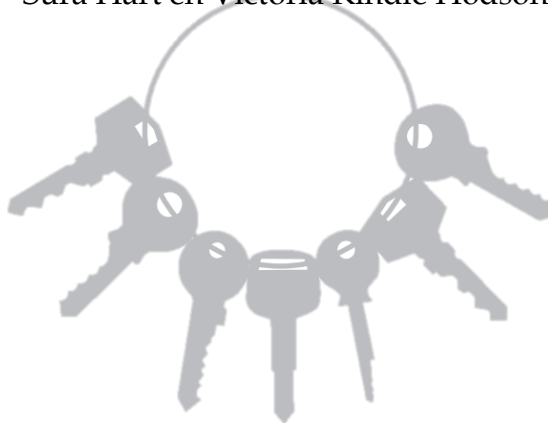


# Respectvolle Ouders Respectvolle Kinderen

7 sleutels die leiden tot respectvol ouderschap

Sura Hart en Victoria Kindle Hodson



## Over de auteurs

### **Sura Hart:**

Sura Hart is een prominente Amerikaanse auteur en opvoedkundige, gespecialiseerd in Geweldloze Communicatie en opvoedingsmethoden. Met een achtergrond in het onderwijs en jarenlange ervaring in communicatie en conflictbeheersing, heeft ze een aanzienlijke bijdrage geleverd aan de manier waarop ouders, leraren en kinderen met elkaar omgaan.

Hart is mede-auteur van meerdere boeken, waaronder "Respectful Parents, Respectful Kids" en "The Compassionate Classroom". Deze werken richten zich op het bevorderen van respectvolle en empathische interacties tussen ouders en kinderen, evenals tussen leraren en leerlingen. Haar boeken zijn vertaald in verschillende talen en worden wereldwijd gebruikt als leidraad voor opvoeding en onderwijs.

De kern van Sura Hart's werk is gebaseerd op de principes van Geweldloze Communicatie, ontwikkeld door Marshall Rosenberg. Ze gelooft dat empathie en begrip de sleutel zijn tot effectieve communicatie en gezonde relaties. Haar methoden hebben invloed gehad op talloze gezinnen en onderwijsinstellingen, en haar werk wordt geroemd om zijn praktische toepasbaarheid en diepe menselijke inzichten.

### **Victoria Kindle-Hodson**

Victoria Kindle-Hodson is een gerenommeerde Amerikaanse auteur en opvoedingsdeskundige, die zich onderscheidt door haar diepgaande inzichten en innovatieve benaderingen op het gebied van opvoeding en persoonlijke ontwikkeling. Haar werk kenmerkt zich door een holistische benadering, waarbij ze de nadruk legt op emotionele intelligentie, effectieve communicatie en het opbouwen van sterke ouder-kindrelaties.

Victoria heeft tal van boeken geschreven - waaronder samen met Sura Hart "Respectful Parents, Respectful Kids" en "The Compassionate Classroom" die ouders, leerkrachten en kinderen wereldwijd inspireren. Haar schrijfstijl is helder en toegankelijk, en ze weet complexe concepten op een begrijpelijke manier over te brengen. Haar publicaties worden gekenmerkt door praktische tips, wetenschappelijke onderbouwing en een diepe empathie voor de uitdagingen van het ouderschap.

Haar toewijding aan het verbeteren van ouder-kindrelaties en haar passie voor persoonlijke groei maken haar tot een waardevolle bron van inspiratie voor iedereen die betrokken is bij de opvoeding van kinderen.

---

*“Dit boek is opgedragen aan de kinderen, die ons laten zien hoe we kunnen leven met eerlijkheid, nieuwsgierigheid, kwetsbaarheid, moed, authenticiteit en enthousiasme.”*

