

Communiceren met pubers

Symposium in de abdij van Postel, 11 mei 2004

Dr. Martine F. Delfos

In dit artikel staan enkele overwegingen met betrekking tot communiceren met adolescenten. In een te publiceren boek over communiceren met adolescenten (voorlopige titel: *Ik heb ook wat te vertellen!* SWP, Amsterdam) zal uitvoeriger op deze materie ingegaan worden. Het is een vervolg op het boek over gespreksvoering met kinderen tussen vier en twaalf jaar (*Luister je wel naar mij?*). Het is geschreven als summiere handout ten behoeve van het symposium over communiceren met pubers van 11 mei in de abdij van Postel, België.

Communiceren met pubers is misschien wel de meest leerzame en meest dynamische vorm van communicatie die er bestaat. In de periode van voor de puberteit passen kinderen zich veelal nog aan de volwassene aan. Het is van daaruit niet altijd duidelijk hoe we bij hen overkomen, of het kind begrijpt wat de bedoeling is en vooral of het kind voldoende kan vertellen wat er in hem of haar omgaat. Na de puberteit zijn mensen meestal te beleefd om botweg een communicatie af te breken en hun eigen mening echt te zeggen. Tijdens de puberteit komt het er op aan dat men echt communiceert, want anders haakt de puber letterlijk of figuurlijk af. Zijn of haar gezicht staat op: 'Ben je klaar?', 'Kan ik al naar mijn vrienden; ze zitten op me te wachten?', 'Ben je uitgepreekt?'.

Om een communicatie wederzijds uitwisselend te maken en tot een echte dialoog te komen, moeten de gesprekspartners hun hersens op 'aan' hebben. Ze moeten beide deelnemen aan een gesprek en denkend en sprekend samen een mening vormen. Volwassenen hebben de neiging om in de communicatie met kinderen en jongeren hun hersens op 'uit' te zetten. Ze vertellen de kinderen en jongeren wat ze van iets vinden, maar zelden communiceren ze zodanig dat ze de ander echt uitnodigen tot denken en tot delen van wat er in hen omgaat. Dat ligt niet aan de intentie, die is vaak wel goed. Het ligt aan de wijze waarop volwassenen met kinderen en jongeren communiceren. Daarbij is de attitude, de houding die men aanneemt van groot belang, zo zullen we zien.

Als we naar onderzoek over communiceren kijken, valt op dat er nog weinig werk verricht is over het communiceren met kinderen en jongeren. We hebben het kind nog maar net 'ontdekt' aan het einde van de twintigste eeuw en het onderzoek naar wat kinderen beweegt, staat nog in de kinderschoenen, ondanks een paar eeuwen ontwikkelingspsychologie. De voorwaarden waaronder gespreksvoering met kinderen plaatsvindt, staat in de belangstelling en de eerste resultaten komen vrij. Wat betreft het onderzoek van communiceren met jongeren is de stand van zaken aan het begin van de eenentwintigste eeuw nog heel beginnend. Wel is er al sinds jaar en dag over jongeren gedacht en geschreven. Wie Socrates leest via Plato, zal verrast staan van de moderniteit van zijn uitspraken over 'jongeren die op de hoek van de straat hangen', of 'jongeren die volwassenen altijd in de rede vallen'. Wie oprecht met pubers communiceert raakt onder de indruk van wat ze te bieden hebben.

De slimme puber

Het intellectuele vermogen van de jongere neemt tijdens de adolescentie sterk toe. Wat het niveau van een kind daarvoor ook is, tijdens de puberteit maakt hij of zij een intellectuele sprong door. Het langetermijngeheugen neemt toe, waardoor informatie langer dan voorheen bewaard kan blijven. Er worden meer en betere strategieën gebruikt om dingen te onthouden. Vergeleken met het kind, beschikt de jongere over meer kennis en omvattender schema's, waardoor nieuwe kennis makkelijker opgenomen en verwerkt kan worden. De aard van het denken ontwikkelt zich naar wat Piaget het formele-operationele en formele denken noemt. Formeel denken gaat over mogelijkheden; het overstijgt de werkelijkheid. Adolescenten zijn in staat hypothetisch-wetenschappelijk te denken. Ze zijn flexibel in het omschakelen van het concrete en specifieke naar het abstracte en mogelijke, en in het genereren van alle denkbare alternatieven, om die vervolgens aan concrete feiten te toetsen. Meer nog dan in andere leeftijdsfasen werpt de, wat Bruner de hypothesestellende onderwijshouding noemde, meer vruchten af dan de uitleggende wijze van doceren.

