

**PAUL D. TIEGER EN
BARBARA BARRON-TIEGER**

EIGEN- AARDIG OPVOEDEN

**MET DE
PERSOONLIJKHEID
VAN JE KIND ALS
UITGANGSPUNT**

VOORWOORD

Iedereen heeft het in zich om een goede ouder te zijn. Maar iedere ouder weet ook dat opvoeden soms gewoon heel erg lastig is. Het is niet alleen een kwestie van regels en richtlijnen; van de babytijd tot en met de puberteit loop je tegen enorm veel dingen aan. En niet in de laatste plaats tegen jezelf!

Bewust opvoeden begint bij zelfinzicht en zelfreflectie. Het kennen van je eigen persoonlijkheid is cruciaal om te begrijpen hoe je reageert op de uitdagingen van het ouderschap. En dat is voor iedereen verschillend. Zo ervaaarde mijn man als kersverse ouder dat hij veel meer moest plannen dan hij zou willen om belangrijke dingen thuis en op het werk gedaan te krijgen, terwijl ik merkte dat ik niet meer aan mijn plannen kon vasthouden vanwege de onvoorspelbaarheid die het ouderschap met zich meebracht.

Vaak zijn we onszelf er niet zo van bewust hoe onze eigen persoonlijkheid een stempel drukt op de opvoeding van onze kinderen. Zo herinner ik me uit mijn eigen jeugd dat mijn extraverte moeder altijd speelafspraken regelde voor mijn broer, terwijl hij liever alleen op zijn kamer speelde. Of een collega vertelde hoe zij als kind een sterke behoefte aan routine had, terwijl de structuur bij haar thuis compleet ontbrak met twee vrije geesten als ouders.

Naast zelfinzicht is het dus net zo belangrijk om het unieke karakter van je kind te begrijpen. Want elk kind is anders. In het boek *Eigen-aardig opvoeden* wordt dit inzicht prachtig belicht. In tegenstelling tot veel andere opvoedboeken biedt dit boek geen algemene adviezen, maar richt het zich op de unieke karaktertrekken van jouw kind. Ook als je meerdere kinderen hebt, zul je ervaren dat wat bij de een werkt, totaal niet opgaat bij je andere kind.

Maar hoe ontdek je de persoonlijkheid van je kind? En in hoeverre is deze al zichtbaar op jonge leeftijd? De officiële Myers-Briggs Type Indicator® (MBTI®) is ontworpen om te kijken naar aangeboren voorkeursstijlen van volwassenen en is niet geschikt voor kinderen. Toch zijn sommige persoonlijkheidskenmerken al zichtbaar op jonge leeftijd. Zelfs bij kinderen van 1 of 2 jaar oud kun je bijvoorbeeld al vaak zien of ze een voorkeur voor Introversion of Extraversion hebben.

De uitgebreide en herkenbare voorbeelden in dit boek helpen je om de aard van je kind te ontdekken. Het geeft daarnaast talloze praktische adviezen hoe je je opvoedstijl kunt afstemmen op wie je kind in de basis is. Op die manier creëer je ruimte voor groei en ontwikkeling, zonder te proberen je kind te veranderen in iets dat hij of zij van nature niet is. Als we onze opvoeding positiever kunnen maken door voort te bouwen op wat de natuur ons schenkt, leidt dit tot minder strijd, meer verbinding en begrip en gelukkige, gezonde kinderen. Laat je inspireren en ontdek hoe je het opvoeden niet alleen gemakkelijker, maar ook leuker kunt maken!

Agnes Pavloff-Rubingh
Country Manager The Myers-Briggs Company

DANKWOORD

Dit boek is tot stand gekomen met hulp van heel veel mensen. We zijn dankbaar voor de tijd, inzichten en ervaringen van de ouders die we voor dit boek geïnterviewd hebben. We hebben hen anonimiteit beloofd, maar willen toch enkele mensen noemen die bijzonder veel hebben bijgedragen. Ze hebben zich urenlang laten interviewen, aan discussies meegedaan en hebben van bepaalde typen kinderen de ouders opgespoord wanneer we die nodig hadden. Deze mensen waren: Keats Sarmon, Marsha Serling Goldberg, Carla Laughlin, Nicki Bredeson, Gordon Lawrence, Jean Kummerow, Georgiane Lussier, Barbara Brown, Lesley Schurmann, Mary Miner, Sue Scanlon, Daniel Oppenheim, Sue Piquera, Tom Carskadon, Jamie DeLong, Gerry Macdaid, en Beatrice Kallungal. We bedanken hen en alle andere ouders die hun verhalen over de opvoeding van hun kinderen met ons gedeeld hebben. Het was een genoegen via jullie de kinderen te leren kennen en van jullie ervaring te profiteren. We bedanken ook iedereen die in de loop van de jaren heeft bijgedragen tot onze kennis van persoonlijkheidstypering, waaronder Mary McCaulley, Gordon Lawrence, Terry Duniho en Naomi Quenk. Jane Richards-Jones bedanken we voor haar bemoedigende en praktische adviezen over pubers en haar hulp bij het samenstellen van de boekenlijst achterin. We bedanken onze redacteur Geoffrey Kloske voor al zijn schaven en verbeteren en Betty Power voor het proeflezen. We zijn onze vriend en agent Kit Ward dankbaar voor haar advies en steun.

