

# IK HEB OOK WAT TE VERTELLEN!

Communiceren met pubers en adolescenten

Martine F. Delfos

Eerste druk 2005 tot en met vierde druk 2007 (ISBN 90 6665 652 2)  
Vijfde druk 2009 tot en met achtste druk 2014 (ISBN 978 90 8850 033 6)  
Negnede licht gewijzigde druk 2016 tot en met elfde druk 2019 (ISBN 978 90 8850 706 9)  
Twaalfde, herziene druk, 2021

Duitse editie: *Wie meinst du das? Gesprächsführung mit Jugendlichen*. Beltz Verlag,  
Weinheim/Basel (2015, 10<sup>e</sup> druk 2015). ISBN: 978-3-407-85728-6, tevens verschenen als e-bookversie

Informatie over overige uitgaven van Martine F. Delfos: [www.mdelfos.nl](http://www.mdelfos.nl)

Ik heb ook wat te vertellen!  
*Communiceren met pubers en adolescenten*  
Martine F. Delfos

ISBN 978 90 8560 101 2  
NUR 847  
THEMA YXA / VFXC1  
BISAC FAM034000

© 2005-2021, M.F. Delfos; B.V. Uitgeverij SWP Amsterdam.

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (Postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met Uitgeverij SWP voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen door een onderwijsinstelling van een gedeelte uit deze uitgave, in papieren vorm of digitaal, (bijvoorbeeld voor plaatsing ervan op uw digitale leeromgeving of in een reader) kunt u zich richten tot: Stichting UvO, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, Tel. 023-8700212, [www.stichting-uvo.nl](http://www.stichting-uvo.nl) UvO@cedar.nl.

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

# COMMUNICEREN MET KINDEREN EN JEUGDIGEN

## Deel 1

### Luister je wel naar mij?

*Gespreksvoering met kinderen tussen vier en twaalf jaar*

20<sup>e</sup> druk



Cover t/m 9<sup>e</sup> druk



Cover 10<sup>e</sup> druk - 19<sup>e</sup> druk



Cover vanaf 20<sup>e</sup> druk

## Deel 2

### Ik heb ook wat te vertellen!

*Communiceren met pubers en adolescenten*

12<sup>e</sup> druk



Cover t/m 11<sup>e</sup> druk



Cover vanaf 12<sup>e</sup> druk

# INHOUD

## *Korte inhoudsopgave*

Uitgebreide inhoudsopgave	11
Voorwoord	15
Ten geleide	17
1 Inleiding: Hersens op 'aan'	21
2 Prepuberteit en puberteit: Groei en ontwikkeling	31
3 Pubers opvoeden: Vallen en opstaan	93
4 Gesprekken voeren: Belangstelling en respect	125
Dagboekfragmenten van Josie, een dertienjarig pubermeisje	173
5 De puber bevragen: Hoor en wederhoor	185
6 De socratische methode: Doen ontdekken	203
7 Gespreksvoering leeftijdsgewijs	223
8 Epiloog	235
Bijlage 1: Oefeningen in communiceren	237
Bijlage 2: Aandachtspunten	245
Bijlage 3: Communiceren met adolescenten leeftijdsgewijs	253
Lijst van voorbeelden, afbeeldingen, overzichten	255
1 Voorbeelden	255
2 Afbeeldingen	256
3 Overzichten	257
Literatuur	259
Namenregister	281
Zakenregister	285
Informatie over de auteur	289



