

Dat vind *ik*, wat vind *jij*?

Over grenzen van volwassenen en kinderen

Dat vind *ik*,
wat vind *jij*?

Jesper Juul

Family Lab Nederland

Dit boek is oorspronkelijk verschenen als

Her er jeg! Hvem er du?

© Jesper Juul (1998).

1e druk: Uitgeversmaatschappij Ad. Donker bv, Rotterdam.

Oorspronkelijke vertaling: Werkgroep studenten Deens,
Universiteit van Amsterdam.

Herziene vertaling: Family Lab Nederland

Vormgeving Cover: Bente van Melick

© 2016 Family Lab Nederland, Hulsberg.

Druk 2016: Brave New Books.

ISBN: 9789402148299

Alle rechten voorbehouden.

Niets van deze uitgave mag verveelvoudigd worden en/of
openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, of
op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande
schriftelijke toestemming van de uitgever.

Family Lab Nederland

Wissengrachtweg 23

6336 TE Hulsberg

www.family-lab.nl

Verder informatie over Family Lab en Jesper Juul:

www.jesperjuul.com

www.familylabassociation.com

www.family-lab.com

Voorwoord

Ongeacht of ze hun verhouding tot het kind baseren op macht of gelijkwaardigheid, alle ouders hebben hetzelfde doel, namelijk het kind naar hun maatstaven een goed leven geven.

Zoals alles in het leven, lukt dat in meerdere of mindere mate. Perfecte ouders bestaan niet en gelukkig kunnen we ook met minder toe. Een kind heeft nu eenmaal de ouders die het heeft en daar moet hij het mee doen, net zoals zijn ouders het met hun ouders moesten doen.

De kwaliteit van het leven van het kind, van zijn ouders en van hun relatie hangt af van de vaardigheid en de wil van de ouders om de verantwoordelijkheid te nemen voor wat onderweg mislukt.

Alle ouders slaan van tijd tot tijd de plank mis. Je hebt goede dagen en slechte dagen; je bent onredelijk en vergaloppeert je; je hebt veel te geven en je schiet te kort; je weet wat je zou moeten doen en je doet toch het verkeerde. Je brengt goede en slechte ervaringen mee uit je eigen jeugd, waarmee je je naasten respectievelijk verrijkt en belast.

Moet je je schuldig voelen omdat je maar een mens bent? Het antwoord is ingewikkelder dan de vraag. Als we met andere mensen samenleven, zijn we *medeverantwoordelijk* voor hun leven en welzijn. Als we iets doen wat schadelijk is voor hun leven, zijn we *medeschuldig*.

Met dit gegeven kun je twee kanten uit. Je kunt je schuldig *voelen* en je kunt je van je fouten *bewust* worden. Dat je een schuldgevoel krijgt als je andere mensen kwaad doet, is één van de eigenschappen die de mens onderscheidt van andere zoogdieren. Het is een deel - een heel belangrijk deel - van het mens-zijn. Zonder dat zouden moraal en ethiek niet bestaan en zouden we volgens de wetten van de jungle leven.

Inhoud

Introductie	7-9
1. Wie is verantwoordelijk en waarvoor?	10-12
2. Macht	13-15
3. Macht en verantwoordelijkheid	16-22
4. Wat zijn grenzen?	22-51
4.1 De algemene grenzen	
4.2 De persoonlijke grenzen	
4.3 Waar liggen mijn grenzen? Erfgoed en Drijfhout	
4.4 Twee ouders - twee stelsels	
4.5 Waar liggen de grenzen van het kind?	
4.6 De grenzen van volwassenen	
4.7 De grenzen van kinderen	
4.8 Mogen ouders een standje geven?	
5. Conflict: vermijden of aangaan?	52-85
5.1 Waarom ontstaan er conflicten?	
5.2 Waar geloven we in?	
5.3 Prinsen en prinsessen	
5.4 Het gezonde conflict	
5.5 Ongelukkig of alleen maar gefrustreerd?	
5.6 Confrontatie is geborgenheid	
5.7 Overleg en onderhandeling	
5.8 'Nee': een liefdevol antwoord	
5.9 Wensen en behoeften	
5.10 Regels en structuren	
5.11 Consequenties en straf	
5.12 Schuld en verantwoordelijkheid	

Introductie

'Kinderen hebben grenzen nodig', zo luidt een ouderwetse uitdrukking. Hoe kunnen wij onze grenzen duidelijk maken aan anderen - ook aan kleine en grote kinderen - en wel zo dat niemand daar schade van ondervindt?

Een voorwaarde is zo goed mogelijk contact maken, dan volgt het beste resultaat.

Wij ervaren de liefde voor onze kinderen anders dan zij zelf. Hun beleving van onze liefde wordt vormgegeven door de manier waarop wij onze liefdevolle gevoelens *uiten*. *Dit betekent met andere woorden: onze liefdevolle gevoelens en bedoelingen weten om te zetten in liefdevol gedrag en communicatie.*

Hoe kinderen en volwassenen liefde ervaren, verschilt per individu, maar zowel voor kind als volwassene geldt dat we ons niet geliefd voelen als onze persoonlijke grenzen overschreden worden. Ons gevoel van eigenwaarde daalt als die schendingen ernstig zijn en vaak voorkomen. We kunnen dan niet meer constructief handelen. We raken erdoor in de war en het verstoort het contact met diegene die ons dat aandoet. Dit geldt zowel voor kinderen als voor volwassenen.