We zijn vooral onze vrienden en familieleden dankbaar voor hun steun en aanmoediging. Deborah Barron heeft ons met haar eerlijkheid en liefde veel geleerd over hoe wij als ouders zijn. We bedanken onze ouders en bovenal bedanken we onze kinderen die ons veel leren in ons streven goede ouders te zijn.

INHOUD

Inleiding	13
DEEL 1	17
LEER JE KINDEREN OP EEN NIEUWE MANIER KENNEN	
1 Een kwestie van aanleg	19
2 Wie ben jij en wie ben ik? <i>Inleiding Persoonlijkheidstypering</i>	25
3 Spiegeltje, spiegeltje ... <i>Typeprofielen van ouders en kinderen</i>	55
DEEL 2	69
VAN HEEL DICHTBIJ: CLOSE-UP VAN JE KIND	
4 ENFJ <i>Loopt over van enthousiasme</i>	71
5 INFJ <i>Mijn geheime tuin</i>	82
6 ENFP <i>Een slim idee? Wel honderd!</i>	92
7 INFP <i>Alles persoonlijk opvatten</i>	104
8 ENTJ <i>Haantje-de-voorste</i>	114
9 INTJ <i>De perfectionist</i>	125
10 ENTP <i>Altijd onderhandelen</i>	137
11 INTP <i>Twijfel aan het gezag</i>	147
12 ESTJ <i>Zo zijn de regels</i>	158
13 ISTJ <i>Kind zijn is hard werken</i>	170
14 ESFJ <i>Allemaal vriendjes</i>	180
15 ISFJ <i>Beloofd is beloofd</i>	193
16 ESTP <i>Kijk mama, zonder handen!</i>	205
17 ISTP <i>Dingen doorkrijgen</i>	217
18 ESFP <i>Vrolijke Frans</i>	228
19 ISFP <i>Zachtmoedige vrije geesten</i>	239
20 Nog een paar ideeën en opvattingen	250

INLEIDING

Een moeder van twee kinderen vroeg onlangs mijn hulp. Net als veel andere ouders wist ze niet goed hoe ze aan de onderling verschillende behoeften van haar kinderen moest voldoen. Omdat het begin van de dag vaak hectisch en soms vervelend was, had ze de raad van een deskundige op televisie opgevolgd: ze had voor ieder lid van het gezin een lijstje gemaakt wat er gedaan moest worden. Dat werkte goed bij haar jongste kind, dat het lijstje met veel plezier gebruikte om op tijd klaar te zijn, maar bij haar oudste viel het precies verkeerd. Die ging over elk onderdeel in discussie. Hij voelde zich enorm onder druk gezet door al deze extra eisen. Na een paar dagen barstte hij op weg naar de auto in tranen uit. De moeder was niet echt verrast dat haar kinderen zo verschillend reageerden. Hoewel ze vaak genoeg gezegd had dat ze totaal niet op elkaar leken, probeerde ze toch de raad van haar eigen moeder op te volgen om haar kinderen altijd gelijk te behandelen.

Maar wat bleek: alleen een eigen ochtendritueel voor elk kind zou de rust in huis terugbrengen; ze moest aan ieders individuele behoeften voldoen en niet eisen dat ze zich hetzelfde gedroegen. Ze beseftte dat ieder kind een ander soort opvoeding vraagt. Door aan de behoeften van elk kind te voldoen, kon ze hen de aandacht en opvoeding geven die zij wilde en die zij verdienden. Eenvoudig, maar ook heel verstandig.

Individueel opvoeden. Voorgaande generaties ouders pakten het heel anders aan. Nog maar kortgeleden werd goed opvoeden gezien als een vaste combinatie van strengheid en rechtlijnigheid. Ouders hielden zich aan de vaste norm: hoe meer de kinderen gevormd worden tot een kleine uitvoering van hun ouders, hoe beter. De kwaliteit van de ouders werd afgemeten aan het gedrag van hun kind. Iedereen accepteerde deze norm. Je maakte je geen zorgen over het geluk of de emotionele situatie van je kind. Als de kinderen beleefd waren en geen problemen veroorzaakten, was dat het gevolg van goede ouders. Het geheim van een goede opvoeding, vond men, was dat het gedrag van de *ouders* het belangrijkste was.

