

PUB ERS!

WAAROM ZE ZIJN WIE ZE ZIJN
EN WAAROM ZE DOEN WAT ZE DOEN

TELIDJA KLAÏ



BORGERHOFF
& LAMBERIGTS

Voor Luka, Renno, Noa & Jelena
Het is mij een groot genoegen en een absoluut privilege
om mee te mogen bouwen aan jullie levenspad.
Dankjewel voor alle schoonheid, kracht en wijsheid
die jullie me elke dag schenken.

xxx
Mama – Tita

#loveyou #loveyou2 #onschatbareschatten

9	Voorwoord
13	Pubers: wie zijn ze, wat doen ze, wat drijft hen?
31	Pubers en hun uiterlijk: de terreur van de spiegel
57	Pubers en hun brein, of het brein en zijn puber
83	Pubers en hun vrienden: my best friends are better than yours
119	Pubers en hun ouders: my parents are aliens
155	Pubers en experimenteren: je bent jong en je wilt wat
189	Van Puber naar jongvolwassene... naar wat?
201	Bronnen
206	Dankwoord

Voorwoord

Ik heb een passie voor alles wat met ontwikkelingspsychologie te maken heeft. Van de conceptie tot aan de dood: elke levensfase boeit me mateloos. Dat heb ik meegekregen van mijn mentor, Prof. Dr. Ingrid Ponjaert-Kristoffersen. Ze leerde me de passie voor het vak. Ik heb een zwak voor kinderen, in het bijzonder voor kleuters, en een voorkeur voor pubers. Als ik naga waarom ik net die leeftijden zo boeiend vind, dan heeft het vast en zeker te maken met het eigenzinnige karakter van zowel kleuters als pubers, met het feit dat het de ontwikkelingsfasen bij uitstek zijn waar buiten de lijntjes gekleurd wordt, waar uitgetest wordt, waar af en toe over de grens gegaan wordt. Toen me gevraagd werd of ik een boek over de puberteit wilde schrijven, was ik dan ook zeer verheugd en uiteraard vereerd. En daar begon dus het verhaal van dit boek. Het zou een verhaal worden over de puberteit, over vele pubers, vermengd met mijn eigen losmakingsproces als mama van twee jongens. Ik liep maanden met een klein zwart notitieboekje rond. Hierin noteerde ik gebeurtenissen uit het verleden die me te binnen schoten, dingen die ik rondom mij zag gebeuren, verhalen die vrienden en kennissen me over hun kinderen vertelden, ervaringen van mensen die me opbelden en om advies vroegen... Hoe meer verhalen ik verzamelde, hoe duidelijker het allemaal in mijn hoofd werd. Met de nodige planning en aanmoedigingen van Wim, mijn uitgever, kwam het ook uit mijn hoofd en op papier terecht.

Ik schrijf dit boek voor alle ouders en andere opvoeders die nood hebben aan achtergrondinformatie over de puberteit, die willen weten hoe de puberteit in elkaar zit, die zich soms vragen stellen bij wat ze bij hun pubers opmerken, die het handig vinden om enkele tips aangereikt te krijgen. Door de diversiteit aan verhalen zal je je er soms helemaal in herkennen en je erkend voelen, en soms helemaal niet.

Dat is absoluut oké. De puberteit is een heterogene leeftijdsgroep met zeer grote individuele verschillen. Wat ik vertel gaat over de gemiddelde puber, over wat we kunnen aannemen met betrekking tot het merendeel van de pubers. Soms zal je je puber helemaal herkennen in het verhaal en het gevoel hebben dat wat ik schrijf over jouw kind gaat. Je zal ongetwijfeld ook dingen lezen die niet gelden voor jouw puber, en dat is ook helemaal oké.

Ik stel één basispremissie. Ik ga ervan uit dat de basis voor een gezonde ontwikkeling van kinderen een veilige warme context is, zowel binnen het gezin als buitenshuis. Ik ga ervan uit dat ouders het beste voorhebben met hun kinderen.