*Sura Hart & Victoria Kindle-Hodson*

---

# Inhoud

Voorwoord van Marshall Rosenberg .....	1
Introductie .....	3
Deel I   Een fundament voor respect samenwerken .....	7
Hoofdstuk 1   Wat ouders willen en hoe ze het kunnen bereiken .....	8
Hoofdstuk 2   Zelfrespect: ouders hebben ook behoeften.....	18
Hoofdstuk 3   Wat haalt het samen uit het samenwerken .....	27
Deel II   De 7 sleutels naar een harmonieuze thuisomgeving .....	35
Sleutel 1   Ouderschap met een doel.....	36
Sleutel 2   De behoeften zien achter elke actie.....	49
Sleutel 3   Veiligheid, vertrouwen & verbondenheid .....	59
Sleutel 4   Geven aanmoedigen .....	69
Sleutel 5   Een respectvolle taal leren gebruiken.....	76
Sleutel 6   Leren terwijl je onderweg bent .....	93
Sleutel 7   Van je thuis een veilige plek maken .....	101
Deel III   Gezinsactiviteiten & verhalen .....	109
Gezinsactiviteiten overzicht.....	110
De Giraf & Jakhals cultuur .....	111
Activiteiten voor het gezin.....	114
Activiteiten die het leven verrijken .....	130
Conflicten oplossen.....	145
Gevoelskaarten - Introductie .....	166
Behoeftenkaarten - Introductie .....	173
Verhalen over veilige plekken voorbij goed en fout.....	180
Aanvullende literatuur .....	194
Appendix .....	197
Mededogen uiten .....	198
Empathisch ontvangen .....	199
Gevoelens uiten voor kinderen van 4 - 12 jaar .....	200
Lijst met gevoelens.....	202
Gevoelens versus gedachten.....	204
Raden naar behoeften in kindertaal .....	208
De vier onderscheidingen van Geweldloze Communicatie.....	212
Geluksboodschappen voor een Gelukskoekjes Spel.....	214

## Voorwoord van Marshall Rosenberg<sup>1</sup>

Het is al geruime tijd geleden dat ik zelf kinderen heb opgevoed. Toch komen bijna dagelijks ouders uit de hele wereld naar mijn workshops om hun pijn en uitdagingen in de opvoeding van hun kinderen met me te delen. Deze uitdagingen zijn mij niet onbekend, maar de hedendaagse eisen van overvolle agenda's en de invloeden van de buitenwereld zijn verontrustender dan ooit. Dagelijks bereiken duizenden berichten van geweld en wantrouwen onze kinderen. Daarnaast is er de overweldigende druk om onszelf te definiëren aan de hand van bezit in plaats van onze waarden. Veel ouders weten niet meer wat te doen en roepen om hulp en ondersteuning. Het is tijd om hun oproep te beantwoorden.

Nu de basis van het gezin wellicht nog nooit zo belangrijk is geweest voor de toekomst van onze samenleving en het welzijn van onze planeet, komt *Respectvolle Ouders, Respectvolle Kinderen* op een cruciaal moment als een overtuigend antwoord op deze oproep. De activiteiten en strategieën in dit boek geven ouders de kracht om samen effectief en actief veranderingen door te voeren binnen gezinnen en de samenleving. Ik ben het met de auteurs eens als ze zeggen: *"De manier waarop je opvoedt beïnvloedt niet alleen je kind, maar ook het leven van honderden en misschien wel duizenden mensen in de toekomst van je kind. Je kunt niet kiezen of je invloed hebt op dit web van onderlinge afhankelijkheid; je kunt wel kiezen hoe je het beïnvloedt."*

De auteurs Sura Hart en Victoria Kindle Hodson gaan verder dan snelle oplossingen voor opvoedingsvraagstukken en disciplinaire vaardigheden. Ze bieden een fundament aan communicatievaardigheden die de kwaliteit van de ouder-kind relatie drastisch verbeteren. Met behulp van dit boek kunnen ouders vaardig worden in het transformeren van communicatiepatronen die niet in harmonie zijn met hun wens om bij te dragen aan de ontwikkeling van hun kind(eren). Door deze essentiële vaardigheden te oefenen, kunnen ouders een

---

<sup>1</sup> Marshall B. Rosenberg (1934-2015), was een Amerikaanse klinisch psycholoog, pedagoog en oprichter van het Centrum voor Geweldloze Communicatie (Center for Nonviolent Communication). Hij is vooral bekend om zijn ontwikkeling van het model voor Geweldloze Communicatie (GC), een methode die mensen helpt om effectiever en empathischer met elkaar te communiceren. Rosenberg's werk werd sterk beïnvloed door zijn ervaringen met sociaal onrecht en zijn studie van Carl Rogers' cliëntgerichte therapie. Gedurende zijn leven gaf hij wereldwijd trainingen en workshops, waarbij hij individuen en groepen leerde om conflicten op een constructieve manier op te lossen. Zijn invloed reikt van persoonlijke relaties tot internationale vredesprocessen, en zijn boeken zijn vertaald in tientallen talen. Rosenberg's nalatenschap leeft voort in de wereldwijde gemeenschap van GC-beoefenaars die zijn visie op een compassievolle en verbonden samenleving delen.

emotioneel veilige en ondersteunende omgeving creëren waarin kinderen zich volledig kunnen ontplooien.