Tegenwoordig hebben we heel andere, maar nog steeds hoge verwachtingen van ouders en kinderen. We willen nog steeds kinderen die beleefd, productief en verantwoordelijk zijn, maar ze moeten ook psychologisch gezond en gelukkig zijn. Omdat hiervoor nog geen opvoedingsmethoden bedacht zijn, is het geen wonder dat ouders zich onzeker voelen. De meeste ouders hebben een baan, al dan niet parttime, doen het huishouden en bemoeien zich van jongs af aan veel intensiever met het spelen en leren van hun kinderen. Dat *willen* ouders van nu; ze willen meer deel uitmaken van het leven van hun kinderen, hen begrijpen

en zoveel mogelijk bij hen zijn. De meeste ouders hebben ook behoefte hun kinderen zoveel mogelijk ervaringen en kansen te geven. Tijd is kostbaar en ze voelen zich gedwongen hun uiterste best te doen. Misschien hebben kinderen en ouders wel een totaal nieuw perspectief nodig. Mensen hunkeren naar begrip en liefde. We willen allemaal onvoorwaardelijk bemind en gerespecteerd worden als unieke individuen. We willen accepteerd worden, ongeacht of we precies op onze moeder lijken of totaal verschillen van onze broer. Vanuit deze sfeer van acceptatie ontstaan gevoelens van eigenwaarde en geluk. Een kind waarvan onvoorwaardelijk gehouden wordt en dat zonder afkeuring wordt begrepen, is een gelukkig en gezond kind. Maar we moeten eerst ontdekken hoe een kind echt is voor we hem volledig kunnen begrijpen en waarderen. De eerste en belangrijkste stap is het aangeboren karakter van ons kind ontdekken.

In dit bijzondere boek leiden de nauwkeurige inzichten van persoonlijkheidstypering tot een goed begrip van de ware aard van onze kinderen. We ontdekken hoe we onze opvoeding aan ieder kind kunnen aanpassen op een revolutionaire en evolutionaire manier.

Revolutionair, omdat de nadruk verschuift van het gedrag van de ouder naar het begrijpen van het kind. En evolutionair, omdat dit precies is waarop ouders al jaren wachten. Dit boek geeft in een heldere, uiterst leesbare stijl vele voorbeelden die iedereen bekend voorkomen, en talloze gedetailleerde praktische adviezen. Geen algemene adviezen, maar handige manieren om je opvoeding aan te passen aan de behoeften van je kind.

Het persoonlijkheidstype van je kind ontdekken is een openbaring en een grote steun. Je kunt op de juiste manier reageren, omdat je beseft wie je kind echt is. De oplossing voor alledaagse opvoedingsproblemen komt vanzelf, omdat je je kind kent. En deze kennis blijft je steunen tijdens de hele opvoeding, of je kind nu vier of veertien is.

We weten allemaal dat ouders en kinderen tegenwoordig meer te verduren hebben dan ooit. Ik spreek elk jaar honderden bezorgde ouders en hoor onder welke druk ze staan om effectief en liefdevol op te voeden. Niet alleen willen ouders hun kinderen beschermen en hun eigen waarden overdragen, maar ze willen hen ook een blijvend gevoel van eigenwaarde en zelfvertrouwen bijbrengen, zodat ze gelukkig en succesvol kunnen leven. *Eigen-aardig opvoeden* is een belangrijk boek voor ouders en kinderen. Als je op deze manier je kind leert grootbrengen, wordt opvoeden de dankbare en bevredigende taak.

E. Michael Ellovich, psycholoog

1 EEN KWESTIE VAN AANLEG

Lisa en Bas hadden gedacht dat hun kinderen een kleine uitvoering van henzelf zouden zijn: spraakzaam, vriendelijk en actief. Lisa en Bas waren praktisch, plichtsgetrouw en nuchter. Ze werkten hard en hadden veel vrienden en hobby's en ze verheugden zich erop die met hun kinderen te delen. Maar tot hun grote verrassing was Claire, hun oudste kind, rustig, bedachtzaam en gereserveerd. Ze bleek slim en opmerkzaam, ontdekte het kleinste foutje in haar ouders en bestookte hen met talloze vragen. Lisa en Bas voelden zich ongemakkelijk: ze leek zo onafhankelijk.

Toen werd Robbie geboren. En weer veranderde alles. Claire was ernstig en gereserveerd, terwijl Robbie een impulsieve clown bleek. Robbie huilde om aandacht, terwijl Claire uren in haar eentje speelde. Claire ging over elke regel in discussie, terwijl Robbie gewillig was en graag wilde behagen. Claire leek ouder dan ze was, een 'oude ziel' noemden sommige mensen haar. Robbie was druk, een gangmaker, opgewonden, spraakzaam en grappig. Lisa en Bas stonden voor een raadsel. Hun kinderen leken helemaal niet op hen en waren onderling zo verschillend dat opvoeden vaak heel moeilijk bleek. Wat bij de een werkte, leek bij de ander in dezelfde omstandigheden de situatie alleen maar erger te maken. Lisa en Bas zijn niet de enigen. De meeste ouders hebben verwachtingen over hun toekomstige kinderen. En dan komen ze – als kleine verrassinkjes. We hebben geen idee wie ze zijn of hoe we het best van ze kunnen houden. We willen het graag goed doen, al hebben we vaak geen notie hoe dat moet. Niets is moeilijker, bevredigender en veeleisender dan opvoeden. Kinderen worden zonder gebruiksaanwijzing geboren en ouders krijgen tussentijds geen rapportcijfer voor hun werk. Meestal beginnen we zelfs zonder een plan van aanpak. We hebben misschien een vaag idee dat de ene manier beter of doeltreffender is, maar uiteindelijk moeten we maar afwachten hoe onze kinderen zich ontwikkelen. Veel van wat we doen, is gebaseerd op hoe wij zelf opgevoed zijn – of de manier van onze ouders doeltreffend was of niet. We voeden vaak een beetje werktuiglijk op, zonder rekening te houden met de aard van het kind zelf. En dat doen we natuurlijk met de beste bedoelingen van de wereld.

