

GORDON NEUFELD & GABOR MATÉ

LAAT JE KIND NIET LOS

Waarom een hechte ouder-kindband
belangrijker is dan ooit

 MANTEAU

Oorspronkelijke titel: *Hold on to your kids*

© 2004 Gordon Neufeld and Gabor Maté

Postscript copyright © 2013 Gordon Neufeld and Gabor Maté

Chapter 21 'In Wake of the Pandemic: Peer Orientation and the Youth Mental Health Crisis'

copyright © 2024 Gordon Neufeld and Gabor Maté

This translation published by arrangement with Alfred A. Knopf Canada, a division of Penguin Random House Canada Limited

© 2022 Nederlandse vertaling Manteau / Standaard Uitgeverij nv,

Franklin Rooseveltplaats 12, B-2060 Antwerpen en Tracey Drost-Plegt

www.standaarduitgeverij.be

info@standaarduitgeverij.be

Vertegenwoordiging in Nederland

New Book Collective, Utrecht

www.newbookcollective.com

Vertaling: Tracey Drost-Plegt

Vertaling hoofdstuk 21: Debby Nieberg/Vitataal

Advies: Margriet Noot

Omslagontwerp: Leen Depooter – quod. voor de vorm

Foto omslag: © Getty Images

Vormgeving binnenwerk: Aldus

Eerste druk januari 2022

Tweede druk april 2023

Derde, geactualiseerde druk juni 2024

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Onlangs alle zorg die aan de samenstelling van de uitgave werd besteed, kan de redactie of de auteur noch de uitgever aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit enige fout die in deze publicatie zou kunnen voorkomen.

ISBN 978 90 223 3865 0

D/2022/0034/54

NUR 854

*Opedragen aan onze kinderen en aan de huidige
en toekomstige kinderen van onze kinderen.*

*Zij waren de inspiratie voor deze inzichten en
hebben ons alle reden gegeven om ze te delen.*

Tamara, Natasha, Bria, Shay en Braden

&

Daniel, Aaron en Hannah

&

Kiara, Julian en Sinead

Actie heeft alleen betekenis binnen een relatie,
en zonder begrip van relaties leidt actie
op elk niveau slechts tot conflict.
Het begrijpen van relaties is oneindig veel belangrijker
dan de zoektocht naar een actieplan.

J. KRISHNAMURTI

Aan de lezer

Gordon Neufeld en ik kennen elkaar al jaren. We hebben elkaar ontmoet toen mijn vrouw Rae en ik hem om advies gingen vragen voor ons oudste kind. Onze zoon was toen acht jaar. We dachten dat we met een probleemkind te maken hadden. Gordon liet ons al snel inzien dat het probleem niet bij het kind of bij ons lag, maar bij de manier waarop we onze relatie met hem benaderden. Enkele jaren later maakten we ons zorgen om onze tweede zoon, die als jonge tiener ons gezag niet meer accepteerde en zelfs ons gezelschap leek te vermijden. We kwamen weer bij Gordon terecht, die ons vertelde dat we deze zoon van bij zijn leeftijdgenoten moesten terughalen. We moesten hem zien over te halen om weer een relatie met ons aan te knopen. Bij die gelegenheid hoorde ik voor het eerst over dr. Neufelds begrip *oriëntatie op leeftijdgenoten*, waarbij niet de ouders maar de leeftijdgenoten van het kind de grootste invloed uitoefenen. Gordon vertelde me over de vele negatieve gevolgen van die verschuiving, die kenmerkend is voor de hedendaagse samenleving. Ik heb sindsdien vaak reden gehad om dankbaar te zijn voor de inzichten die Rae en ik toen opdeden.

Gordon en ik hebben *Laat je kind niet los* geschreven met de radicale bedoeling om de natuurlijke ouderschapsinstincten van mensen opnieuw aan te wakkeren. Als we daar met dit boek in slagen, zal veel van wat momenteel als wijsheid wordt gezien over de opvoeding en opleiding van kinderen, op zijn kop komen te staan. Wij gaan niet uit van wat ouders zouden moeten doen, maar van wie zij moeten zijn voor hun kind. We bieden inzichten in het kind, in de ontwikkeling van het kind en in de hedendaagse belemmeringen voor de gezonde ontwikkeling van onze kinderen. Vanuit die inzichten en vanuit de oprechte toewijding waarmee ouders hun kinderen opvoeden, ontstaat de spontane en zorgzame wijsheid die de bron vormt van succesvol ouderschap.