Wat ik in de eerste plaats aan de lezers van dit boek wil meegeven, is dat de ouder-puberrelatie continu aan verandering onderhevig is. De puberteit is voor alle betrokkenen een continue zoektocht naar een evenwicht tussen het verwerven van autonomie door je puber, het blijven verbinden en connecteren en het groeien en verwerven van vaardigheden door je puber. De uitdaging is om te blijven connecteren, zelfs in de periode waarin je puber zich afscheurt van jou met als doel te groeien tot jongvolwassene. Deze opdracht is niet altijd even makkelijk en vergt vooral van jou veel. Je puber wordt geleid door zijn of haar ontwikkeling. Door de fase waarin je puber zich bevindt, begrijpt hij of zij vaak niet wat er aan de hand is, wat je van hem of haar verwacht. Dat kan duren tot zijn of haar 25e. Jij bent degene die het wel begrijpt, die jullie relatie dus zal sturen. Er staat je heel wat werk te wachten. Verbinden betekent dat je steeds opnieuw in dialoog gaat, dat je blijft praten met je puber, wat er ook gebeurt. Het helpt om afstand te nemen van je eigen emoties, om je bewust te zijn van je eigen emoties. Tracht ze te controleren. Daarenboven kan je niet over alles de strijd aangaan – ‘choose your battles’ is mijn motto om sommige perioden met minder stress door te komen. Deze houding

helpt me trouwens vaak in het leven (en niet enkel als het over de opvoeding van mijn kinderen gaat). In elk hoofdstuk zal je die rode draad terugvinden, omdat hij fundamenteel is en van groot belang om je doelstelling te bereiken, met name je kind begeleiden tot een autonome, gelukkige jongvolwassene die zijn of haar vleugels uitslaat op weg naar een eigen leven vol schoonheid, kracht en wijsheid. In het eerste hoofdstuk zet ik de algemene lijnen uit van wat een puber typeert en stip ik aan wat jou als ouder allemaal te wachten staat. In de hoofdstukken erna ga ik telkens wat dieper op die verschillende facetten van de puberteit in. Veel leesplezier!

Telidja


**PUBERS:
WIE ZIJN ZE, WAT
DOEN ZE, WAT
DRIJFT HEN?**

*‘Puberteit is als verhuizen:
het is een puinhoop, maar het is
maar tijdelijk.’*

– Warren Thomas

Amerikaans scenarioschrijver en acteur (1957-2005)

Puber, pubertijd, puberteit... een zeer breed begrip. Vanaf dat je kinderen in hun tienerjaren komen en zich wat tegenstrijdig gedragen, krijgen ze de stempel ‘puber’. En we blijven hen vaak pubers noemen als ze al 18 zijn en weer even uit de bocht vliegen. Maar klopt dat wel? Wanneer is je kind eigenlijk echt puber? Wat betekent de puberteit? Waar situeert zich die levensfase? En hoe kenmerkt die zich?

 Ik heb twee zonen, Luka en Renno. In leeftijd verschillen ze drie jaar. Luka is de oudste, Renno dus de jongste. Beiden zijn uit totaal verschillend hout gesneden. Je herkent dat wel. De ene is introvert, oogt op het eerste gezicht wat afstandelijk, af en toe zelfs wat arrogant, lijkt soms in een andere dimensie te vertoeven en je moet hem tussen de lijnen lezen. Hij is de Kleine Prins. De andere is extravert, heeft een uitgesproken eigen mening die hij te gepasten tijde (en ook te ongepasten tijde) zal verkondigen, is uitermate creatief en inventief, heeft heel wat sociale vaardigheden, is van alle markten thuis en heeft temperament. Hij is de creatieve duizendpoot.

Als ik erop terugkijk, merk ik dat ze hun ontwikkeling anders doorlopen hebben. Hierdoor verschilt de relatie die ze elk met mij, met ons als ouders hebben. Daar waar de oudste zich steeds probeerde te conformeren aan wat hij dacht dat van hem verwacht werd en soms (meestal onverwacht) plots uit de bocht schoot, zoekt de jongste te pas en ook wel te onpas onze grenzen op.