Het feit dat we een kind krijgen, betekent niet dat het ook maar iets op ons lijkt. Ouders van geadopteerde kinderen weten dat, maar bij biologische kinderen nemen we aan dat het kind een kopie van ons is. En dan zijn we verrast als dat niet zo is. Veel ouders hebben tegen ons gezegd: 'Ik heb geen idee hoe ze daaraan komt!'; 'Zij en haar zusje verschillen

als dag en nacht' of 'Als ik niet zelf bij haar geboorte was geweest, zou ik niet geloven dat dat mijn kind is'. Je bent verward, bezorgd en zelfs bang wanneer je je kind niet begrijpt. Als ouder is het je *taak* om te weten wat goed voor hem is en als we hem niet begrijpen, kunnen we hem toch ook niet beschermen, leiden en steunen?

Konden we maar in het hoofd van dat kind kruipen en zijn motieven en wensen begrijpen; weten hoe hij met informatie omgaat en waarom hij zich zo uit. Wat zou dat verhelderend zijn! Een van de moeilijkste aspecten van opvoeden is objectief blijven. Je kunt je zo gemakkelijk laten meeslepen in de successen, mislukkingen en prestaties van je kinderen. We gaan ze beschouwen als een verlengstuk van onszelf en hun ervaringen worden de onze, we zien hen niet langer als individu, maar als een uiting van onszelf. Door deze verwarring is het vrijwel onmogelijk om te accepteren dat onze kinderen in bepaalde opzichten totaal verschillen van elkaar en van ons. Wat het ene kind nodig heeft, wil het andere niet. Wat wij indertijd leuk vonden is voor ons kind saai of juist eng.

Maar stel dat we ons kind al van jongs af aan echt leerden kennen. Stel dat we ontdekten hoe hij is, door hem te observeren in contacten met anderen, al spelend of sprekend, in zijn beslissingen. Dan wisten we voor welke aanpak hij gevoelig is. Welke ouder wil niet graag een goed beeld van wat er in het hoofd en hart van zijn kind omgaat? Wie wil niet graag inzicht hebben in de ware aard van zijn kind?

Stel dat een kind voortdurend positieve reacties krijgt op de manier waarop hij de wereld benadert, met anderen omgaat, speelt, beslissingen neemt, zijn tijd besteedt, zijn kamer en speelgoed opruimt, zijn emoties uit – dat dit allemaal gewoon, normaal en acceptabel is. Stel dat een kind wordt aangemoedigd in zichzelf te geloven, open te zijn en op zijn waarnemingen en reacties te vertrouwen. Een kind dat weet dat hij lief, begaafd en de moeite waard is, *precies* zoals hij is. Zo'n kind groeit vol zelfvertrouwen op, onbekommerd, eerlijk, onafhankelijk en liefdevol, omdat hij wordt grootgebracht door ouders die zijn unieke persoonlijkheid accepteren en *vol trots* de ruimte geven. Diep in ons hart willen we allemaal begrepen en geaccepteerd worden zoals we zijn. Het belangrijkste dat we ons kind kunnen geven is een gevoel van eigenwaarde.

Geaccepteerd worden zoals je bent – het geheim van eigenwaarde

Slecht gedrag wordt veroorzaakt door een tekort aan eigenwaarde. Iedere ouder kan de voor de hand liggende oorzaken van een gebrek aan eigenwaarde opnoemen: weerzinwekkende lichamelijke of emotionele mishandeling, seksueel misbruik of verwaarlozing. Iedereen weet dat zo de geest van een kind beschadigd wordt. We weten allemaal dat je pas echt van een ander kunt houden als je van jezelf kunt houden: eigenwaarde is in wezen jezelf accepteren en van jezelf houden. Een tekort aan eigenwaarde schept zo'n diepe kloof

dat mensen nooit van anderen leren houden, nooit de verantwoordelijkheid voor hun eigen daden nemen, en hun leven lang de emotionele leegte proberen te vullen met negatief gedrag dat hen een tijdelijk gevoel van macht geeft en een kort maar oppervlakkig gevoel van waarde.

Gelukkig leven de meeste kinderen niet in de vreselijke omstandigheden waar we in de krant over lezen. Maar waarom worden zoveel kinderen dan toch ongelukkige volwassenen? Misschien wordt het gevoel van eigenwaarde van een kind thuis langzaam maar voortdurend ondermijnd. Goedbedoelende maar onoplettende ouders beschadigen op talloze manieren het zelfvertrouwen van hun kinderen: met kritiek of negatieve opmerkingen, met ongeduld, wanneer ze iets wat ze leuk vinden moeten afraffelen, omdat wij vinden dat ze iets belangrijks moeten doen. We doen hun belangstellende of nieuwsgierige vragen nonchalant af. Onze kinderen leven jarenlang in een sfeer van vitten, ontmoedigen of kleineren. We behandelen onze kinderen vaak op een manier zoals we nooit met volwassenen zouden omgaan en zoals we zelf zeker niet bejegend willen worden.