# INHOUD

## *Uitgebreide inhoudsopgave*

Korte inhoudsopgave	9
Voorwoord	15
Ten geleide	17
<b>1 INLEIDING: HERSENS OP 'AAN'</b>	<b>21</b>
Eerlijke communicatie	22
Hersens op 'aan'	23
De slimme puber	27
Opbouw van het boek	28
Aandachtspunten	29
<b>2 PREPUBERTEIT EN PUBERTEIT: GROEI EN ONTWIKKELING</b>	<b>31</b>
De puberteit als verzinsel	32
Geslachtsrijping	34
De groeispurt	38
Hersenen	42
Hormonen	44
Socialisatie	47
Voeding en gezondheid	49
Seksualiteit	51
Identiteitsvorming	59
Leeftijdgenoten en vriendschappen	67
De verdieping van het denken	71
Morele ontwikkeling	77
Het belang van de school	79
Het virtuele milieu	88
Probleemgedrag	90
Aandachtspunten	90
<b>3 PUBERS OPVOEDEN: VALLEN EN OPSTAAN</b>	<b>93</b>
Aandachtsroute van geboorte tot adolescentie	93
De opvoeding in de puberteit	97
Gedragsverandering en afspraken maken	100
Probleemgedrag	105
Echtscheiding	107

Traumatische gebeurtenissen	111
Alcohol en drugs	115
Depressie en zelfdoding	118
Communiceren is van fundamenteel belang bij problemen	122
Aandachtspunten	122
<b>4 GESPREKKEN VOEREN: BELANGSTELLING EN RESPECT</b>	<b>125</b>
Cultuuromslag	126
Kwaliteit van een gesprek	129
Communicatievoorwaarden, algemeen	131
Communicatievoorwaarden, pubers	134
Aandachtspunten die van belang zijn in gespreksvoering met jongeren	135
Metacommunicatie	137
Loyaliteit	140
Moderne communicatiemiddelen	141
Taalvaardigheid en geslotenheid	148
Jongens verschillen van meisjes	151
Opbouw gesprek	155
1 <i>De voorbereiding</i>	157
2 <i>Introductie</i>	158
3 <i>De startvraag</i>	163
4 <i>De romp</i>	164
5 <i>De afronding</i>	167
Aandachtspunten	170
<b>DAGBOEKFRAGMENTEN VAN JOSIE, EEN DERTIENJARIG PUBERMEISJE</b>	<b>173</b>
<b>5 DE PUBER BEVRAGEN: HOOR EN WEDERHOOR</b>	<b>185</b>
Vraagtechnieken	185
Lichaamstaal	198
Metacommunicatie als reparatiemiddel	199
Aandachtspunten	199
<b>6 DE SOCRATISCHE METHODE: DOEN ONTDEKKEN</b>	<b>203</b>
Socrates de wijze	203
Socratische basisregels bij gespreksvoering	203
Vraaggericht werken	206
Toepassingen	207
0 <i>Respect, warmte, bescheidenheid</i>	207
1 <i>Ervan overtuigd zijn dat de ander deskundig is</i>	211
2 <i>De deskundigheid van de ander naar buiten halen</i>	213
3 <i>Eerder vragen dan vertellen</i>	215
4 <i>Doen ontdekken</i>	217
Aandachtspunten	220



<b>7 GESPREKSVOERING LEEFTIJDSEGEWIJS</b>	<b>223</b>
Adolescentie opgedeeld in fasen	223
Fase I: 12 tot 14 jaar	224
Fase II: 14 tot 16 jaar	227
Fase III: 16 tot 18 jaar	230
Fase IV: 18 tot 21 (->25)	232
Aandachtspunten	233
<b>8 EPILOOG</b>	<b>235</b>
Bijlage 1: Oefeningen in communiceren	237
Bijlage 2: Aandachtspunten	245
Bijlage 3: Communiceren met adolescenten leeftijdsgewijs	253
Lijst van voorbeelden, afbeeldingen, overzichten	255
1 Voorbeelden	255
2 Afbeeldingen	256
3 Overzichten	257
Literatuur	259
Namenregister	281
Zakenregister	285
Informatie over de auteur	289

# VOORWOORD

Als je leerlingen in het voortgezet onderwijs vraagt wat zij van hun leraren verlangen dan is dat beschikbaarheid en toegankelijkheid (je moet er een praatje mee kunnen maken) en je moet ervan op aan kunnen. Een leraar is er vooral om te luisteren en misschien ook om je te helpen als je dat zou willen (maar dat komt dan wel) en een leraar is safe. Wat leraren onder elkaar vooral waarderen, didactische bekwaamheid, orde kunnen houden en veel van je vak weten, interesseert hun leerlingen minder. Dat valt leerlingen pas op als er eerst een goede relatie met de leraar is ontstaan. Leerlingen zien hun leraar dus eerst als mens die voor hen van betekenis is, niet als functionaris.