We komen allemaal op deze wereld met een inherent gevoel van onderlinge verbondenheid en een behoefte aan gemeenschap en ondersteuning. Ook hebben we een natuurlijk gevoel van mededogen. Onze ervaringen - momenten waarin onze behoeften thuis, op school, binnen organisaties en in de samenleving niet gerespecteerd worden - kunnen deze natuurlijke staat aantasten en ons ertoe aanzetten onze behoeften te vervullen door middel van 'macht over'-strategieën, zoals eisen, dwingen en ander gewelddadig gedrag. Of erger nog: we vergeten dat onze behoeften belangrijk zijn.

*Respectvolle Ouders, Respectvolle Kinderen* biedt een andere manier om het gedrag van kinderen te begrijpen en erop te reageren. Wanneer je de handreikingen en strategieën uit dit boek gaat gebruiken, zul je een vertrouwensbasis met je kinderen opbouwen. Kinderen die de steun van een thuissituatie hebben waarin vertrouwen groeit en hun behoeften gerespecteerd worden, zullen waarschijnlijk een veel gezonder en productiever leven leiden. Deze basis van vertrouwen vormt het begin van een krachtig gevoel van eigenwaarde en leidt tot wederzijds respect en liefdevolle verbondenheid, die alle ouders met hun kinderen willen.

In dit zeer praktische en uiterst belangrijke boek vind je de hulpmiddelen en vaardigheden die je nodig hebt om je kinderen werkelijk op de wereld voor te bereiden. Ongeacht de voor hen voorbestemde weg, kun je ze loslaten met een taal voor emoties en met het bewustzijn dat ze verbonden zijn met anderen. Door een thuis te creëren waar vertrouwen bloeit en alle behoeften worden gerespecteerd, zullen kinderen gestimuleerd worden hun potentieel te ontdekken en hun leven lang bij te dragen aan de toekomst van hun gezinnen, gemeenschappen en onze planeet.

Doe meer dan alleen dit boek te lezen. Leef deze principes. Deel ze met je partner, je vrienden en je kinderen. Met één ouder en één huishouden tegelijk kunnen we een wereld creëren waarin alle behoeften vreedzaam worden vervuld.

Marshall B. Rosenberg, Ph.D.

Grondlegger van Geweldloze Communicatie.

## Introductie

Dit boek is geschreven vanuit de overtuiging dat ouderschap een van de belangrijkste, meest lonende en veeleisende activiteiten is die een mens kan ondernemen. Met de nadruk op het creëren van respect en samenwerking tussen ouders en kinderen, introduceert het boek zeven sleutels ter inspiratie en ontsluiting van specifieke vaardigheden voor ouders. Deze vaardigheden omvatten onder andere opvoeden met een duidelijk doel voor ogen, kijken naar de behoeften onder het gedrag, en bewust structuren en gewoontes kiezen waarmee de doelen en intenties bereikt worden.

We herinneren ons nog levendig de tijd dat we als twintigers jonge en onervaren moeders waren, als dertigers moeders van basisschoolkinderen en als veertigers moeders van middelbare scholieren. Gedurende deze tijd verlangden we naar meer inzicht, duidelijkheid en ondersteuning bij de opvoeding van onze kinderen. Onze wensen stonden vaak haaks op de heersende opvattingen over ouderschap in de samenleving van toen. We zagen een integriteit en heelheid in onze kinderen die we wilden bewonderen en waar we van wilden leren. Door de manier waarop we met hen omgingen, zagen we mogelijkheden om samen met onze kinderen te groeien, te leren en diepere inzichten in de wereld te verkrijgen.

In de jaren '70 en '80 lag de focus voor steun aan ouders meestal niet op het verminderen van conflicten in het gezin en het genieten van je kinderen, maar op conflictbeheersing door het gedrag van kinderen te controleren. Deze nadruk op gedragsbeheersing duurt tot op de dag van vandaag voort. Elk jaar worden er honderden boeken en artikelen gepubliceerd die erop gericht zijn dat ouders - door middel van schuld, schaamte, prijzen, angst voor straf of de belofte van beloningen - hun kinderen laten doen wat zij willen. In de afgelopen decennia is de aanpak wat zachter geworden. Begrippen zoals natuurlijke consequenties, time-outs en positieve prikkels klinken vriendelijker, maar het einddoel blijft hetzelfde: controle over het gedrag van de kinderen.