Je grenzen leren kennen kost tijd. Sommige grenzen ervaren we als vanzelfsprekend, andere leren we pas na jaren kennen en het kan jaren duren voordat we deze aan anderen duidelijk kunnen maken.

Dat we onze eigen grenzen pas leren kennen als anderen die overschrijden, is één van de paradoxen van het leven. Zo leren we ook andermans grenzen pas kennen als we er ongewild op stuiten en ze misschien zelfs wel overschrijden. In de gewone sociale omgang met mensen met wie we geen emotionele band hebben, kunnen we ons enige formele spelregels eigen maken, zodat we niet meer dan de hoogstnoodzakelijke flaters slaan. De spelregels verschillen van cultuur tot cultuur en van de ene maatschappelijke groepering tot de andere, maar bij beide gaat het erom een zekere *afstand* te bewaren, zodat je niet het risico loopt iemand te kwetsen.

In ons gezinsleven gaat het om het tegenovergestelde, namelijk *nabijheid*.

De behoefte van kleine kinderen aan geborgenheid lijkt niet te verzadigen, hoewel zij ook rustpauzes en afstand nodig hebben. Ze kennen de grenzen van hun ouders niet; alleen als ze erop stuiten, leren ze die kennen.

Eén van de waardevolle geschenken die kinderen hun ouders geven, is de mogelijkheid om eigen grenzen te leren kennen en die te veranderen, zodat beide partijen er baat bij hebben. Dat is ook wat er gebeurt bij liefde tussen twee volwassenen. Het enige verschil tussen een kind en een volwassen partner is dat het kind minder ervaring heeft om uit te putten. In beide gevallen duurt het ongeveer tien jaar om vertrouwd te raken met eikaars grenzen.

Hoe beter je je grenzen kent en hoe persoonlijker je er uitdrukking aan kunt geven, des te bevredigender zal je contact met anderen verlopen. Dit geldt ook omgekeerd.

In het samenspel tussen ouder en kind is de liefde zo sterk en tegelijk zo kwetsbaar dat je altijd het gevaar loopt elkaars grenzen te overschrijden tijdens het wederzijdse leerproces dat het gezinsleven altijd is. Indien een volwassene het voortouw neemt en de toon zet, zal het schuldgevoel het kleinst en het ik-gevoel het grootst zijn.

Onze manier benadering van kinderen en hun opvoeding is min of meer bewust, min of meer doordacht - en niet altijd vrij van innerlijke tegenspraak. Sommige mensen vinden hun opvattingen belangrijker dan het leven zelf. Voor anderen vormen deze een innerlijke gesprekspartner, waardoor ze beter met hun omgeving communiceren.

Sommige mensen zeggen: 'Ik *ben* mijn opvattingen!' Deze mensen moeten nog wat aan hun zelfkennis doen. Wij waren al iemand vóór we onze opvattingen kregen en ook zonder onze opvattingen zouden we iemand zijn. Opvoeden komt uit onszelf voort.

Dit boek is bedoeld als uitnodiging aan de lezer om zichzelf en zijn eigen opvattingen en ervaringen te leren kennen in het licht van mijn opvattingen. Het is niet bedoeld om oordelen te vellen, maar als uitnodiging om je eigen zekerheden en twijfels in de opvoeding te leren kennen.

Hoofdstuk 1

Wie is verantwoordelijk en waarvoor?

In het gezin beslissen de ouders. In de kinderopvang, de peuterspeelzaal, BSO's en op school beslissen de volwassenen. In kinderen zit heel wat levenswijsheid, maar kennis van het leven en de wereld om hen heen ontbreekt. Evenmin beschikken zij over de bekwaamheid om leiderschap te ontwikkelen. Het is zonder meer duidelijk dat het voor het kind het beste is als de volwassene beslist.

Het is natuurlijk belangrijk *wat* ouders beslissen, maar het belangrijkste voor de gezondheid en het welzijn van het kind is *hoe* ze beslissen. Het is van grote betekenis of de ouders autoritair of democratisch beslissen, onverzettelijk ofwel flexibel zijn en of de beslissingen willekeurig dan wel consequent zijn.

Kind en volwassene gedijen het best als de beslissingen zo consequent mogelijk zijn. Dat wil zeggen: als ouders erover nagedacht hebben welke *waarden* in hun gezin centraal moeten staan. Van sommige van onze waarden zijn wij ons bewust en van andere totaal niet. Formuleren doen we ze zelden, maar we geven er wel in woord en daad uitdrukking aan:

- Kinderen moeten leren hun ouders te gehoorzamen, want de ouders weten het het beste.
- In een democratische samenleving moeten kinderen zelf meebeslissen.
- Het belangrijkste is dat kinderen leren in God te geloven.