Als je dit boek van Martine Delfos leest, bekruipt je de behoefte te zoeken naar de geschiedenis van de alleenspraak, zo kenmerkend voor ons onderwijs en zo kenmerkend ook voor het gedrag van veel opvoeders daarbuiten. En valt het met de alleenspraak wel mee, dan toch blijkt het ontzettend moeilijk voor ons om onze kinderen, leerlingen, studenten, de goede vragen te stellen en geconcentreerd te luisteren. Hoe is ze ontstaan, deze cultuur van de alleenspraak, of is ze er altijd al geweest in de verhouding van ouderen en jeugd? Hoe het ook zij, de behoefte van jonge mensen aan aandacht en begrip van hun ouders en hun leraren, en de behoefte aan toetsing en confrontatie is er niet minder om, en een goed antwoord blijkt in het geheel niet vanzelfsprekend.

Een goed intermenselijk antwoord is niettemin noodzakelijk, willen we niet het risico lopen dat onze jongeren onthecht raken, of verbondenheid als basis voor individueel en gemeenschappelijk welbevinden niet meer herkennen. Jongeren vormen een min of meer zelfstandige maatschappelijke factor met de beschikking over ruime financiële middelen, over een hoog ontwikkeld communicatief netwerk en over toegang tot in beginsel alle kennisbronnen. Zij maken zelf hun keuzes en kunnen deze ook doorzetten. Daarmee in verbinding blijven is de kunst voor opvoeders en wel zo, dat jongeren, individueel en collectief, bereid blijven hun potentieel in te zetten voor anderen, voor gemeenschappelijke belangen. Het is de kunde en de kunst van communicatie die hier gevraagd wordt: actieve beschikbaarheid en toegankelijkheid van de volwassene, als gesprekspartner die begrijpt en confronteert, en tegelijk veiligheid betekent.

Martine Delfos verstaat deze kunde en kunst, als therapeut, als raadgever van opvoeders, als voorvechtster van de rechten van het kind, als auteur en als wetenschapper. Ze is praktisch en gefundeerd tegelijk in haar tekst en bovenal geëngageerd. Dat laatste zal de lezer van de eerste tot de laatste regel herkennen.

Ik wens dit boek, als zicht op menselijke verbondenheid, heel veel succes.

Luc Stevens

*emeritus hoogleraar orthopedagogiek*  
*directeur Nederlands Instituut voor*  
*Onderwijs en Opvoedingszaken (NIVOZ)*

## TEN GELEIDE

Het werd me al zo vaak gevraagd: wanneer ga je nu een boek over communiceren met pubers schrijven? Lange tijd wilde ik dat niet, maar de vraag nam toe. Toen ik mijn boek over de verschillen en overeenkomsten tussen mannen en vrouwen (*De schoonheid van het verschil. Waarom mannen en vrouwen verschillend én hetzelfde zijn*) had geschreven – een feest! – was er ruimte voor communiceren met adolescenten. Ik nam de gelegenheid te baat om het in te bedden in een ‘serie’ communiceren met kinderen en jeugdigen. Het eerste deel (*Luister je wel naar mij? Gespreksvoering met kinderen tussen vier en twaalf jaar*) was aan zijn tiende druk toe en dit was een mooie gelegenheid om het op elkaar af te stemmen.