Veel ouders die we kennen, hebben op zijn minst een paar van deze sturende methodes uitgeprobeerd en zijn daar allesbehalve tevreden over. Hoewel deze tips en methodes soms helpen om meer gewenst gedrag te genereren en conflicten tijdelijk te verminderen, zijn de resultaten altijd van korte duur en komen ze tegen een hoge prijs. Hoe meer deze ouders probeerden het gedrag van hun kinderen te sturen door regels op te leggen, consequenties te hanteren en met beloningen te motiveren, hoe meer machtsstrijd, gegil en geschreeuw, dichtslaande deuren, ijzige blikken en tranen ze beleefden. Veel ouders vertellen ons dat gedragsbeïnvloeding moeilijk uitvoerbaar is, omdat het tegen hun

opvoedingsinstinct ingaat en tegen hun verlangen om vertrouwen en een hartsverbinding met hun kinderen te laten groeien.

### Wat je voorleeft is wat ze leren

*Respectvolle Ouders, Respectvolle Kinderen* biedt een verfrissend alternatief voor sturend ouderschap. Het goede nieuws is dat je niet hoeft na te denken over hoe je het gedrag van je kinderen kunt veranderen. Je hoeft ook geen controle uit te oefenen om conflicten te beëindigen. Het ouderschap dat wij bepleiten is in veel opzichten eenvoudiger en instinctiever. Het is bovendien effectiever in het vervullen van de behoeften van zowel kinderen als ouders, zowel op de korte als lange termijn. Het draagt bij aan het goede gevoel dat ouders en kinderen ervaren tijdens hun meest verbonden momenten en richt zich op het enige gedrag dat echt te veranderen is: het ouderlijk gedrag. Het mooie hiervan is dat, als jij als ouder je gedrag verandert, het gedrag van je kinderen vanzelf mee zal veranderen.

Er wordt algemeen aangenomen dat het de taak van ouders is om culturele waarden aan te leren en te handhaven. Gebruikelijke methoden om dit te doen zijn onder andere preken, advies geven, eisen stellen en gedrag corrigeren. Dit ouder-als-leraar-uitgangspunt leidt helaas vaak tot gefrustreerde ouders, geïrriteerde kinderen en conflicten. Terwijl jij als ouder je best doet om je kinderen culturele waarden bij te brengen, doen zij hun best om zelfsturing en zelfrespect te ontwikkelen. Vaak leren ze doof te worden voor het advies van hun ouders en vermijden ze onderwerpen die zouden kunnen leiden tot preken, vermaningen of ultimatum die hen eraan herinneren dat ze niet aan de verwachtingen van hun ouders voldoen.

Als ouder wil je natuurlijk invloed hebben op je kinderen. Je wilt hen waarden bijbrengen en ze op een manier begeleiden die bijdraagt aan hun geluk en succes in het leven. De vraag is: hoe kun je de meeste invloed hebben op je kinderen? Door hen de les te lezen en opdrachten te geven, of door je waarden te delen en die waarden zelf te leven?

Iedereen weet dat daden meer kracht hebben dan woorden. Uit studies blijkt dat slechts 5 procent van wat we leren in ons leven via aanwijzingen binnenkomt: 95 procent van wat we ons herinneren komt uit gezin gerelateerde en sociale interacties. Op een bepaald niveau weet je waarschijnlijk dat je kinderen meer leren van wat je doet dan van wat je zegt. Je zult je eigen stem horen in de manier waarop je kinderen met elkaar spreken. Je zult je kinderen dezelfde redeneringen tegen je horen gebruiken die jij tegen hen gebruikt.

Denk eens aan wat je van je eigen ouders hebt geleerd. Heb je het meeste geleerd, of zelfs maar de helft gehoord, van wat ze je vertelden? Of heb je het meeste geleerd van wat je ze zag doen en hoe ze hun leven leefden? Veel ouders vertellen ons dat ze uit pijnlijke ervaringen met hun ouders hebben geleerd wat ze met hun eigen kinderen niet wilden doen. Of je ouders nu een positief of negatief voorbeeld waren, hun gedrag is een primaire motiverende kracht voor de manier waarop jij opvoedt en hoe je nu je leven leeft.