Al sinds ze klein waren, was het verschil tussen hen duidelijk zichtbaar en vooral voelbaar. Luka was de dromerige onbezonnen kleuter die vaak in zijn cocon van Pokémons, dinosaurussen, draken en andere creaturen vertoefde en die je telkens met heel wat sturing en inspanningen terug in het hier en nu moest halen om ervoor te zorgen dat je op een aanvaardbaar uur (weliswaar vaak te laat) de deur uit geraakte. Renno daarentegen was de kleuter die net voordat

je moest vertrekken naar een familiefeest, als je even niet oplette, in alle onschuld zowel zichzelf als de muur met alcoholstift decooreerde met iets dat op bloemen moest lijken, want ‘mama, jij houdt van bloemen’. Waarna je dan een strijd aanging en wist dat je hem echt niet mocht lossen, want anders deed hij het een week later op een onbewaakt moment gewoon opnieuw.

Ook hun puberteit verliep – eigenlijk moet ik zeggen: verloopt – helemaal anders. Ook daarin verschillen ze echt wel. Luka was het soort puber waarvan je dacht dat het een makkie zou zijn om samen door die periode te komen, maar dat pakte anders uit. Zijn volgzzaamheid en ogenschijnlijke maturiteit waren soms gewoon een dekmantel voor de fratsen die hij uitstak, lees: de grenzen die hij verkende en verlegde. Puber Renno gaat openlijk de strijd en het conflict aan, verontschuldigt zich niet als het fout loopt en is ervan overtuigd dat hij ermee wegstrekt. Luka was zich heel bewust van het feit dat wij in een ver verleden ook een dergelijk pad hebben bewandeld en dus wel weten hoe de vork aan de steel zit. Hij erkende onze rol op zijn pad en wist hoe hij dat kon manipuleren. Renno is overtuigd van zijn uniciteit op het levenspad dat hij momenteel bewandelt en denkt dat wij geen flauw vermoeden hebben van wat er zich op dat pad afspeelt. Twee totaal verschillende jongens... en bijgevolg een andere handleiding, een andere aanpak, een andere opvoeding. Lijkt logisch, toch? Maar evident is het niet. Het is en blijft zoeken, elke dag opnieuw. Ik heb even gedacht dat het misschien een optie zou zijn om die hele puberteit van ‘storm en stress’ over te slaan. Ik hoor het me nog zeggen, al lachend: ‘Weet je wat jongens, we slaan die puberteit gewoon over. Ik laat jullie los en jullie laten mij los.’ Klaar. Toch?!

Neen, eigenlijk niet. Want oké, zowel voor ouders als pubers is het soms moeilijk, maar het is tegelijkertijd net een superboeiende periode, voor alle betrokkenen. Ik probeer vaak als buitenstaander te kijken naar deze misschien wel allerlaatste levensfase waarin je als ouder van grote betekenis bent voor het ontwikkelingsproces van je

kinderen. Ik probeer te reflecteren, te herdenken, te overdenken, te herevalueren en terug opnieuw. Het voelt eerlijk gezegd soms alsof het de laatste etappe is waarin ik de kans geboden krijg om af te werken wat ik in mijn hoofd had toen ik aan kinderen begon, wat veel ouders voor ogen hebben: je kinderen begeleiden tot zelfstandige, autonome en vooral gelukkige jongvolwassen individuen die met hun voeten in de wereld staan, hun steentje bijdragen aan een betere wereld, de juiste humane waarden hebben geïnternaliseerd en een mooie toekomst in het vooruitzicht hebben...