Het eerste deel wordt uitvoerig gebruikt in opleidingen en daarom zijn beide boeken in de serie ook iets meer hierop toegespitst in de zin dat er een uitgebreide bijlage met oefeningen is opgenomen voor de opleidingspraktijk.

Ik dank Floris Hartmann, mijn researchassistent, voor zijn zoektochten op internet en in de bibliotheken naar materiaal voor dit boek. Nicolien van der Keur dank ik voor de vormgeving en Ron Heijer voor de redactie.

Josie (pseudoniem) dank ik voor het ter beschikking stellen van haar dagboekfragmenten.

Ik dank de adolescenten die mij met hun voorbeelden geholpen hebben adolescenten te begrijpen.

Ik dank mijn eigen (al lang geleden) ex-pubers die nog steeds de vreugde van mijn leven zijn.

Martine F. Delfos, 2005, *Melbourne/Utrecht*

## **BIJ DE TWAALFDE DRUK**

De twaalfde druk! Het is erg fijn dat het boek laat zien dat het in een behoefte voorziet. In deze druk opnieuw aanvullingen met nieuwe onderzoeken. In de afgelopen jaren is onderzoek gericht op communiceren met adolescenten met ziekten en stoornissen en inmiddels op hun communicatieve behoeften in de hulpverlening. Mijn voortdurend wijzen op de attitude, en op het centraal moeten staan van de jongere in de communicatie, wordt inmiddels door onderzoek ondersteund. Verheugend, want het maakt een wereld van verschil!

Martine F. Delfos, 2021



# 1 INLEIDING

## *Hersens op 'aan'*

*'Het is hier geen hotel! Je komt hier alleen maar om te eten en te slapen!'* Deze tijdloze zin, door zoveel ouders overal op de wereld uitgesproken, drukt de gekwetstheid van ouders uit over hun veranderde positie in het leven van hun kind. Tijdens de jonge jaren van het kind zijn de ouders de spil van het bestaan van hun kind; met de schoolgang wordt de eerste bres geslagen in deze bevoorrechte positie. Kinderen drukken het op de basisschool uit door hun zinnen te beginnen met *'Maar de meester zegt ...'* Ze laten zien dat hun ouders niet de enige volwassenen zijn wier oordeel van belang is. Wanneer ze wat ouder worden, einde basisschool, richten kinderen al hun aandacht op leeftijdgenoten. Ze willen vrienden en vriendinnen maken en ze willen zich een gunstige positie verwerven te midden van hun leeftijdgenoten. Vanaf de middelbare school doet de puberteit zijn intrede en worden ouders bewust door hun kinderen naar de achtergrond gedrukt; de wereld van de adolescent draait om zijn of haar leeftijdgenoten (oefening 1.1, bijlage 1).

Toch blijven ouders de bodem van het bestaan van hun kind, ook van hun volwassen kind. Maar het is een hele taak om bij die veranderende kinderen jezelf als ouder staande te houden en voldoende mee te kunnen bewegen met de ontwikkeling van je kind. De rode draad is contact. Die rode draad moet niet knappen en knapt ook zelden, hoe bang ouders daar ook voor zijn. In een gezin met een puber nemen de dagelijkse ruzies toe, zeker tussen meisjes en moeders (De Goede, 2009). Echter, de relatie tussen ouders en jongeren verslechtert in feite niet ernstig (Paikoff & Brooks-Gun, 1991) en blijft ook tijdens de puberteit redelijk positief (Stattin & Magnusson, 1990). Nadat kinderen het huis uitgaan, heeft 51,5 procent nog een of meer keren per week face-to-face-contact met zijn of haar ouders (Kalmijn & Dykstra, 2004). Het ligt wat lager voor hoogopgeleiden, omdat die vaker verder weg wonen, maar voor de meeste ouders en kinderen geldt dat het onderlinge contact levenslang en frequent blijft. Na de puberteit is de relatie van ouders en kinderen, vaak tot ieders verrassing, meestal beter en dieper dan ooit, maar ook gelijkwaardiger.