De adolescent kan volledig in de ban raken van de logica en krijgt het gevoel de wereld aan te kunnen. Hij of zij gaat de nieuwe intellectuele mogelijkheden toepassen op morele waarden, politiek en religie. Met een *adolescent egocentrisme* denkt hij of zij overal een logische, ondubbelzinnige oplossing voor te kunnen vinden. Adolescenten genieten van deze verworven intellectuele mogelijkheden en ze zijn er trots op. Ze kunnen hun standpunt heftig, koppig en uitgebreid met argumenten onderbouwen en zijn het best benaderbaar als ze de kans krijgen hun eigen mening te vertellen en te beargumenteren. De felheid en hardnekkigheid waarmee standpunten worden uitgedragen, noemt Kapteyn *morele agressie*: adolescenten zijn vaak overtuigd van hun gelijk. Ze kunnen zich in idealen storten en zich met huid en haar geven om hun standpunt te verdedigen en zo de wereld te verbeteren. Adolescenten tonen zich vooral inventief als het erom gaat hun gelijk te bewijzen. Na verloop van tijd leren ze te nuanceren. De morele agressie kan dan omslaan in wat Chandler en Boyes *moreel relativisme* noemen: extreem relativeren tot aan nihilisme.

Door de toename in intellectuele mogelijkheden kan de adolescent *metacognities* vormen, dit is denken over het denken. Deze denkvorm verbreedt de weg voor het filosofisch denken. Reeds op zeer jonge leeftijd is het filosofisch vermogen van kinderen zichtbaar. Zelfs tussen drie en vier, wanneer ze ons deel kunnen maken van hun innerlijke roerselen, zien we deze capaciteit. In het volgende voorbeeld is het kind bezig haar besef te verwoorden dat de toekomst een relatie heeft met het heden, op dezelfde wijze waarop het ook een relatie met het verleden heeft.

Myrthe van drieëneenhalf jaar is gek op haar juffrouw Anna van de peuterspeelzaal en kan niet wachten haar weer te zien na de vakantie. Ze vraagt haar moeder dan ook: 'Hoeveel nachtjes moet ik achteruit slapen om juf Anna weer te zien?'

De sprong in denken geeft adolescenten het gevoel over superieure intellectuele mogelijkheden te beschikken. Het kan leiden tot diepe maar eenzame inzichten, die de jongere in een crisis kunnen brengen.

Een vijftienjarige adolescent leerde de uitspraak kennen van Descartes:

'cogito ergo sum': 'ik denk, dus ik besta.' Zij raakte in de ban van deze uitspraak, maar onderkende ook de beperktheid ervan en kwam tot de herformulering: 'ik denk dat ik besta.' Dit inzicht haalde alle zekerheden van haar bestaan weg. Alles om zich heen wat zij eerst als werkelijkheid had ervaren, stelde ze nu ter discussie. Alles kon een 'bedachte' werkelijkheid zijn. Behalve dat het bestaan daardoor ongewis werd, was zij in die visie de denkende identiteit en zij schaamde zich vervolgens diep over alles wat zij bedacht had, zoals dat het zou betekenen dat ze 'terloops' twee wereldoorlogen bedacht had. Tegelijkertijd moest ze het proefwerk voor school voorbereiden en vroegen de dagelijkse dingen haar aandacht.

Adolescenten ondergaan een sociaal-cognitieve ontwikkeling. De pas verworven cognitieve vaardigheden stellen hen in staat kritischer en afstandelijker dan daarvoor naar hun sociale omgeving te kijken. Ouders kunnen daarbij het eerste doelwit worden. Vaak zijn ouders zo gekwetst, dat ze zich gebruikt voelen.

Een van de meest voorkomende wanhoopskreten van ouders tegen hun kinderen in de puberteit is: 'Het is hier geen hotel. Je komt alleen om te eten en te slapen!' De jongere gaat volledig op in de omgang met leeftijdgenoten, de ontdekking van de wereld en zichzelf. Hij of zij lijkt weinig op zijn of haar ouders gericht te zijn.