Zodoende wordt het gevoel van onze kinderen dat ze sterk, begaafd en veerkrachtig zijn, ondermijnd. En door onze kritiek gaan ze zichzelf zien zoals wij steeds zeggen dat ze zijn – vol fouten die nodig veranderd moeten worden. Wanneer de waarde van een kind wordt afgemeten aan onze opvattingen over goed of waardevol, ondermijnen we zijn zelfvertrouwen. Wanneer we de waarde van een kind afmeten aan de mate waarin hij aan onze verwachtingen voldoet, gaat hij aan zichzelf en zijn ware aard twijfelen. We moeten daar-entegen bewust onze kinderen accepteren en van ze houden zoals ze *van nature* zijn. Zo ontstaat een gevoel van eigenwaarde.

Maar hoe doen we dat precies? Door onze opvoedingsmethode aan te passen aan het kind, in plaats van andersom.

Individueel opvoeden – terug naar de tuin

Elke generatie heeft zijn eigen theorie over opvoeden. Dat varieerde van ‘Kinderen mag je wel zien, maar niet horen’ en ‘Wie zijn kinderen liefheeft, kastijdt ze’ tot het moderne ‘even afkoelen’ en ‘huisarrest’. Maar eenvoudigweg populaire of cultureel acceptabele opvoedingsmethoden overnemen gaat voorbij aan het belangrijkste element: het unieke van je kind. In plaats van te beweren dat een opvoedingsmethode voor alle kinderen werkt, kunnen we beter naar de tuinman kijken.

De tuinman accepteert onvoorwaardelijk de eisen van de plant en geeft elke plant de juiste omstandigheden om te groeien en te bloeien. Zo moeten wij als ouders onze opvoeding aanpassen aan de natuurlijke behoeften van elk kind. Dat is minder moeilijk dan het lijkt. Zodra we eenmaal weten hoe ons kind echt in elkaar zit, kunnen we uitvogelen hoe we onze methode in positieve zin kunnen aanpassen en elk kind accepteren zoals het is. In

onze workshops hebben wij ouders geholpen een positieve kijk op hun kind te krijgen. Met voldoening hebben we gezien hoe ze optimistischer werden over hun taak als ouder en zelfs weer helemaal verliefd werden op hun kind. Na deze workshops zijn ouders goed voorbereid en vol verlangen om de opvoeding tot iets positiefs te maken, zowel voor henzelf als voor de kinderen. Iedere ouder kan dit belangrijke inzicht en optimisme bereiken.

De ouders van Jacob, 9, en Rachel, 7, namen deel aan onze workshop. Als ze naar een grote speelgoedwinkel gaan om cadeautjes uit te zoeken, is het verschil tussen beide kinderen groot. Rachel is erg opgetogen, kiest snel drie dingen uit die ze kan betalen en vindt het fijn beslissingen te nemen. Haar broertje ervaart dit anders. Hij piekert eindeloos over de vele mogelijkheden en loopt in verwarring de hele winkel door. Hij kan geen keuze maken en vraagt zijn ouders voortdurend: 'Als ik dit neem, kan ik dat dan ook nog nemen?' Hij piekert over alle mogelijke combinaties en na een uur wordt het gezin ongeduldig. Jacob voelt nu nog meer druk om te kiezen. Uiteindelijk, wanneer er gedreigd wordt om zonder iets weg te gaan, kiest hij een actiepoppetje. Na afloop huppelt Rachel tevreden naar de auto, terwijl Jacob doodmoe is van de stress en niet helemaal gelukkig is met zijn aankoop. Het hele gezin is moe en geïrriteerd en Jacob voelt zich klunzig en is bang dat hij het verkeerde gekozen heeft. En dit moest een leuk uitje voorstellen!

In de workshop bespraken we hoe winkelen voor Jacob leuker kon worden. Nu ze een beter inzicht hadden in Jacob, beseften zijn ouders dat hij zich vermoedelijk beter had gevoeld als ze hem thuis door speelgoedboekjes hadden laten bladeren of naar een speciale hobbyzaak hadden meegenomen. Omdat Jacob moeilijk beslissingen neemt, biedt een grote speelgoedwinkel te veel keuze. Als zijn ouders het winkelbezoek hadden aangepast aan zijn individuele behoeften, in plaats van te verwachten dat hij zich aanpast aan de gebruikelijke manier van winkelen, zou zijn gevoel van eigenwaarde niet nodeloos beschadigd zijn.

Persoonlijkheidstypering – ieder kind is te begrijpen

Soms is een nieuwe kijk op onze kinderen de eerste stap om oude en ondoelmatige manieren van omgang te veranderen. Persoonlijkheidstypering* is een goede manier om de aard van iemand te identificeren en te begrijpen. Dankzij het werk van Carl Jung en de Amerikaanse Katherine Briggs en Isabel Briggs Myers (moeder en dochter) kunnen we nu iedereen indelen in zestien verschillende persoonlijkheidstypen.