In 2019 zijn er in totaal 17.282.000 inwoners in Nederland, waarvan 1.416.000 jongeren van 12 tot en met 18 jaar. Daarvan is 725.000 mannelijk en 691.000 vrouwelijk (hier is geen rekening gehouden met transgender. Deze opbouw met een mannenoverschot laat zien dat het overlijden van meer mannen (wat daarvoor ook het geval is) zal blijven toenemen na 18 jaar, tot het eindigt in een vrouwenoverschot (CBS, 2020).

Om goed op te voeden en goed de puberteit door te komen, is communicatie wezenlijk. Talig communiceren is kenmerkend voor mensen; daarom zijn we ernstig onthand wanneer talig communiceren niet mogelijk is. Dit gebeurt bij de baby die

taal nog niet beheerst, bij buitenlandse mensen of in geval van een afwijkende ontwikkeling zoals bij mensen met een ernstige verstandelijke handicap. We hebben zelfs de neiging bij buitenlanders die onze taal niet beheersen terug te vallen in de wijze van communiceren met baby's (hoog stemgeluid) of mensen met een verstandelijke handicap (alles simpel en concreet uitleggen en herhalen) (oefeningen 1.2 en 1.3, bijlage 1).

Communiceren is contact maken, een van de meest wezenlijke dingen van het menselijk bestaan. Maar hoe wezenlijk communiceren en contact ook zijn, het is voor de mens niet eenvoudig om te communiceren en ook niet om contact te leggen. De behoefte tot contact is er altijd geweest en zal er altijd zijn. Non-verbaal contact is snel gelegd, doeltreffend en voelt vrij zeker. Maar daarop durven vertrouwen, lukt mensen niet zo goed; ze houden zich 'angstvallig' vast aan woorden en die kunnen tot veel misverstanden leiden (oefening 1.4, bijlage 1). Wanneer men een probleem heeft met sociale interactie, zoals vaak bij autisme, dan is het maken van contact en het onderhouden ervan plotseling heel moeilijk (Delfos, 2018a; 2019).

■ *Een aardig voorbeeld van het verschil tussen verbaal en non-verbaal is de uitdrukking: Begrijp je? Deze zin wordt meestal uitgesproken op het moment dat je eigenlijk vrij zeker – op basis van non-verbale signalen – weet dat de ander het niet begrijpt. Deze zekerheid helpt de mens weinig, want hij of zij durft er nauwelijks tegenin te gaan als iemand zegt: Ja. Meestal gaan we, met een ongemakkelijk gevoel, door met wat we aan het zeggen waren. Terwijl we vanbinnen wel weten dat de ander het niet begrepen heeft. We bouwen dan zo onopvallend mogelijk toch een uitleg in.* ■

## EERLIJKE COMMUNICATIE

Communiceren is moeilijk en toch hebben de meeste mensen pas echt door dat ze moeite met communiceren hebben wanneer ze met pubers praten. Als je wilt leren communiceren is de beste leerschool om met pubers te praten. Zij laten je merken of je echt communiceert of niet, vooral tussen de dertien en zestien jaar. Een puber is vaak eerlijk in zijn of haar aanvaarding of afwijzing van de communicatie met volwassenen. Met pubers moet je écht communiceren, anders vertrekken ze, letterlijk of figuurlijk. Communiceren met pubers is misschien wel de meest leerzame, eerlijke en meest dynamische communicatie die er bestaat. Wie oprecht met pubers communiceert, raakt onder de indruk van wat ze te bieden hebben. In de periode voorafgaand aan de puberteit passen kinderen zich in grote lijnen aan de volwassenen aan, zodat deze niet doorhebben wat het kind vanbinnen echt denkt en voelt. Het is van daaruit niet altijd duidelijk hoe we 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 oprecht hun eigen mening te zeggen. Tijdens de puberteit komt het erop aan dat men echt communiceert, anders haakt de puber af. De puber slaat



‘vermoeid’ zijn ogen naar boven, en zijn of haar gezicht staat op: ‘Ben je klaar?’, ‘kan ik al naar mijn vrienden’, ‘jahaa...’, ‘ben je uitgepreekt?’ Dan sta je als ouders met je mond vol tanden. Een puber laat vaak zonder omwegen weten dat een volwassene niet communiceert en geen contact maakt. De volwassene praat vaak zonder echt af te stemmen op de ander en eerder om een eigen verhaal kwijt te raken, dan om echt te communiceren met de puber.