Het is van belang dat de verkregen intellectuele vaardigheden worden geoefend. Door ze te uiten, voelt de jongere zich letterlijk en figuurlijk 'gehoord'. Zeker tegenover volwassenen hebben jongeren het nodig hun mening te kunnen uiten, zonder afgekapt of naar beneden gehaald te worden. Speciaal de ouders mogen dit laatste niet doen. Voor het jonge kind is het nodig de mening van de ouders te horen, bij adolescenten werkt het moeten luisteren naar die mening averechts. Het moeten aanhoren van andermans mening stopt hun denkproces. Door de socratische methode van vragen om nadere uitleg wordt het denkproces van jongeren gestimuleerd en zullen ze in de loop van het gesprek meestal zelf de argumenten noemen die de volwassenen hen hadden willen vertellen. Deze argumenten komen nu echter uit henzelf en zijn daardoor beduidend effectiever.

De jeugd stelt de waarden van ouders en, in het verlengde van hen, van de maatschappij ter discussie. Hiermee heeft ze, ondanks enige ongenueanceerdheid, een belangrijke bijdrage te leveren aan de maatschappij.

Socrates de wijze

Het belangrijkste kenmerk van Socrates was dat hij ervan overtuigd was dat hijzelf niets begreep en dat de ander deskundig was. Hij was uiterst bedreven in het vragen en doorvragen zodat de ander zijn mening niet alleen vertelt maar vooral zijn mening ontwikkelt. De Socratische wijze van communiceren betekent vooral het denkproces bij de ander te begeleiden door middel van de belangstelling die men heeft en de kennis waarover men beschikt. Vooral adolescenten zijn hier heel gevoelig voor en ze zijn dankbaar voor de kans om hun denken te scherpen.

Voor communicatie zijn een aantal uitgangspunten te noemen. Goede communicatie met mensen begint bij de houding, de attitude die men aanneemt. De attitude moet er een zijn van respect en bescheidenheid. Men moet ervan overtuigd zijn dat mensen iets te vertellen hebben en dat ze het willen vertellen.

De vraag is niet of jongeren een mening hebben of over informatie beschikken, maar hoe we met jongeren kunnen communiceren om die mening te weten te komen, of de informatie te verkrijgen,

In de gespreksvoering met jongeren zijn een aantal punten van belang:

- 1 Ze willen hun verhaal vertellen.
Iedereen is in feite zijn of haar eigen lievelingsverhaal, het gaat erom dat de situatie zodanig is dat men zich veilig genoeg voelt om zijn of haar verhaal te vertellen.
- 2 Je veilig voelen is je gewaardeerd voelen.
Een echt gesprek kan men pas voeren als men zich veilig voelt en daarvoor is nodig dat men zich gewaardeerd voelt.
- 3 Wees benieuwd.
Adolescenten misschien nog wel meer dan anderen, zijn trots op hun intellectuele vaardigheden en willen hun wijsheid graag delen. Ze hebben heel veel te bieden en kunnen de volwassenen uit hun stoeve denkpatronen halen. Het is de moeite waard om met hen te communiceren. Als de volwassene benieuwd is wat de adolescent te vertellen heeft, voelt deze dat en is gemotiveerd om te vertellen.
- 4 Probeer te benoemen wat je voelt.
Wat men zegt, moet overeenkomen met wat men uitstraalt. Het benoemen van de eigen gevoelens en onzekerheden, maakt dat de ander zich als een gelijkwaardige gesprekspartner behandeld voelt en daar naar zal handelen.
- 5 Metacommunicatie.
Communiceren over de communicatie - metacommunicatie - is misschien wel het meest krachtige instrument om een goede communicatie te waarborgen. Stroef lopende communicatie kan weer vlot getrokken worden door metacommunicatie.

Als 'voorwaarden' voor communicatie met pubers zijn te noemen:

Hersens op 'aan'.

Belangrijk, zeker bij pubers, is om hun denkproces te begeleiden. Hun hersens moeten op 'aan' zodat ze logisch uitdenken en kunnen voelen wat er in henzelf omgaat.

