

INHOUD

Inleiding	9	APPENDIX • opvoedstijlen: de relevantie van cultuur, sociale klasse	228
1 Voorwaardelijk ouderschap	18	Dankwoord	240
2 Liefde geven en ontzeggen	33	Noten	242
3 Te veel sturing	56	Referenties	270
4 De schade van straffen	74	Index	287
5 Gedwongen tot succes	86		
6 Wat houdt ons tegen?	106		
7 De principes van onvoorwaardelijk ouderschap	131		
8 Liefde zonder plichten	154		
9 Keuzes voor kinderen	182		
10 Het perspectief van het kind	205		

INLEIDING

Zelfs voordat ik zelf kinderen kreeg, wist ik dat het ouderschap zowel uitdagend als belonend zou zijn. Maar ik begreep het niet *echt*. Ik wist niet hoe slopend het kon zijn, hoe dom ik me kon voelen, of hoe ik, telkens als ik aan het einde van mijn Latijn was, op een of andere manier nog moest zien door te gaan.

Ik begreep niet dat je kinderen zo hard kunnen schreeuwen dat je buren de kinderbescherming willen bellen, alleen maar omdat je voor het avondeten de verkeerde soort pasta hebt gekookt.

Ik besepte niet dat de intense ademhalingsoefeningen die moeders leren op zwangerschapskursus, vooral van pas komen als het kind allang niet meer in de buik zit.

Ik had niet kunnen voorspellen hoe opgelucht ik zou zijn toen ik ontdekte dat andermans kinderen met dezelfde problemen worstelen, en zich soms net zo gedragen als de mijne (nog bevrijdender is de erkenning dat andere ouders ook die duistere momenten doormaken waarbij ze merken dat ze hun eigen kind niet leuk vinden, of zich afvragen of dit het allemaal wel waard is, en allerlei andere slechte gedachten hebben). Het komt erop neer dat kinderen opvoeden niet voor watjes is. Mijn vrouw zegt dat het een test is voor je vermogen om wanorde en onvoorspelbaarheid te hanteren - een test waarvoor je niet kan studeren, en waarvan de uitkomsten je niet altijd geruststellen. Vergeet 'raketwetenschap' of 'hersenchirurgie': als we duidelijk willen maken dat iets heus niet zo moeilijk is, kunnen we beter zeggen: 'Het is geen opvoeden, hè...'. Een gevolg van deze ingewikkelde materie is dat het verleidelijk lijkt om onze energie te richten op het breken van het verzet van onze kinderen

tegen onze verzoeken, en zo te zorgen dat ze doen wat we ze opdragen. Als we niet oppassen, wordt dat ons voornaamste doel, en behoren we opeens tot al die mensen om ons heen die meegaandheid bij kinderen prijzen en gehoorzaamheid op de korte termijn boven alles verkiezen.

Een paar jaar geleden, tijdens een lezingentournee, zat ik in een vliegtuig dat pas was geland en naar de gate taxiede. Zodra het *pling!* aangaf dat we mochten opstaan om onze bagage te pakken, leunde een van mijn medepassagiers naar de rij voor ons en feliciteerde de ouders van een jongen die daar zat. 'Wat deed hij het goed tijdens de vlucht!', riep mijn buurman uit.

Sta even stil bij het sleutelwoord in die zin. *Goed* is een bijvoeglijk naamwoord dat vaak een morele lading heeft. Het kan een synoniem zijn voor *ethisch* of *fatsoenlijk* of *meelevend*. Hoe dan ook, als het om kinderen gaat, betekent dit woord waarschijnlijk niets meer dan stil of, misschien, *mij niet tot last*. Terwijl ik in het vliegtuig die opmerking opving, beleefde ik mijn eigen *pling!*-moment. Ik besepte dat dit is wat veel mensen in onze samenleving het meest lijken te willen van kinderen: niet dat ze zorgzaam, creatief of nieuwsgierig zijn, maar dat ze zich simpelweg goed gedragen. Een 'goed' kind - vanaf de kleutertijd tot volwassenheid - is een kind dat ons volwassenen niet te veel gezeur bezorgt.