Kinderen worden als een bepaald type geboren en blijven dat hun hele leven; ouders

* De auteurs gebruiken in dit boek de term 'persoonlijkheidstypering' voor de Myers-Briggs Type Indicator® (MBTI).

blijven het type dat ze als kind waren. Ons persoonlijkheidstype beïnvloedt ons hele leven, van kleuterspelletjes tot favoriete schoolvakken en beroepen waartoe we ons aangetrokken voelen. Ons natuurlijke type is te herkennen aan de hoeveelheid en soort contacten met mensen die we aardig vinden, wat we interessant vinden en onthouden, hoe we beslissingen nemen, en hoeveel en wat voor soort structuur we accepteren. Door je eigen type en dat van je kind te begrijpen, kun je je opvoedingsmethode zo aanpassen dat de positieve kanten van je kind benadrukt worden. Persoonlijkheids-typering is een goede en verhelderende manier om onze opvoedingstechniek positiever te maken. Dat leidt tot minder strijd en gelukkige, gezonde kinderen. Het persoonlijkheids-type is een wegwijzer naar de opvoedingstechniek die het kind het best ligt. Zodra we weten wat onze kinderen nodig hebben om goed te gedijen, kunnen we manieren vinden om dat te realiseren.

Hoe werkt dit boek?

Dit boek lezen is een interactief proces. Hoewel we je zeker niet bepaalde normen willen voorschrijven – normen en waarden zijn namelijk hoogst persoonlijk – hebben we wel veel aansprekende voorbeelden: in honderden diepgaande gesprekken hebben ouders hun ervaringen – goed en slecht, verhelderend en gênant – met ons gedeeld. Deze verhalen willen we graag aan je doorgeven.

In deel 1 ontdek je welk effect persoonlijkheids-typering kan hebben op je effectiviteit als ouder en op het welzijn van je kind. Je leert de basisprincipes van persoonlijkheids-typering: je ontdekt je eigen type en dat van je kind door de herkenbare beschrijvingen van de verschillende types. De vele voorbeelden en gedragslijstjes helpen je het ware type van je kind te ontdekken en de type-profielen helpen je de aangeboren sterke en mogelijke zwakke punten van elk type te identificeren.

Wanneer je het type van je kind weet, kun je naar de gedetailleerde beschrijving in deel 2 gaan. De zestien verschillende types worden steeds in drie verschillende ontwikkelingsstadia beschreven: kleutertijd, basisschool en puberteit. Daarna staan in elk hoofdstuk aanwijzingen hoe je je opvoedingstechniek kunt aanpassen om de aangeboren persoonlijkheid van je kind te steunen, door communicatie, motivatie en terechtwijzingen. We geven alle praktische aanwijzingen die we in de loop van vijftien jaar in workshops, cursussen en gesprekken van allerlei ouders hebben verzameld. Dankzij persoonlijkheids-typering kun je de karaktertrekken van je kind als een aanwinst zien, niet als een risico. Door de hulpmiddelen en het inzicht kun je anticiperen in plaats van achteraf te reageren. We leggen bovendien uit hoe je dankzij kennis van de verschillen tussen jou en je kind veel voorkomende conflicten kunt omzeilen met minder stress en schuldgevoel bij alle partijen. Bovendien gunnen we je een kijkje in de toekomst van je kind: een beschrijving van de zelfbewuste

volwassene van zijn type. Elk hoofdstuk wordt afgesloten met de Glazen Bol: daar wordt de gelukkige volwassene beschreven die ieder kind van dat type kan worden. Door te lezen wat bij andere kinderen werkt, krijg je meer zekerheid, een betere kijk op je kind en de middelen om daar ook iets mee te doen.

Een belangrijke waarschuwing: dit boek is geschreven voor ouders van gezonde kinderen, zonder ernstige leerproblemen of lichamelijke, emotionele of geestelijke beperkingen die speciale aandacht nodig hebben. Net zoals erfelijke aanleg, levenservaringen en cultuur, beïnvloeden ook die speciale omstandigheden je persoonlijkheidstype. Om praktische redenen worden deze situaties niet behandeld.

En wie zijn wij?

Niemand is echt een opvoedingsdeskundige, ook wij niet. Per slot van rekening is elke ouder-kindrelatie uniek en ingewikkeld. Maar we hebben wel unieke vaardigheden.

Samen hebben we het succesvolle boek *Do What You Are* geschreven, waardoor honderdduizenden mensen ontdekten dat het geheim van bevredigend werk ligt in je type. Na dit baanbrekende werk op het gebied van de loopbaanontwikkeling hebben we onze ervaring met persoonlijkheidstypering gebruikt in vele workshops en cursussen op het gebied van de opvoeding. Nu willen wij onze kennis en ontdekkingen delen.