De puberteit is een bijzonder boeiende, uitdagende en intense levensfase. Na die periode zullen jouw ruwe diamanten zich normaliter zelfstandig in de wereld begeven. Je hebt ze naar je beste vermogen geslepen om ze te kunnen laten schitteren in het leven. Natuurlijk ben je al lang bezig met loslaten. Je losmakingsproces begint eigenlijk al vanaf het moment dat je ze verwelkomt hebt op aarde, maar in de puberteit krijgt loslaten pas echt een extra dimensie. Je invloed wordt minder, ofschoon je belangrijk blijft in hun leven. Je betrokkenheid wordt soms als controle gepercipieerd en is soms misschien ook wel een vorm van controle, al is dat in eerste instantie veelal niet je bedoeling. Jouw uitingen van liefde kunnen zowel door hen als door jezelf als een beklemmend harnas worden ervaren, ook al is het eigenlijk het warme dekentje waarmee je hen altijd onvoorwaardelijk bedekte. Het wordt plots weer zoeken, naar een nieuw evenwicht, een evenwicht waar je over gelezen hebt, waar je je op voorbereid had, waarvan je dacht dat je het wel wist – maar dat dan toch anders uitdraait. Net omdat ze groot worden. Net omdat jij niet meer alleen aan het stuur zit. Jij dicteert niet langer de contouren waarin jullie je samen bevinden, je kind bepaalt voortaan mee hoe zijn of haar leven vorm krijgt. En het vaak nog onvoorspelbare en wisselende kader dat je puber zo scheidt, is uiteraard van invloed op jou en de rest van het gezin.

Puberteit of pubertijd

Puberteit of pubertijd? Laten we even stilstaan bij deze begrippen en de betekenis ervan. Volgens Van Dale is zowel ‘puberteit’ als ‘pubertijd’ correct Nederlands, maar de woorden hebben een andere betekenis en je spreekt ze ook anders uit.

*‘Het woord **puberteit**, met de klemtoon op de laatste lettergreep, benoemt een toestand. Puberteit gaat over datgene wat er met iemand gebeurt die zich van kind tot volwassene ontwikkelt. Het woord is gevormd met het achtervoegsel -teit dat teruggaat op het Franse -té. Je zou puberteit ook kunnen omschrijven als “puberschap”.’*

*‘De **pubertijd**, met de klemtoon op de eerste lettergreep, is de tijd waarin iemand puber is. Het woord legt de nadruk op de periode en niet zozeer op wat er in die periode met de betrokkene gebeurt. Je zou kunnen zeggen: de pubertijd is de periode waarin iemand zijn puberteit doormaakt.’*

‘Puberteit’ verwijst dus naar het proces dat je kind doormaakt, ‘pubertijd’ naar de periode waarin die ontwikkeling plaatsvindt. In beide begrippen gaat het over een ontwikkelingsfase waarin je kind aangeduid wordt als ‘puber’. Gezien we vaak de neiging hebben om een diepe duik te nemen in het wereldwijde web als we ergens meer over willen weten, dacht ik dat het interessant zou zijn om ook dat begrip eens te googelen. Daarbij kwam ik onder meer uit bij zes definities van Encyclo. Ik pik er daar twee uit die mijns inziens het meest omvattend zijn en van waaruit ik in dit boek vertrek:

Puber

zelfst.naamw. (m.) Uitspraak: [ˈpybər] Verbuigingen: puber|s (meerv.) jongere tussen twaalf en achttien jaar. Voorbeeld: ‘Pubers vertonen vaak gedrag dat hun ouders niet zo leuk vinden.’

Puber

1) Aankomende jongeling 2) Adolescent 3) Geslachtsrijp jong mens 4) Halfvolwassene 5) Halfwas 6) Iem. van een leeftijd tussen kind en adolescent 7) Iemand beneden de eenentwintig 8) Iemand tussen kind en volwassen 9) Iemand van vijftien tot achttien jaar 10) Jeugdig persoon 11) Joch 12) Jong meisje

Van Dale geeft de volgende definitie:

*pu-ber (de; m,v; meervoud: pubers)
1 iem. van een leeftijd tussen kind en adolescent*

Aansluitend geeft Van Dale een definitie voor het werkwoord dat afgeleid is van ‘puber’:

*pu-be-ren (puberde, heeft gepuberd)
1 in de puberteit komen*

Uit bovenstaande definities kunnen we ook voor het begrip ‘puber’ een gemene deler genereren: een puber bevindt zich op het pad tussen kind-zijn en volwassenheid, oftewel (wanneer je er een leeftijd op wenst te plakken) pakweg tussen 12 en 18 jaar. De iets engere benadering van Van Dale – ‘tussen kind en adolescent’ – heeft te maken met de oorsprong van het begrip ‘puberteit’. Dat komt van het Latijnse woord *pubescere*, dat zoiets betekent als ‘bedekt zijn met haar’. Men verwijst daarmee naar de ontwikkeling van haargroei in de schaamstreek, onder de oksels en op de benen. Die etymologie heeft mij altijd

geïntrigeerd. De verwijzing naar haargroei, of algemener lichamelijke veranderingen, is een vrij plastische benadering van een toch wel heel complexe, intrigerende periode, waarin de komst van lichaamsbehaaring waarschijnlijk maar een fractie van de wel duizend zorgen van de puber vormt! In het Latijn vinden we overigens ook een verwijzing naar de ruimere betekenis van ‘puberteit’ terug. In die lezing is het begrip afkomstig van het Latijnse *pubertas*, dat ‘het man-zijn’ betekent. In zijn algemeenheid verwijst dat naar de transitie naar volwassenheid.

Vanuit ontwikkelingspsychologisch oogpunt verwijst de puberteit naar een van de drie fasen binnen de brede adolescentie. Overwegend verwijst adolescentie naar de periode tussen de kindertijd en de jongvolwassenheid. In deze ontwikkelingsfase bevinden zich drie subfasen:

- * In de vroege adolescentie of puberteit ligt de focus voornamelijk op de lichamelijke veranderingen die meisjes en jongens ondergaan.
- * Tijdens de middenadolescentie staan het losmakingsproces van de ouders en het experimenteergedrag centraal.
- * De late adolescentie staat in het teken van maatschappelijke keuzen.

In de volksmond en in menig populaire definitie gaat ‘puberteit’ over de fase die de kindertijd met de (jong)volwassenheid verbindt. Die brede benadering hanteer ik ook in dit boek, en we zullen die gehele ontwikkelingsfase als puberteit beschouwen. Uit menig onderzoek blijkt dat het einde van de kindertijd zich aankondigt – en dus de puberteit begint – rond de leeftijd van 11 jaar. Hormonale veranderingen zetten de puberteit in gang en geven aanleiding tot veranderingen in het lichaam maar evenzeer in het gedrag en de emoties. Die start op 11 jaar is een gemiddelde. Eigenlijk zien we grote individuele verschillen. Je herkent dat vast vanop de speelplaats van de basisschool.

 Ik verbaas me er telkens nog over hoe verschillend kinderen tussen pakweg 11 en 14 jaar eruitzien. Toen de jongens nog in de lagere school zaten en het schoolfeest plaatsvond, was dat een uitgelezen moment om je zintuigen de kost te geven, oftewel om ongegeneerd een bende uitgelaten kinderen te observeren die hun uiterste best doen om een prachtige prestatie neer te zetten. Van kleuters tot het zesde leerjaar: bijna alle kinderen willen echt wel met de nodige trots etaleren waar ze al weken aan gewerkt hebben, wat ze ingeoeft hebben, waar ze voor gezwegen hebben. En of ze nu nog piepklein zijn of tot de grootsten van de school behoren, en of het nu goed, uitstekend of perfect was, dat doet er eigenlijk allemaal niet toe. Op dat moment veroveren ze sowieso je hart, groeit je trots meters hoog en verwarmt hun optreden je dusdanig dat de thermometer barst van de hitte. Dat is wat een schoolfeest alleszins met mij doet. Maar bon, terug naar onze pubers. Het optreden van het zesde leerjaar betrof op de school van mijn jongens meestal een zelfgekozen nummer waarop een eigen choreografie werd gemaakt, al dan niet met een stukje meisjes-jongenssegregatie. En dan valt je plots op hoe verschillend ze allemaal zijn geworden. De meesten onder hen ontmoetten elkaar in de kleuterklas en legden samen een hele weg af. Ze werden samen groot. Gisteren waren het nog kleuters en probeerden ze op datzelfde podium met alle moeite van de wereld hun armbewegingen te synchroniseren met hun pasjes, sommigen wat verlegen en onbeholpen, anderen helemaal uitbundig en uitgelaten. Vandaag staan ze daar helemaal zelfstandig en groot, geen juf of meester meer die de pasjes voordoet, ze beheersen het hele ding zelf en corrigeren elkaar. De moedigsten staan vooraan, de wat meer teruggetrokken en vaak nog niet helemaal opgebloeide exemplaren schuilen zich wat achteraan. En terwijl de ene er het hele jaar naar heeft uitgekeken, kan het voor de ander niet snel genoeg voorbij zijn. Maar allen proberen ze het beste van zichzelf te geven.