Tijdens de afgelopen generaties zijn de manieren om dat resultaat te bereiken mogelijk veranderd. Waar kinderen ooit automatisch werden onderworpen aan pittige lijfstraffen, worden ze nu veroordeeld tot time-outs, of krijgen misschien een beloning als ze ons gehoorzamen. Maar verwar zulke nieuwe methoden niet met nieuwe uitkomsten. Het doel blijft sturing, ook als we ons hiervan verzekeren met modernere methoden. Dat is niet omdat we niet om onze kinderen geven. Het heeft meer te maken met overweldigd zijn door de talloze prozaïsche kwellingen van het gezinsleven, waarin de noodzaak om kinderen in en uit bed, het bad of de auto te krijgen, het moeilijk maken om een stap terug te nemen en te evalueren wat we aan het doen zijn.

Een probleem met proberen kinderen te laten doen wat we zeggen, is dat het kan conflicteren met andere, ambitieuzere doelen die we voor ze hebben. Vanmiddag is je voornaamste zorg misschien dat je zoon stopt met herrie trappen in de supermarkt, en accepteert dat je geen grote

kleurige doos met snoep-verkleed-als-cornflakes voor hem gaat kopen. Maar het loont de moeite om wat dieper te graven. In de workshops voor ouders die ik leid, begin ik graag met de vraag: 'Wat zijn je *langetermijn*-doelen voor je kinderen? Welk woord of welke zin geeft weer hoe je hoopt dat ze worden, hoe wil je dat ze later worden?'

Denk even na hoe je die vraag zou beantwoorden. Als ik groepen ouders vraag naar hun belangrijkste langetermijndoelen, hoor ik opvallend vaak dezelfde antwoorden. Eén lijst, gemaakt door een groep ouders, was typerend: de ouders wilden dat hun kinderen gelukkig, uitgebalanceerd, onafhankelijk, voldaan, productief, zelfstandig, verantwoordelijk, functionerend, vriendelijk, bedachtzaam, liefdevol, nieuwsgierig en zelfverzekerd waren.

Het interessante aan deze woorden - en het handige van dit reflectieproces - is dat het ons prikkelt om te kijken of wat we doen overeenkomt met wat we echt willen. Gaan mijn dagelijkse gewoonten mijn kinderen helpen om uit te groeien tot het soort mensen dat ik hoop dat ze worden? Zal wat ik net in de supermarkt tegen mijn kind heb gezegd er enigszins toe bijdragen dat ze gelukkig, uitgebalanceerd, onafhankelijk, voldaan enzovoorts wordt - of is het mogelijk (slik) dat hoe ik doorgaans dit soort situaties aanpak dat resultaat *minder* waarschijnlijk maakt? En als dat zo is, wat zou ik dan in plaats daarvan moeten doen?

Als het te heftig is om je voor te stellen hoe je kinderen zich jaren later zullen ontwikkelen, bedenk dan wat je vandaag echt belangrijk vindt. Stel je voor dat je op een verjaardagsfeest staat of in de gang van de school van je kinderen. Om de hoek staan twee andere ouders, die niet weten dat jij daar staat. Je hoort dat ze praten over... jouw kind! Van alles wat ze zouden kunnen zeggen, waar zou je het meeste plezier aan beleven?¹ Neem weer even de tijd om een woord of zin te bedenken die je het liefst zou willen horen. Ik gok - en hoop - dat dat niet iets zal zijn als: 'Jemig, dat kind doet alles wat hem wordt opgedragen en hij geeft geen kik.' De cruciale vraag is daarom, of we soms handelen alsof dat is waar we het meest om geven.

Bijna 25 jaar geleden recenseerde de sociaal-psycholoog Elizabeth Cagan een stapel eigentijdse opvoedboeken, en concludeerde dat ze voor

al een 'volledige acceptatie van het ouderlijke voorrecht' lieten zien, met weinig 'serieuze consideratie voor de behoeften, gevoelens of ontwikkeling van het kind'. De dominante aanname leek te zijn, voegde ze toe, dat de wensen van ouders 'automatisch legitiem zijn', en zodoende was de enige vraag die ter discussie stond hoe je, precies kon zorgen dat kinderen alles deden wat ze werd opgedragen.²