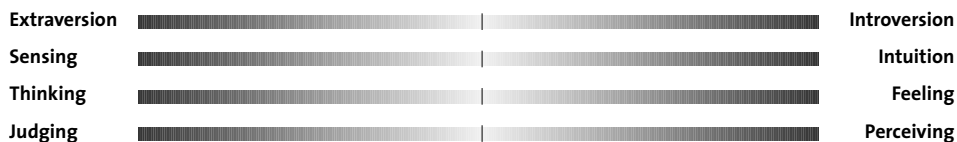
Door onze professionele trainingen, voordrachten op nationale en internationale conferenties, lezingen en radio- en televisieoptredens staan wij bekend als experts op het gebied van bestudering en toepassing van persoonlijkheidstypering. We hebben trouwens ook twee kinderen, en profiteren regelmatig in de praktijk van onze kennis.

Net als wij weet je dat opvoeden de moeilijkste en ingewikkeldste verantwoordelijkheid is die je op je kunt nemen – en ongetwijfeld de belangrijkste. Met behulp van de verhalen uit onze workshops en interviews met ouders en kinderen, laten we zien hoe de normale conflicten tussen ouders en kind heel vaak het resultaat zijn van botsende persoonlijkheidstypes. Wij denken dat je door dit boek je kind beter en grondiger leert kennen. Door zelfs maar een klein beetje tegemoet te komen aan zijn persoonlijkheidstype zul je beter met conflicten kunnen omgaan, terwijl jouw acceptatie en onvoorwaardelijke liefde hem levenslang bijblijft.

2 WIE BEN JIJ EN WIE BEN IK?

INLEIDING PERSOONLIJKHEIDSTYPERING

In dit hoofdstuk bepaal je je eigen type en dat van je kind. Maar eerst wat meer informatie over persoonlijkheidstypering. Persoonlijkheidstypering is een systeem voor het begrijpen van de verschillende gedragspatronen van mensen. Het werd bedacht door de Zwitserse psycholoog Carl Jung en uitgewerkt door Katharine Briggs en Isabel Briggs Myers. Het persoonlijkheidstype van een mens bestaat uit vier onderdelen of dimensies. Dat zijn: waardoor worden we gestimuleerd, welke informatie merken we op en onthouden we, hoe nemen we beslissingen en hoe organiseren we onze omgeving? Elke dimensie weerspiegelt een belangrijk aspect van het leven; daarom geeft typering ons zo'n goed inzicht in het gedrag van onszelf en anderen. Je kunt je de dimensies het beste voorstellen als een glijdende schaal tussen twee tegenpolen:



In het midden van elke schaal zie je een streep. Die is belangrijk, omdat iedereen een aangeboren voorkeur heeft voor de ene of de andere helft van de dimensie. Hoewel we beide kanten van deze dimensies gebruiken bij de honderden dingen die we elke dag doen, gebruiken we ze niet even vaak, even gemakkelijk of even succesvol.

Dat kan heel gemakkelijk worden uitgelegd als je een pen of potlood bij de hand hebt.

Schrijf je handtekening op een stukje papier of desnoods in de kantlijn van dit boek.

Simpel, nietwaar? Gebruik nu je andere hand. Hoe ging dat? Wat valt je hierbij op?

De meeste mensen ontdekken dat je voorkeurshand gemakkelijk en automatisch aanvoelt. Het ging vanzelf. Maar je andere hand was onhandig en het kostte je vermoedelijk veel meer tijd en energie om iets op papier te zetten wat er kinderlijk uitzag.

Wanneer je je voorkeurshelft gebruikt bij elk van de vier dimensies doe je iets wat vanzelf gaat. Wanneer je de andere helft moet gebruiken, vraagt dat meestal meer inspanning, het gaat je meestal niet zo goed af en het is vaak moeilijk.

Kun je ook een voorkeur voor beide hebben: Introversion en Extraversion? Nee, tenminste ...

Net zoals we onze verkeerde hand soms toch gebruiken, zo kunnen we ook onze andere helft van een dimensie gebruiken. De deskundigen die zich al jaren met dit onderwerp

bezighouden, beseffen dat iedereen een aangeboren voorkeur voor de ene of andere kant heeft, bij sommige mensen heel uitgesproken, bij anderen moeilijker te ontdekken. Omdat iedereen per dimensie een voorkeur heeft, zijn er zestien verschillende combinaties mogelijk. Een persoonlijkheidstype is een code van vier letters waarin de voorkeur voor elke dimensie beschreven wordt. Iemand kan bijvoorbeeld ISTJ zijn (Introversion, Sensing, Thinking, Judging) of ENFP (Extraversion, iNtuition – de I gebruiken we al voor Introversion – Feeling, Perceiving) of nog veertien andere types.

Voor alle duidelijkheid: we praten steeds over een *voorkeur*, en hebben het niet over een bewuste keuze, maar over een aangeboren neiging. Iemand kiest er niet voor om een Extravert te zijn en we kunnen onze typevoorkeuren ook niet veranderen. We worden als type geboren en blijven dat ons hele leven. De ene voorkeur is ook niet beter dan de andere. Het ene type is ook niet beter, slimmer of saaier dan het andere. Ieder type heeft van nature sterke en mogelijk zwakke punten, als gevolg van die neigingen. En hoewel ieder individu uniek is, omdat we allemaal onze eigen genen, ouders en ervaringen hebben, lijken mensen van hetzelfde type toch opvallend veel op elkaar. Daarom is typering zo nuttig.