Kinderen hebben ouders nodig die oprecht en met toewijding hun waarden leven. Ouders hebben de kans om een voorbeeld en rolmodel te zijn van hoe ze willen dat hun kinderen leren en leven. Dit is een uitnodiging, dus pak die kans. Voor velen is het een krachtige stimulans om duidelijk te krijgen wat voor hen doel en betekenis heeft en om hun best te doen in harmonie daarmee te leven.

Niet perfectie, maar authenticiteit is het doel; met duidelijkheid over wat belangrijk en oprecht voor je is. Het kan een enorme opluchting zijn om het ideaal van een perfecte ouder op te geven. Dus, als je fouten maakt en de acties niet overeenkomen met je waarden – wat zeker zal gebeuren – kom je niet in een neerwaartse spiraal van zelfveroordeling terecht. In plaats daarvan kun je genieten van de kans om oprecht naar je kinderen te zijn en hun te laten zien hoe eerlijkheid eruitziet en klinkt. En omdat je geen perfectie van jezelf verwacht, is de kans kleiner dat je dit van je kinderen zult verwachten.

### Gebruik je vaardigheden om een liefdevol thuis te creëren

Je thuis is de plek waar je kinderen de meest elementaire lessen van het menselijk leven leren: hoe ze voor hun eigen behoeften kunnen zorgen en hoe ze kunnen bijdragen aan de vervulling van de behoeften van anderen. Thuis vormt het fundament voor de toekomstige relaties van je kinderen als echtgenoten, levenspartners, moeders, vaders, tantes, ooms, grootouders, goede vrienden, leden van de samenleving, medewerkers en verzorgers van onze aarde. Het is ook een toevluchtsoord waar je kinderen bescherming vinden. Met jouw steun, begeleiding en respect kunnen ze in hun eigen tempo lessen leren over zorg en bijdragen.

Een liefdevol thuis is vrij van angst, de bron van alle conflicten. Het is een plek waar kinderen erop vertrouwen dat hun behoeften belangrijk zijn en dat er met de behoeften van iedereen - inclusief die van hen - rekening wordt gehouden. Ze kunnen zich daarna overgeven aan het leven, dat met zoveel urgentie aan hen trekt, en hun plek vinden in het web van geven en ontvangen dat een gezin, een samenleving, een land en een wereld toch is.



*Respectvolle Ouders, Respectvolle Kinderen* gaat in de eerste plaats over de ouder-kindrelatie. De processen en suggesties ter verbetering van respect en samenwerking gelden voor kinderen van alle leeftijden en zijn ook zeer effectief in de communicatie met volwassen familieleden. Elk van de drie onderdelen van dit boek zal bijdragen aan jouw groeiende vaardigheid als ouder om een respectvol en liefdevol thuis te creëren.

### **Deel I. Het fundament voor respect en samenwerking**

De drie hoofdstukken van deel I richten zich op de onderliggende dynamiek tussen de twee aspecten die ouders het liefst willen: respect en samenwerking.

### **Deel II. De 7 sleutels tot samenwerking**

De 7 sleutels die samen deel II vormen, ontwikkelen geleidelijk de vaardigheid van ouders om hun thuis tot een veilige plek voorbij goed en fout te maken: een plek waar aan de behoeften van elk familielid evenveel waarde wordt gehecht en iedereen zijn best doet om die te vervullen. Dit komt in de plaats van het opsporen van fouten en het gebruik van bestraffen en belonen.

### **Deel III. Gezinsactiviteiten en verhalen over de veilige plek**

Deel III biedt een breed scala aan spelletjes, activiteiten en werkbladen om de vaardigheden verder te ontwikkelen. Ze zijn leuk om te doen en geven verdieping. Ga voor inspiratie en waargebeurde verhalen van ouders die gebruik maakten van dit boek naar het einde van deel III. Daar vind je verhalen over de veilige plek voorbij goed en fout. (Alle verhalen in dit boek maken gebruik van fictieve namen.)