Helaas is er sindsdien niet veel veranderd. Elk jaar worden in de Verenigde Staten meer dan honderd opvoedboeken gepubliceerd,³ samen met talloze artikelen in opvoedbladen, en de meeste staan vol advies over hoe je kinderen kunt laten voldoen aan je verwachtingen, hoe je zorgt dat ze zich gedragen, hoe je ze kunt trainen alsof ze huisdieren zijn. Veel van dat soort gidsen bieden ook peptalk over de noodzaak om je te verzetten tegen kinderen, en je macht te laten gelden - waarbij in sommige gevallen eventuele twijfels over zo'n aanpak expliciet werden afgeschreven. Deze toon wordt zelfs weerspiegeld in de titels van recent gepubliceerde boeken: *Don't Be Afraid to Discipline; Parents in Charge; Parent in Control; Taking Charge; Back in Control; Disciplining Your Preschooler—and Feeling Good About It; 'Cause I'm the Mommy, That's Why; Laying Down the Law; Guilt-Free Parenting; 'The Answer Is No'*; en zo gaat het maar door.

Een aantal van deze boeken verdedigt ouderwetse waarden en methoden ('jij hebt straks hele rode billen als je vader thuiskomt'), terwijl andere zich laten voorstaan op de nieuwste technieken ('Goed gedaan! Je hebt in het potje geplast, lieverd! Nu krijg je een sticker!'). Maar in geen van de gevallen dwingen ze ons om te checken of wat we van kinderen vragen ook redelijk is - of echt in hun belang.

Het is ook zo, zoals je misschien al hebt bedacht, dat veel van deze boeken tips geven die uiteindelijk, op zijn zachtst gezegd, niet echt helpen, ook al worden ze soms gevolgd door hilarisch onrealistische ouder-kind-gesprekken die moeten bewijzen hoe goed het allemaal werkt⁴. Maar al kan het frustrerend zijn om te lezen over technieken die ineffectief blijken, het is veel gevaarlijker als boeken niet eens de moeite nemen om te vragen: 'Wat bedoelen we met *effectief*?' Als we onze doelen niet onder ogen zien, blijft er niks anders over dan gewoonten die alleen tot doel hebben om kinderen te laten doen wat ze is opgedragen. Dat betekent

dat we ons alleen richten op wat het makkelijkst is voor ons, en niet op wat zij nodig hebben.

Nog iets anders over opvoedgidsen: de meeste geven advies dat uitsluitend is gebaseerd op de gedachten van de auteur, met zorgvuldig gekozen anekdoten om zijn of haar standpunt te ondersteunen. Er wordt maar zelden verteld wat wetenschappelijk onderzoek zegt over de besproken ideeën. Het is absoluut mogelijk om bij de boekwinkel om de hoek de hele plank met boeken over kinderverzorging titel voor titel door te nemen, zonder ook maar te beseffen dat er flink wat wetenschappelijk onderzoek bestaat naar verschillende benaderingen van het ouderschap. Ik beseff dat sommige lezers sceptisch zijn over beweringen dat 'onderzoeken aantonen' dat dit of dat waar is, en dat is begrijpelijk. Ten slotte vertellen mensen die dat zinnetje vaak rondstrooien zelden om welke studies het gaat, laat staan waar deze zijn uitgevoerd of hoe significant de conclusies waren. En daar komt ook de irritante vraag weer op: als een onderzoeker claimt te hebben bewezen dat het effectiever is om x te doen met je kinderen dan y, willen we meteen vragen: 'Wat bedoel je precies met *effectief*? Suggereer je dat kinderen er beter van worden, in psychologisch opzicht, als gevolg van x? Gaan ze zich meer bezighouden met de gevolgen van hun daden voor anderen? Of is de kans gewoon groter dat x zorgt voor meer hersenloze gehoorzaamheid?'

Sommige deskundigen, net als sommige ouders, lijken alleen geïnteresseerd in die laatste vraag. Voor hen is een succesvolle strategie alles wat zorgt dat kinderen aanwijzingen opvolgen. De focus is kortom beperkt tot hoe kinderen zich gedragen, ongeacht hoe ze zich voelen als ze zich schikken naar een verzoek, of hoe ze vervolgens gaan aankijken tegen de persoon die het met succes van ze gedaan heeft gekregen. Dat is een vrij dubieuze manier om de waarde van ouderlijke ingrepen te meten. Het bewijs suggereert dat zelfs corrigerende technieken die lijken te 'werken' vaak veel minder succesvol uitpakken als ze worden beoordeeld volgens zinniger criteria. De betrokkenheid van het kind bij welk gedrag dan ook, is vaak oppervlakkig en dus is het gedrag van korte duur.⁵