Nu de principes uitgelegd zijn, geven we een kort overzicht van de vier dimensies. We beschrijven die daarna in detail met een heleboel voorbeelden, zodat je je eigen type en dat van je kind kunt bepalen.

Hoe vroeg kan ik het type van mijn kind bepalen?

Bij de meeste kinderen zijn alle vier de voorkeuren rond hun derde of vierde jaar al duidelijk te zien. Soms is het type al met twee jaar overduidelijk. Bij anderen duurt het langer – tot een jaar of vijf, zes – voor hun ouders het zeker weten. Ieder kind is anders en voorkeuren zijn gemakkelijker te herkennen dan een minder sterke voorkeur. Maar zelfs bij heel jonge kinderen – een of twee jaar oud – kun je, als je dit boek goed leest, al een voorkeur voor Extraversion of Introversion en misschien ook andere voorkeuren bepalen. Maar of je nu het complete type van je kind bepaalt of alleen een onderdeel, het is een belangrijk nieuw inzicht. Het belangrijkste is bevestiging te blijven zoeken naarmate je kind opgroeit, en bereid te blijven je opvoedingsmethode te veranderen voor een beter resultaat met jouw kind, ongeacht zijn type.

Persoonlijkheidstype: een kort overzicht

De eerste dimensie beschrijft waar je energie van nature op gericht is – naar binnen, naar je eigen gedachten, of naar buiten, naar mensen en dingen buiten jezelf. Dit noemen we *Introversion of Extraversion*.*

De tweede dimensie identificeert welke informatie je van nature opmerkt en onthoudt. De voorkeur voor *Sensing* betekent dat je opmerkt wat is, op het heden gericht bent en gelooft wat je kunt zien en meten. Mensen met een voorkeur voor *iNtuition* zien daarentegen meestal wat zou kunnen, ze zien snel mogelijkheden en verbanden en zijn meer op de toekomst gericht.

De derde dimensie heeft betrekking op hoe je beslissingen neemt. Een voorkeur voor *Thinking* betekent op een logische en analytische manier beslissen, met vooral objectieve criteria. Wie van nature *Feeling* is, neemt beslissingen vooral op grond van eigen subjectieve waarden en de gevolgen voor anderen.

De laatste dimensie betreft de manier waarop je de wereld om je heen het liefst organiseert. Een voorkeur voor *Judging* betekent een wens om dingen af te ronden, zodat je een gevoel van controle hebt, terwijl een voorkeur voor *Perceiving* een behoefte weerspiegelt om dingen open te houden, zodat je kunt reageren op veranderingen.

We worden allemaal geboren met een natuurlijke voorkeur binnen deze vier dimensies. In de loop van de jaren wordt onze natuurlijke voorkeur duidelijker, maar elk kind heeft al een voorkeur, al is die soms moeilijk te ontdekken. Een natuurlijke voorkeur bij een kind ontdekken is een doorkijkje in zijn geest. We krijgen een enorme hoeveelheid informatie die we kunnen gebruiken om als ouder constructiever en opbouwender te worden.

Om de acht voorkeuren beter te kunnen begrijpen en de typevoorkeuren van je kind (en jezelf) te kunnen bepalen, beschrijven we alle dimensies, met veel concrete voorbeelden van kinderen die we in ons werk ontmoet hebben. Deze inleiding hebben we geschreven met de nadruk op kinderen, niet op volwassenen met dezelfde voorkeuren. De voorbeelden zijn op kinderen gebaseerd, niet op beschrijvingen van volwassenen waaruit je de neigingen van je kind moet zien te ontdekken. In het algemeen lijken volwassenen heel sterk op hoe ze als kind waren. Misschien zijn ze wat verantwoordelijker, minder impulsief, of iets realistischer. Maar in wezen ben je hetzelfde als je toen was.

De verschillende voorkeuren worden nogal zwart-wit beschreven, zodat het verschil tussen de tegenpolen duidelijk wordt. Niet iedereen zal zich in elk voorbeeld kunnen vinden, en niet iedereen met dezelfde voorkeur zal zich precies hetzelfde gedragen. We zijn allemaal uniek en ons persoonlijkheidstype zegt een heleboel, maar heeft niet het laatste woord. Het is onze bedoeling om het je zo gemakkelijk mogelijk te maken om te beslissen wat de

* Hoewel de Engelse benamingen van sommige MBTI-voorkeuren je bekend kunnen voorkomen, kan de betekenis van de MBTI-voorkeuren afwijken van de dagelijkse betekenis.

Onthoud:

- *Extraversion* betekent niet: 'spraakzaam' of 'luidruchtig'.
- *Introversion* betekent niet: 'verlegen' of 'geremd'.
- *Feeling* betekent niet: 'emotioneel' of 'gevoelig'.
- *Judging* betekent niet: 'veroordelend'.
- *Perceiving* betekent niet: 'ontvankelijk'.