Tegenwoordig wordt ouderschap gezien als een stel vaardigheden die in lijn moeten liggen met wat experts aanbevelen. Deze obsessie is in wezen het gevolg van verloren intuïtie en van een verloren relatie met kinderen, die voor voorgaande generaties vanzelfsprekend was. Dat is ouderschap namelijk: een relatie. Door biologische banden of een huwelijk of adoptie komen we in die relatie terecht, maar alleen een wederzijdse band met ons kind kan die relatie zeker stellen.

Zodra ons ouderschap zeker is gesteld, worden er natuurlijke instincten aangewakkerd die met grotere wijsheid dan die van een of andere expert aangeven hoe we de jongeren onder onze vleugels moeten verzorgen en grootbrengen.

Het geheim is dat we de relatie met onze kinderen eer aan moeten doen bij alle interacties die we met hen hebben.

Het ouderschap wordt tegenwoordig ondermijnd, om redenen die we later zullen bespreken. We hebben te maken met veel verraderlijke concurrentie die onze kinderen bij ons vandaan wil lokken, terwijl wij bovendien van het opvoeden worden weggeleid. We beschikken niet meer over de economische en sociale basis voor een cultuur die ouderschap ondersteunt en de missie ervan als heilig beschouwt. Voorgaande culturen konden er nog van uitgaan dat de hechting van kinderen aan hun ouders stevig en langdurig was; wij hebben die luxe niet. Als moderne ouders moeten we ons bewust worden van wat er ontbreekt, van wat er niet werkt in de opvoeding en scholing van onze kinderen en tieners. Dat bewustzijn zal ons voorbereiden op de uitdaging om een relatie met onze kinderen op te bouwen waarin wij, de verzorgende volwassenen, weer de leiding hebben, en niet meer hoeven te leunen op dwang en geforceerde gevolgen voor het verkrijgen van de medewerking, gehoorzaamheid en het respect van onze kinderen. In hun relatie met ons bereiken onze kinderen hun ontwikkelingsdoel: onafhankelijke, zelfgemotiveerde en volwassen personen worden, met waardering voor hun eigenwaarde en aandacht voor de gevoelens, rechten en menselijke waardigheid van anderen.

Laat je kind niet los bestaat uit zes delen. In het eerste deel wordt uitgelegd wat oriëntatie op leeftijdgenoten nu precies is en hoe het verschijnsel zo diep heeft kunnen doordringen in onze cultuur. In het tweede en derde deel worden de vele negatieve gevolgen van oriëntatie op leeftijdgenoten beschreven, respectievelijk op ons vermogen tot opvoeden en op de ontwikkeling van onze kinderen. Ook wordt in deze eerste drie delen de gezonde ontwikkeling van het kind beschreven, die in contrast staat met de verstoorde ontwikkeling die het gevolg is van een cultuur van oriëntatie op leeftijdgenoten. In het vierde deel wordt een programma voorgesteld voor het opbouwen van een blijvende band met onze kinderen, een relatie die kan dienen als veilige cocon voor hun volwassenwording. In het vijfde deel wordt uitgelegd hoe we kunnen voorkomen dat onze kinderen door leeftijdgenoten worden weggelokt.

Dr. Neufelds achtergrond en ervaring als psycholoog en zijn zeer originele werk vormen de basis van onze centrale stelling en van het advies dat we bieden. In die zin is hij de enige auteur. Veel van de duizenden ouders en docenten die de afgelopen decennia Gordons seminars hebben bezocht, vroegen hem vol ongeduld: 'Wanneer verschijnt uw boek?' Dat de publicatie van *Laat je kind niet los* niet langer wordt uitgesteld, is mijn bijdrage. Het plannen, schrijven en vormgeven van het boek is onze gezamenlijke inspanning geweest.

