gebruiken ongeveer neer op een beschuldiging van geslachtsziektes. In-gewikkeld! Zo'n gesprek wil niemand. Dus is het gemakkelijker om te zwijgen, en zelfs maar niets te gebruiken. Tot Leiden in last is natuurlijk, vanwege de onbeschermde seks.

Voorlichting is dus ook dat je je kind leert communiceren over seks en voorbehoudsmiddelen. Maar die gesprekken beginnen al vóór de eerste vakantie zonder ouders.

COLUMN

Willeke Bezemer

SEKSUOLOGE

Leeftijdsgenoten: De 17-jarige Crislide van den Assem en Joren Molter kregen voor het boek 'Hoezo lastige puber?' de opdracht het leven van pubers in beeld te brengen.

ders: „Ze hadden wel door dat er iets aan de hand was, maar ze hadden geen idee hoe ze er mee moesten omgaan. Ik vond het vooral moeilijk dat er altijd op hun moment moest worden gepraat. We willen weten wat er is, vertel het ons nu, zelden ze dan. Dan botste het alleen maar meer. Achteraf denk ik dat ik opener zou zijn geweest als ze niet zo hadden aangedrongen. Want uiteindelijk is praten toch het allenbelangrijkst.”

Contact maken begint met echt luisteren, vindt Tietjens: „Ieder kind wil gezien en gehoord worden. Dat lukt als je echte interesse toont. Houid af en toe je mond als ze je iets vertellen en doseer je vragen slim. Aandringen werkt averechts. Soms komt het gewoon even niet uit. Vat dat niet persoonlijk op.”

GEEF VERTROUWEN

Steven (15) is blij dat hij van zijn ouders dingen zelf mag bepalen: „Als mijn ouders alles voor me zouden beslissen, zou ik daar alleen maar opstandig van worden. Als ik 's avonds naar buiten ga, en vraag hoe laat ik thuis moet zijn, zegt mijn moeder altijd: wat vind je zelf een redelijke tijd? Omdat ik zelf meebeslis, houd ik me beter aan die afspraak.”

Pubers zijn bezig zelfstandig te worden, en leren dat al vallend en opstaand. Ze wil-

Om te laten zien dat jongeren heel wat in hun mars hebben, vindt op 11 september een festival plaats naar aanleiding van het boek 'Hoezo lastige puber?!'. Informatie over optredende artiesten en locatie is te lezen op

hoezo-lastige-puber.nl



MAAK LOL

Door alle bangmakerij zou je bijna vergeten dat pubers ook gewoon leuk zijn. Ze hebben vaak een geweldig gevoel voor humor en brengen je door hun originele kijk op de wereld op nieuwe ideeën. Profiteer daarvan door lol te maken met je puber, vindt Gino (19): „Als je leuke dingen met je kind doet, en samen lol hebt, creëer je een echte band.”

Pubers kunnen keihard zijn, maar ook echt grappig: „Mam, dat niezien van jou, daar kunnen mannen wel eens op afknappen.” Of: „Waarom moet ik topografie leren, we hebben toch een Tom-Tom?” Ook gesprekken tussen pubers zijn hilarisch als je er oor voor hebt. „We moeten eens een pornofilm kijken, dat is goed voor onze opvoeding.” „Oké, maar dan wel met een snack erbij.” En dan die pubertlogica... Zoon: „Help me onthouden dat ik vanavond Engels moet lezen.” Moeder: „Waarom doe je dat nu niet?” Zoon: „Dat kan niet, want ik zit op de Xbox.”

Pubers zijn als een frisse wind, vindt Tietjens: „Als volwassene denk je vaak in vaste sporen en patronen. Jongeren blazen de boel eens lekker door, zetten overtuigingen op hun kop. Voor hun ligt de wereld open, en als je daar als ouders enigszins in meegaat, merk je dat er voor jezelf ook nog van alles mogelijk is.” ■

Laura Tietjens



‘Houd af en toe je mond als je puber iets vertelt, en doseer je vragen slim’