### **Een opmerking over Geweldloze Communicatie**

Hoewel Geweldloze Communicatie (GC) een fundamenteel element van dit boek is, wordt het gepresenteerd als een middel of instrument om tot een bepaalde gesteldheid van de geest en het hart te komen. Dat is het diepere doel. Hoewel je in Sleutel 5 kennis zult maken met de specifieke taalcomponenten van Geweldloze Communicatie, ligt de nadruk van dit boek niet zozeer op de methodiek van de taal, maar eerder op de innerlijke houding van respectvol ouderschap. Het gebruik van Geweldloze Communicatie transformeert dualistisch, vijandig en angstig denken - dat ten grondslag ligt aan interne en externe conflicten - tot een respectvol en liefdevol besef van de levenverrijkende menselijke behoeften die ten grondslag liggen aan al het gedrag.

# Deel I | Een fundament voor respect samenwerken

De drie hoofdstukken van deel 1 richten zich op de onderliggende dynamiek die de twee aspecten 'respect en samenwerking' met elkaar verbindt, waarvan ouders zeggen dat ze die het liefst willen.

## Hoofdstuk 1 - Wat ouders willen en hoe ze het kunnen krijgen

Dit hoofdstuk beschrijft samenwerking als een tweerichtingsverkeer en wijst op het bruikbare onderscheid tussen het uitoefenen van macht over kinderen en het aangaan van macht met hen.

## Hoofdstuk 2 - De behoeften van ouders

Dit hoofdstuk benadrukt hoe belangrijk het is dat ouders voor hun eigen onmiskenbare behoeften zorgen.

## Hoofdstuk 3 - Wat haalt het 'samen' uit het samenwerken?

Dit hoofdstuk besteedt aandacht aan hoe mensen gewend zijn te denken en zich uiten en hoe dat de samenwerking ontwricht en ondermijnt.

## Hoofdstuk 1 | Wat ouders willen en hoe ze het kunnen bereiken

Respect en samenwerking staan hoog op de lijst van wat ouders van hun kinderen willen. Misschien ben je een van de vele ouders die een automatische innerlijke wekker heeft die regelmatig in het midden van een ruzie afgaat en zegt: *“Ik wil echt meer respect en samenwerking van de kinderen!”*

Misschien ben je ook een van de vele ouders die zich afvragen wat er in hemelsnaam gaande is, waardoor je niet het respect en de samenwerking krijgt die je wilt. Dat is toch niet te veel gevraagd, gezien alles wat je voor je kinderen doet? Nou, ja en nee. Respect en samenwerking zijn basisbehoeften. Aan de andere kant vereist het creëren van de voorwaarden om ze te krijgen meer aandacht dan je zou denken.

We hebben ontdekt dat je een bron van wederzijds respect en samenwerking kunt ontsluiten als je bereid bent om het volgende te doen:

- Onthoud dat je kinderen leren wat je hen voorleeft.
- Werk samen met je kinderen.
- Hecht evenveel waarde aan je eigen behoeften als aan die van je kinderen.
- Onderzoek je aannames over kinderen.
- Bouw vaardigheid op in het gebruik van de 7 sleutels die de kern van respectvol ouderschap vormen.

---

*“We zijn begonnen om dochters meer als zonen op te voeden... maar weinigen hebben de moed om onze zonen meer als onze dochters op te voeden.”*

*-- Gloria Steinem<sup>2</sup>*

---

Hoewel vaders en moeders vaak over respect en samenwerking praten, heerst er veel verwarring rond deze termen. Wanneer ouders gevraagd wordt wat ze precies bedoelen, blijven de antwoorden vaak vaag. Bovendien kunnen deze begrippen op verschillende momenten verschillende betekenissen hebben. Wat de situatie verder bemoeilijkt, is dat de methoden die ouders gebruiken om

---

<sup>2</sup> Gloria Steinem (geb. 1934) is een Amerikaanse feministe, journalist en sociaal-politiek activiste die internationaal erkend wordt als een toonaangevende voorvechtster van de vrouwenbeweging in de late 20e en vroege 21e eeuw. Steinem heeft zich sterk ingezet voor gendergelijkheid, rassengelijkheid en LGBT-rechten. Haar werk en activisme hebben aanzienlijk bijgedragen aan het vormgeven van het feministische discours en de strijd voor gelijke rechten wereldwijd.

respect en samenwerking te bevorderen, vaak averechts werken. Dit komt doordat ouders zelf niet altijd in staat zijn om respect en samenwerking voor te leven, in ieder geval niet op de manier zoals dit boek deze begrippen presenteert.

