

Neem een andere auto



Tess zit onderuitgezakt tegenover mij. Ze heeft echt geen zin meer in school en al helemaal niet in huiswerk. 'Wat heeft het allemaal voor zin in deze wereld.' Van haar moeder weet ik dat Tess thuis vooral op haar kamer filmpjes ligt te kijken. Als ze aan haar vragen om iets te doen in huis, dan reageert ze met nee! en vooral boos. Volgens haar moeder is er geen land met haar te bezeilen. Ze vindt het ook echt onzin om met mij te gaan praten. Ze komt toch omdat ze moet van haar moeder.

Tieners houden niet van autoriteit

Ik begin letterlijk met het ont-moeten van Tess. Wat raakt dit meisje, waar gaat ze van 'aan'?

'Dus je bent hier omdat je moet van je moeder. Wat denk je waarom je moeder wil dat wij met elkaar praten?'

'Oh ze vindt dat ik aan mij huiswerk moet en in huis moet helpen en ze denkt dat als jij dat tegen mij zegt, dat ik het dan wel ga doen. Maar dat ga ik dus niet doen'

'Jij houdt niet zo van - moeten?'

'Nou inderdaad ik moet al zoveel, gek word ik ervan.' Iedereen denkt maar te weten wat er goed is voor mij. Ik ben geen baby meer, ik kan zelf ook nadenken. Niemand vraagt aan mij wat IK WIL'

Een fijnere opening kan ik niet hebben, want nu kunnen we het hebben over wat Tess allemaal moet en wat ze graag zou willen. Martine Delfos beschrijft het mooi in haar boek "*ik heb ook wat te vertellen!*"; door te adviseren, beter te weten of te preken zetten we de hersens van tieners op uit. En als ze ergens een hekel aan hebben dan is het aan volwassenen die denken het beter te weten, die

moetens opleggen. Van de Gordoncommunicatie noemen we dit preken/beter weten een communicatie-blokkade.

Tieners houden van autonomie

Waar je tieners wel mee bereikt is hun hersens op aan zetten. Door naar ze te luisteren en vragen te stellen die hen aanzetten om zelf over oplossingen na te denken.

Dus ik ga verder in gesprek met Tess over haar *moetens*, maar vooral haar passies (haar '*willens*') Ze vertelt over huiswerk dat ze vaak net moet maken op moment dat zij danstraining heeft of als naar haar 'klimaatgroepje' gaat. Dat is voor haar veel belangrijker dan huiswerk.

Ik luister naar haar passie voor dansen (kan ze even alles vergeten) en zorgen over het klimaat (waar ze veel filmpjes over kijkt op youtube) Opeens zit Tess rechttop te vertellen over haar ideeën om met het klimaatgroepje ander jongeren te mobiliseren tot actie.

Ik vraag haar of ze dan ook wel eens dingen moet. 'Ja, maar dat is voor een hoger doel dus dat is niet erg.'

We bespreken of we voor huiswerk of taken in huis ook een hoger doel kunnen bedenken. **Diploma halen** en **eerlijk** taken verdelen zijn haar hoger doelen. En dan komt de vraag der vragen. **Hoe zou JIJ dat voor elkaar kunnen krijgen?** Creatief als Julie is, bedenkt ze een flink aantal oplossingen. We bespreken ze samen en ze kiest voor:

- Op zondag al haar huiswerk voor de hele week maken, zoveel als lukt. Door de week kan ze zich dan helemaal richten op dansen en klimaat. Ze gaat haar docenten aangeven dat ze soms haar huiswerk niet afheeft, maar het dan later doet.
- Ze gaat thuis voorstellen dat ze 1 keer per week kookt op zondag (fijn na een dag huiswerk maken) en op zaterdag dekt, afruimt en de afwasmachine doet en dat ze haar eigen kamer zuigt, maar dat er dan verder niet gezeurd wordt over andere taken.

Wow! Wat een energieke dame zit er opeens tegenover me. Ze heeft er weer zin in.

Neem een andere auto

Wil jij ook de AUTOnomie van je tiener stimuleren? Probeer dan wat minder snel met oplossingen te komen en niet zo snel je eigen AUTOriteit te laten spreken – *neem een andere auto*. (geïnspireerd door [Bart Heeling](#) die de 2 auto's in een andere context met elkaar vergeleek)

Dus : Actief-Luister eerst, erken hun gevoelens van weerstand of ongenoegen en zet hersens op aan. Laat ze meedenken. Daar worden tieners blij van.

Mooie vragen daartoe kunnen zijn:

- Hoe zie het voor je?
- Hoe denk je het aan te pakken
- Hoe wil dat gaan doen?
- Welke stappen denk je te gaan nemen?
- Etc.

Wil je graag oefenen met het stimuleren van die autonomie en de sfeer in je gezin verbeteren? Stel mij gerust een [vraag](#) of spar met andere ouders in de [Facebook-community](#).

-Wil jij het weer een beetje gezellig krijgen in je gezin? 14 november start er weer een [live training](#). Er zijn nog enkele plekken vrij.

-Heb je al eens een Gordontraining gevolgd? In september starten ook weer opfrisdagen, de zogenaamde [puber-APK's](#) gepland.

-Heb je een dringende vraag, je kunt me ook benaderen voor 1-op-1 coaching.



4^e druk!

Wil jij ook gemakkelijker in gesprek komen en uit de strijd blijven met je tieners?

In mijn boek 'Luisteren naar pubers' staan veel voorbeelden over communicatie tussen ouders en tieners. Aan de hand van 6 praktische bouwstenen beschrijf ik hoe je in gesprek komt en blijft met je tiener.

Je kunt het bestellen – gesigneerd en wel- via www.luisterennaarpubers.nl

Mijn droom is: een wereld waarin mensen respectvol met elkaar communiceren. Te beginnen bij volwassenen die het goede voorbeeld geven aan jongeren. Door echt te luisteren naar de ander kom je werkelijk in gesprek en blijf je uit de strijd.