Dat is niet het eind van het verhaal. Het probleem is niet alleen dat we veel missen door onze strategieën af te meten aan de vraag of ze maken dat kinderen gehoorzamen; het gaat erom dat gehoorzaamheid op zich

niet altijd wenselijk is. Er bestaat zoiets als je té goed gedragen. Een onderzoek volgde bijvoorbeeld peuters in Washington D.C. tot ze vijf jaar oud waren, en ontdekte dat 'regelmatige gehoorzaamheid soms was verbonden met een slecht aanpassingsvermogen'. Omgekeerd kan 'een zeker verzet tegen ouderlijke autoriteit' een 'positief teken' zijn. Een ander stel psychologen beschreef in de *Journal of Abnormal Child Psychology* een verontrustend fenomeen dat zij 'dwangmatige volgzaamheid' noemden, waarbij angst van kinderen voor hun ouders zorgt dat ze alles doen wat ze wordt opgedragen - direct en zonder nadenken. Veel therapeuten benadrukken de emotionele gevolgen van een overmatige behoefte om volwassenen te plezieren en te gehoorzamen. Zij wijzen erop dat opvallend brave kinderen doen wat hun ouders willen, en worden zoals hun ouders willen, maar dat dit vaak ten koste gaat van hun zelfgevoel.⁶

We kunnen stellen dat het corrigeren kinderen niet altijd helpt om een *zelfcorrigerend* vermogen te ontwikkelen. Maar zelfs dat tweede doel is niet zaligmakend. Het is niet noodzakelijkerwijs beter om kinderen zo ver te krijgen dat ze zich onze wensen en waarden eigen maken, zodat ze zelfs doen wat we willen als we er niet bij zijn. Proberen om internalisatie - of zelfdiscipline - te kweken, kan uitdraaien op een poging om het gedrag van kinderen te besturen met een afstandsbediening. Dat komt simpelweg neer op een krachtigere vorm van gehoorzaamheid. Er is uiteindelijk een groot verschil tussen een kind dat iets doet omdat hij of zij gelooft dat dat het juiste is, en een kind dat het doet vanuit dwang. Zorgen dat kinderen zich onze waarden eigen maken, is niet hetzelfde als ze helpen hun eigen waarden te ontwikkelen.⁷ En het staat lijnrecht tegenover het doel om kinderen onafhankelijke denkers te laten worden. Ik ben ervan overtuigd dat de meesten van ons wel degelijk willen dat onze kinderen voor zichzelf denken, assertief zijn en dapper... als ze bij hun vriendjes zijn. We hopen dat ze zich verzetten tegen pestkoppen en groepsdruk, zeker als het gaat om seks en drugs. Maar als we het belangrijk vinden dat kinderen niet 'het slachtoffer van andermans ideeën' worden, moeten we ze leren om 'voor zichzelf te denken over alle ideeën, waaronder die van volwassenen'.⁸ Of, anders gezegd, als we gehoorzaamheid thuis belonen, lopen we de kans om kinderen te creëren die buitenshuis ook meegaan met wat anderen zeggen dat ze moeten

doen. Auteur Barbara Coloroso merkt op dat ze ouders van tieners vaak hoort klagen: 'Hij was zo'n goeie jongen, zo braaf, zo beleefd, zo goed gekleed. En kijk nou eens!' Hierop antwoordt ze als volgt:

'Vanaf dat hij jong was kleepte hij zich zoals jij hem opdroeg; hij gedroeg zich zoals jij wilde; hij zei de dingen die hij van jou moest zeggen. Hij luisterde hoe iemand anders hem vertelde wat hij moest doen... Hij is niet veranderd. Hij luistert nog steeds naar wat hij van anderen moet doen. Het probleem is, dat jij niet meer die persoon bent; het zijn zijn leeftijdsgenoten.'⁹