## Samenwerken is wederkerig

Veel ouders beschouwen samenwerking als een eenrichtingsverkeer waarin kinderen doen wat de ouders willen. Ze realiseren zich niet dat samenwerking van twee kanten komt. Wanneer kinderen niet doen wat er van hen verwacht wordt, worden ze als oncoöperatief gezien. Dit leidt snel tot bestempeling, kritiek, schuldtoewijzing, argumenten en geruzie. Pogingen om het probleem op te lossen eindigen vaak in compromissen en onderhandelingen, waarbij zelden de behoeften wederzijds worden vervuld.



### Ontdek zelf

Wat betekent het woord samenwerking voor jou persoonlijk?

Heb je ooit iets dergelijks tegen een van je kinderen gezegd: *“Je kamer is een puinhoop. Ik wil dat je die opruimt voordat je gaat spelen!”* Heb je je dan afgevraagd waarom ze niet meteen en met een glimlach deden wat hen werd opgedragen? Je nam een eenzijdige beslissing en verwachtte dat zij die zouden uitvoeren, op jouw tijd en op jouw manier. Tenslotte ben jij de ouder! Met deze houding negeer je echter het standpunt van je kinderen.

Als je geen rekening houdt met de gedachten, gevoelens, behoeften en mogelijke oplossingen van je kinderen voor het opruimen van de kamer, loop je het risico hun respect en vertrouwen te verliezen. Het gemopper en de weerstand van je kinderen zijn eigenlijk natuurlijke gevolgen van je keuze om zonder hun inbreng te handelen.

Het 'samen' in samenwerking betekent 'met elkaar', zoals in co-creëren, co-auteur en co-assistent. Met andere woorden, samenwerken betekent met elkaar werken. Echte samenwerking kun je niet afdwingen. Als er geen saamhorigheid is in het functioneren binnen een huishouden - zoals onderlinge overeenstemming over de regels die het leven van kinderen beïnvloeden, evenals het gezamenlijk oplossen van problemen en nemen van besluiten - dan kun je de volgende natuurlijke consequenties verwachten: weerstand, ruzie, gekwetste gevoelens, machtsstrijd en het inzetten van straffen en beloningen.

Een fundamentele wet in menselijke relaties is: *'Het ontbreken van een 'samen' in het gezinsleven leidt tot weerstand, wat leidt tot straffen en belonen om gehoorzaamheid af te dwingen, wat weer leidt tot nog meer weerstand, enzovoort.'* Ouders die een gezin willen runnen zonder dit 'samen', zullen de gevolgen dragen van dit verzuim. Als je niet mét je kinderen werkt, zullen zij niet geneigd zijn om met jou samen te werken.

---

*"Co-creatie is het proces waarin mensen met verschillende perspectieven en vaardigheden samenwerken om iets te creëren dat groter is dan de som der delen."*

-- Tom Atlee<sup>3</sup>

---

Een jonge vrouw deelde dit verhaal met ons: Haar vader hield altijd streng toezicht op hoe zij haar kamer schoonmaakte en opruimde. Zelfs als de rest van de kamer schoon was, tilde hij de rand van het tapijt op en strafte haar als ze een paar kruimels had gemist. Hoe meer hij aandrong dat alles precies volgens zijn regels moest gebeuren, hoe groter haar vijandigheid en weerstand werden. Ze maakte haar kamer schoon uit angst voor haar vader en uit vrees voor de gevolgen als ze dat niet deed. De schoonmaak gebeurde met tegenzin, niet uit een wens tot samenwerking of bijdragen aan een goed functionerend huishouden.

Hoe anders zou de situatie zijn geweest als zij en haar vader samen hadden besloten wat een schone kamer inhield? Als ze betrokken was geweest bij het bepalen of de kamer schoon was of niet?



### Ontdek zelf

- Op welke manier ontbreekt in jullie huishoudelijke activiteiten het 'samen'?
- En als het 'samen' ontbreekt, wat zijn daar dan de gevolgen van?
  - Schrijf minstens één punt op dat je zou kunnen doen aan samenwerking in jullie huishouden.

---

<sup>3</sup> Tom Atlee is een Amerikaanse auteur en sociaal activist, bekend om zijn werk op het gebied van collectieve intelligentie en co-creatie. Hij is oprichter van de Co-Intelligence Institute, waar hij zich inzet voor het bevorderen van samenwerking en gedeelde besluitvorming in gemeenschappen en organisaties.