Ik ben trots dat ik kan helpen om Gordon Neufelds transformerende ideeën onder de aandacht van een breder publiek te brengen. Het was de hoogste tijd en we zijn elkaar dankbaar voor de vriendschap en de professionele relatie die we hebben opgebouwd waardoor het mogelijk was om dit boek te schrijven. We hopen – sterker nog, we geloven er rotsvast in – dat ook de lezer vindt dat onze samenwerking tot iets moois heeft geleid.

We willen ook onze redactrices, Diane Martin in Toronto en Susanna Porter in New York, bedanken. Diane zag al van meet af aan welke mogelijkheden dit werk bood en heeft het altijd van harte gesteund. Susanna heeft met veel geduld en expertise een nogal hoogdravend en log manuscript herwerkt en heeft met haar treffende suggesties geholpen om er een lichter en overzichtelijker geheel van te maken, waarin onze boodschap duidelijker overkomt. Het resultaat is een boek dat de lezer aangener zal vinden en waar de schrijvers zeker tevredener over zijn.

Gabor Maté, M.D.

Dankwoord

Zeven mensen hebben onmisbare, praktische en daadkrachtige hulp geboden bij het schrijven van en de voorbereiding op dit boek: Gail Carney, Christine Dearing, Sheldon Klein, Joy Neufeld, Kate Taschereau, Suzanne Walker en Elaine Wynne. Samen stonden ze bekend als de Dinsdagavondgroep. Vanaf de eerste geschreven stukken tot de indiening van het uiteindelijke manuscript hadden we wekelijks overleg met hen. Ze becommentarieerden en discussieerden over de concepten en later, hoofdstuk voor hoofdstuk, het werk in uitvoering dat *Laat je kind niet los* zou worden. De groep spande zich in om onze boodschap op papier te zetten met respect voor de intentie van het boek en voor de behoeften en gevoeligheden van de lezer. Wij, de twee auteurs, keken telkens weer uit naar deze enthousiaste en vruchtbare bijeenkomsten en ervoeren een sterk gevoel van verlies en spijt toen er door de voltooiing van het boek een eind kwam aan deze sessies. We zijn de Dinsdagavondgroep grote dank verschuldigd: zonder hun toewijding en steun zou ons werk zwaarder en het resultaat minder bevredigend zijn geweest.

INHOUD

DEEL EEN

HET VERSCHIJNSEL ORIËNTATIE OP LEEFTIJDGENOTEN	13
1. Waarom ouders belangrijker zijn dan ooit	15
2. Misplaatste hechtingen, ontwrichte instincten	27
3. Waarom we zijn vastgelopen	44

DEEL TWEE

GESABOTEERD: HOE ORIËNTATIE OP LEEFTIJDGENOTEN HET OUDERSCHAP ONDERMIJNT	59
4. De macht om op te voeden ontglipt ons	61
5. Van hulp tot hinderpaal: als hechting zich tegen ons keert	73
6. Tegenwil: waarom kinderen ongehoorzaam worden	88
7. Culturele vervlakking	101

DEEL DRIE

VASTGELOPEN IN ONVOLWASSENHEID: HOE ORIËNTATIE OP LEEFTIJDGENOTEN DE GEZONDE ONTWIKKELING BELEMMERT	109
8. Gevoel uit de weg gaan: een gevaarlijke vlucht	111
9. Vastgelopen in onvolwassenheid	125
10. Agressie als erfgoed	143
11. Het ontstaan van pesters en slachtoffers	157
12. Een seksuele wending	173
13. Niet-ontvankelijke leerlingen	185

DEEL VIER

ONZE KINDEREN VASTHOUDEN (OF TERUGHALEN)	197
14. Onze kinderen ophalen	199
15. De gezaggevende banden intact houden	217
16. Discipline zonder verwijdering	235

DEEL VIJF

ORIËNTATIE OP LEEFTIJDGENOTEN VOORKOMEN	257
17. Niet flirten met de concurrent	259
18. Een nieuwe hechtingskring bouwen	279

DEEL ZES	
HET DIGITALE TIJDPERK	291
19. De op hol geslagen digitale revolutie	293
20. Een kwestie van timing	309
21. In het kielzog van de pandemie: oriëntatie op leeftijdgenoten en de geestelijke gezondheids crisis van jongeren	324
WOORDENLIJST.....	336
NOTEN.....	347
REGISTER	359