Hoe langer we nadenken over onze langetermijndoelen voor onze kinderen, hoe gecompliceerder het wordt. Elk doel kan bezwaarlijk zijn als we het op zichzelf bekijken: weinig kwaliteiten zijn zo belangrijk dat we al het andere willen opgeven om ze te bereiken (kijk bijvoorbeeld voor het onderwerp geluk naar pagina 248, noot 1). Misschien is het slimmer om kinderen te helpen een balans te vinden tussen tegengestelde kwaliteiten, zodat ze opgroeien tot zelfstandige *maar ook* zorgzame mensen, of zelfverzekerde mensen die toch bereid zijn hun grenzen te erkennen. Zo zullen sommige ouders ook volhouden dat ze hun kinderen vooral willen helpen om hun eigen doelen te stellen en te bereiken. Als we dat logisch vinden, moeten we rekening houden met de mogelijkheid dat ze keuzes maken, en waarden omarmen die niet hetzelfde zijn als de onze. Onze gedachten over langetermijndoelen kunnen ons allerlei kanten opsturen, maar mijn punt is dat hoe we ook denken over die doelen, we er in ieder geval veel over na moeten denken. Het zou onze toetssteen moeten zijn, al is het maar om te zorgen dat we niet verzanden in het dagelijks leven, met zijn constante verleiding om alles te doen om maar gehoorzaamheid te krijgen. Als ouder van twee kinderen ben ik goed bekend met de frustraties en uitdagingen van deze klus. Soms lopen mijn beste strategieën op niets uit, raakt mijn geduld op, en wil ik gewoon dat mijn kinderen doen wat ik zeg. Het is lastig om de grote lijn vast te houden als een van mijn kinderen het in een restaurant op een krijsen zet. Wat dat betreft is het soms moeilijk om te onthouden wat voor persoon wij willen zijn, als we midden in een hectische dag zitten, of worden

verleid door minder nobele neigingen. Het is moeilijk, maar het is nog steeds de moeite waard.

Sommige mensen rationaliseren wat ze doen door de meer zinvolle doelen terzijde te schuiven als 'idealistisch' - zoals proberen een goed mens te zijn, of je kind tot een goed mens op te voeden. Maar dat betekent gewoon dat we idealen hebben, en zonder idealen zijn we niet bar veel waard. Het betekent niet per se 'onpraktisch'. Sterker nog, er zijn pragmatische en morele redenen om je te richten op langetermijndoelen, in plaats van onmiddellijke gehoorzaamheid, om te kijken wat onze kinderen nodig hebben in plaats van wat wij van ze vragen, en om naar het hele kind te kijken, in plaats van alleen naar het gedrag.

In dit boek zal ik spreken over waarom het zinvol is om afscheid te nemen van de gebruikelijke strategieën om dingen *tegen* kinderen te doen, en naar manieren te zoeken om *met* ze te werken. Het klopt dat genoeg mensen, zowel volwassenen als kinderen, worden onderworpen aan 'doen tegen' methoden. Maar het helpt niet om te antwoorden: 'Zo gaat het nu eenmaal in de wereld,' als je wordt geconfronteerd met een argument tegen, bijvoorbeeld, het gebruik van straffen en belonen om te zorgen dat mensen netjes in de rij lopen. De doorslaggevende vraag is, wat voor mensen we willen dat onze kinderen worden - en dat houdt ook in of we willen dat ze het type worden dat dingen accepteert zoals ze zijn, of het type dat probeert dingen beter te maken.

Dit is ontwrichtend materiaal - letterlijk. Het ondermijnt het conventionele advies dat we krijgen over de opvoeding van kinderen, en het bevecht de kortzichtige zoektocht naar manieren om ze door onze hoepel te laten springen. Voor sommigen van ons stelt het veel van wat we hebben gedaan ter discussie - en misschien wat ons is aangedaan, toen we jong waren.

Het onderwerp van dit boek is niet uitsluitend hoe je kinderen kunt corrigeren, maar breder, de manieren waarop we met onze kinderen omgaan, naast hoe we over ze denken en wat we van ze vinden. Het doel is om je te helpen in contact te komen met je beste instincten en opnieuw te bevestigen wat er echt toe doet - als de pyjama's zijn aangedaan, het huiswerk af is, en als de ruzietjes tussen broers en zussen eindelijk zijn

gesust. Het vraagt je om je basale aannames over ouder-kindrelaties opnieuw te beschouwen.

Het belangrijkste is dat het praktische alternatieven biedt voor de verleidelijke methoden om onze kinderen zich te laten gedragen, of om ze te dwingen tot succes. Ik geloof dat deze alternatieven een redelijke kans bieden om onze kinderen te helpen op te groeien tot goede mensen - maar dan *goed* in de meest complete betekenis van het woord.