Gisteren nog de kleinsten van de school, nu al de grootsten: wat gaat het snel. Sommige kinderen lijken precies uit de middelbare school geplukt te zijn. Ze zien er niet meer uit als lagereschoolkinderen, voor zover lagereschoolkinderen er allemaal hetzelfde uitzien natuurlijk. En dan zijn er andere kinderen waarvan ik, moest ik ze niet kennen, gedacht zou hebben dat ze in het vierde of vijfde leerjaar zouden zitten. Vooral veel meisjes lijken ouder dan ze zijn, en bij de jongens precies omgekeerd. Dat verschil blijft nog tot ergens in het derde middelbaar zichtbaar. Ze zijn dan 13 tot 14 jaar. Je ziet het zo voor je dat sommigen al bij de ingang van een fuif staan aan te schuiven, terwijl anderen nog helemaal opgaan in een groot Lego-bouwwerk. Het is fascinerend om te zien dat de homogeniteit die er op het eerste gezicht altijd is geweest zo kan verdwijnen. Plots verschillen die kinderen zo van elkaar – meisjes van jongens, maar ook meisjes onderling en jongens onderling.

Bij meisjes zet de puberteit iets eerder in dan bij jongens, rond 10,5 jaar. Jongens beginnen er rond 12,5 jaar aan. Meisjes belanden dus gemiddeld twee jaar eerder in de puberteit, een duidelijk verschil, al zijn er natuurlijk ook grote verschillen tussen meisjes onderling en jongens onderling. Bovendien voltrekken de veranderingen zich niet bij iedereen in hetzelfde tempo. Alles hangt af van de start van de veranderingen in de hormoonhuishouding, die zeer individueel bepaald is.

Alles verandert: lichaam, denkvermogen, omgeving, gezinsrelaties, seksualiteit, experimenteergedrag...

Het is duidelijk dat er van alles staat te gebeuren in de puberteit van jouw kinderen. Laten we even stilstaan bij wat er dan allemaal verandert tussen pakweg 11 en 18 jaar.

Eerst zijn er dus de lichamelijke veranderingen, die elkaar in sneltempo opvolgen. Bovendien wordt voor veel kinderen in de puberteit hun uiterlijk plots heel belangrijk. Ze spenderen behoorlijk veel tijd voor de spiegel en zijn hypergevoelig voor de blik van anderen.

 Robert maakt zich zorgen over zijn dochter van 15 jaar. Ze post regelmatig foto's op haar Instagram waarop ze zichzelf in redelijk uitdagende (en door onze ouderbril bekeken enigszins ridicule) houdingen etaleert. De foto's blijken een succes. Hoe meer ze er post, hoe meer likes ze krijgt, hoe meer ze post. Hij denkt dat het daar om te doen is.


Het is inderdaad een gegeven, en een fenomeen dat wij, ouders, niet kenden tijdens onze puberteit. Veel jongeren van nu laten zich in zeer specifiek uitgekende, vaak ongemakkelijke posities fotograferen om dan met de nodige filters de jacht op de meeste likes op hun socials te openen. En nee, dat is niet enkel een praktijk van jongeren, maar toch... Enerzijds zoeken ze onophoudelijk naar bevestiging van hun zelfbeeld door het vaak wazig vastleggen van hun veranderde uiterlijk, anderzijds ervaren ze diep vanbinnen zoveel onzekerheden. De drang naar bevestiging is zo groot dat ze bereid zijn zich, soms zelfs letterlijk, bloot te geven.