Vertellen stimuleren.

De houding moet zijn dat men wil luisteren en het verhaal wil horen. Daartoe moeten we het vertellen stimuleren door vragen te stellen en door te vragen op onderwerpen waarvan we voelen dat de ander die belangrijk vindt. Niet in eerste instantie wat wij belangrijk vinden, maar wat zij belangrijk vinden.

Gericht doorvragen.

Het is een hele kunst om gericht door te vragen. Het verloop van een gesprek wordt in belangrijke mate bepaald door de wijze waarop keuzes bij het doorvragen gemaakt worden. Als het doorvragen te maken heeft met de kern en als het doorvragen gericht is op het belang

van de ander dan zal het gesprek al snel prettig verlopen en kunnen uiteindelijk alle onderwerpen aan bod komen.

Waardering voor het denkproces uiten.

Pubers, adolescenten hebben iets te bieden vanuit hun denken. Inzichten waarop de volwassene niet gekomen was, een perspectief dat de volwassene niet hanteerde. Hierdoor leert men wat van de puber. Deze ziet dat al aan de ogen van de volwassene. Vaak laten volwassenen zich niet kennen, terwijl het contact zoveel beter wordt als de volwassenen waardering uit voor het inzicht dat hij of zij door het gesprek met de adolescent heeft gekregen.

Bereidheid tonen te leren.

Een bereidheid tonen te leren vanuit de volwassene naar de adolescent is respectvol naar de communicatie en doet recht aan de gesprekspartners. Een dergelijke houding vanuit de volwassene stimuleert eenzelfde houding bij de adolescent.

Socratische methode.

De socratische methode is de wijze bij uitstek waarop communicatie met mensen het meest vruchtbaar verloopt.

De methode van Socrates betekent:

De deskundigheid van de ander naar buiten halen.

Om tot een uitwisseling van gedachten te komen en tot een echt gesprek te komen, is het noodzakelijk om de houding te hebben dat een ander deskundig is over zichzelf en dat het de kunst is de gelegenheid te creëren waardoor de deskundigheid naar buiten kan komen en woorden krijgt. Want dan kan men handelen. Woorden kunnen bewuster een proces van gedrag beïnvloeden. Woorden maken zelfreflectie mogelijk.

Eerder vragen dan vertellen.

Om deskundigheid naar buiten te halen zijn vragen nuttiger dan de ander dingen te vertellen. Vragen drukte ook uit dat we de intentie hebben om te leren, om te horen en dat we ervan uitgaan dat de ander iets te vertellen heeft.

Doen ontdekken.

Een goed gesprek met een ander is in feite een ontdekkingstocht. Een ander kan een mens de kans geven een beter inzicht in zichzelf te krijgen. In feite is dit de kern van een goed hulpverleningsgesprek. De kunst is dus de ander dingen te doen ontdekken.

Ervan overtuigd zijn dat de mens deskundig is over zichzelf.

Alleen wanneer men de overtuiging heeft dat de ander deskundig is over zichzelf kan men tot een waarachtig gesprek komen en zullen barrières wegvallen.

Hiermee zijn een aantal kenmerken van een positieve en vruchtbare communicatie beschreven. Deze gelden niet alleen voor communiceren met pubers, maar voor communicatie in het algemeen. Bij pubers is het alleen zo dat als men deze regels niet hanteert men eerder een conflict dan een gesprek heeft.

*Pubers willen hun hersens gebruiken,
maar volwassenen zijn bang dat ze dat niet doen.*

Literatuur

Delfos, M.F. (2000). *Luister je wel naar mij? Gespreksvoering met kinderen tussen vier en twaalf jaar*. Amsterdam: SWP

Delfos, M.F. (2004). *De schoonheid van het verschil. Waarom mannen en vrouwen verschillend zijn én hetzelfde*. Lisse: Harcourt Book Publishers.

Delfos, M.F. (1999). *Ontwikkeling in vogelvlucht. Ontwikkeling van kinderen en adolescenten*. Lisse: Swets & Zeitlinger/ Harcourt Book Publishers.

Dr. Martine F. Delfos
Psycholoog

Informatie over het werk van Martine Delfos:
<http://home.wanadoo.nl/mfdelfos>