Ook het denkvermogen van je kinderen verandert wanneer ze in de puberteit komen. Dat heeft te maken met de groei van hun hersenen. De verschillende onderdelen van de hersenen groeien echter niet gelijktijdig, waardoor pubers een zeer specifiek denkvermogen hebben. Er is zelfs een term voor: het puberbrein. Dat is uniek en vinden we niet terug in andere leeftijdsfasen. We spreken immers niet van het peuterbrein, het lagereschoolkindbrein of het volwassenbrein. Het puberbrein is dus echt wel iets heel bijzonders. Pubers maken kronkels waar je kop noch staart aan krijgt. Ze kunnen daarenboven verschrikkelijk onvoorspelbaar zijn, zeer humeurig en wispelturig en maken specifieke denkfouten, zoals zwart-witredeneringen, een overschatting van de eigen uniciteit en een uitgesproken egocentrisme, en ze zijn toch ook wel bijzonder creatief.

 Ik had An laatst aan de telefoon. Ze heeft twee kinderen, een zoon van 13 jaar en een dochter van 11 jaar. Ze had een vervelende ochtend achter de rug. Bij haar in het gezin geldt de regel dat er geen schermen mee aan tafel komen. Iedereen van het gezin kent deze regel en dient zich er dan ook aan te houden. Duidelijk, zou je denken, maar blijkbaar niet helemaal, want haar puberzoon kwam deze ochtend aan tafel met zijn gsm. Hierop kreeg hij een opmerking dat het toestel weg moest en dat hij dat eigenlijk wel goed genoeg wist. Die opmerking viel slecht op de nuchtere maag van de jongen, waarop hij uitvloog: dat het altijd hetzelfde was, dat ze nooit niets mochten, dat het bij zijn vrienden thuis wel mocht en dat hij alleen maar voor school iets wilde opzoeken... aan het ontbijt... op YouTube...

En derde belangrijke verandering doet zich voor in de omgeving van je puberkinderen. Natuurlijk zijn vrienden altijd belangrijk. Vrienden maak je vanaf je kleutertijd. En vanzelfsprekend neemt vriendschap binnen elke leeftijdsfase een andere vorm aan. Tijdens de puberteit komt voor het eerst de vriendengroep op de voorgrond te staan. Op

de lagere school bepaal je als ouder nog grotendeels met wie en waar jouw kind gaat spelen, sport doet, blijft slapen, maar jouw puberkind creëert ruimte voor zichzelf, waarin hij/zij voor het eerst autonoom beweegt en jij aan de zijlijn staat, al dan niet te supporteren. Vrienden zijn het referentiekader van je puberkinderen.

 En plots gaan ze na school chillen met vrienden. Wat dat dan is, is mij niet altijd even duidelijk. Na wat oprechte interesse, zonder al te controlerend over te willen komen, in wat chillen in de stad dan wel zou inhouden, krijg ik de volgende definitie: concreet betekent chillen dat ze met drie, maximaal vier wat in de stad rondhangen, eens langs de gamewinkel wandelen, iets om te knabbelen en te drinken kopen in de kleine supermarkt, dan wat in de Kruidtuin op een bank zitten en over van alles en nog wat babbelen. Chillen, dus. Tenzij je een avondklok instelt, is het maar afwachten wanneer het ophoudt en je puber naar huis komt. En als je wil weten wie die vrienden zijn, zal je dat moeten vragen. Geen van de ouders van die vrienden zal je opbellen of een briefje meegeven naar school om te checken of dit oké is voor jou. Geen van de ouders, ook jij niet, zal afspraken maken rond bijvoorbeeld het wegbrengen of ophalen van de kinderen, want dat doen ze zelf wel. Dat tijdperk is dan waarschijnlijk voorbij.

En wat doet dat dan met jou, als ouder? Ook de relatie tussen je puber en jou krijgt een andere invulling, en tussen je puber en de andere gezinsleden. Plots hebben je puberkinderen een eigen mening over alles wat jouw gezin aangaat, over alle beslissingen die je binnen en buiten je gezin neemt. Ze worden bovendien kritisch ten aanzien van jouw mening, jouw gedrag en jouw keuzen. Je kind scheurt zich al dan niet in stilte en met de nodige sereniteit (not!) van jou af. En wat wordt er van jou als ouder verwacht? Inderdaad, dat je dat aanmoedigt, dat je onafhankelijkheid stimuleert en dus ook loslaat.