■ *Een van de meest voorkomende wanhoopskreten van ouders tegen hun kinderen in de puberteit is de zin waarmee dit boek opent: ‘Het is hier geen hotel. Je komt hier alleen maar 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. Nu is het omgekeerde net zo vaak het geval, namelijk dat ouders op zichzelf en hun bezigheden zijn gericht, maar dat hebben ze vaak niet door.* ■

Volwassenen hebben de neiging om in de communicatie met kinderen en jongeren de hersens van kinderen en jongeren op ‘uit’ te zetten. Dat doen ze door te vertellen, en niet uitnodigend te zijn en te luisteren en te vragen. Meestentijds vertellen volwassenen kinderen en jongeren wat ze van iets vinden en luisteren weinig naar het verhaal van het kind of de jongere zelf (oefening 1.5, bijlage 1).

De manier om echt te communiceren, is de socratische manier. Socrates, de Griekse wijsgeer, ging uit van de deskundigheid van de ander. Hij stelde vragen, en vroeg door in plaats van zelf te vertellen.

Waar het op neerkomt, is de hersens van de ander op één te zetten. Pubers reageren daar gretig op en je kunt dan diep in contact raken met elkaar. Maar als volwassene zijn we veel te vaak bezig om ons eigen verhaal af te steken. Pubers vinden ook vaak dat ze behandeld worden alsof ze kleine kinderen zijn die niet kunnen denken. Ze vinden dat volwassenen vaak ‘preken’. Maar toch vinden we – terecht – dat we iets te vertellen hebben aan een puber en maken ons zorgen, vinden het nodig om de adolescent te beschermen tegen de gevaren die hij of zij door een gebrek aan kennis en ervaring niet ziet of over het hoofd ziet. De vraag is dus hoe te communiceren en te zorgen dat de puber over de noodzakelijke informatie beschikt. Om te zorgen dat de puber zijn of haar leven goed kan leiden en beschermd wordt tegen gevaren moet de volwassene niet zijn kennis spuien, maar het denkproces van de jongere door middel van vragen begeleiden. En niets verruimt vervolgens ook het eigen denken meer dan het te scherpen aan een puber, aan een adolescent.

## HERSENS OP ‘AAN’

Als we naar onderzoek over communiceren kijken, valt op dat er nog weinig werk verricht is over communiceren met kinderen en jongeren. We hebben het kind nog maar net ‘ontdekt’ aan het einde van de twintigste eeuw (Delfos, 2001) en het empirisch onderzoek naar wat kinderen beweegt, staat nog in de kinderschoenen

ondanks anderhalve eeuw ontwikkelingspsychologie en vele denkers daarvoor die zich over het kind gebogen hebben. In 2015-2016 was onderzoek over communiceren vooral gericht op hoe ouders kunnen voorkomen dat pubers seksueel actief zijn; in 2016-2017 is er belangstelling voor de communicatie met adolescenten met een ziekte of een handicap. De voorwaarden waaronder gespreksvoering met kinderen plaatsvindt, staat volop in de belangstelling en de eerste resultaten komen vrij. Bij jonge kinderen is het vaak moeilijk om te communiceren omdat hun verbale capaciteit nog niet voluit ontwikkeld is. Wanneer kinderen kunnen spreken, wil dat nog niet zeggen dat ze hun gevoelens herkennen, hun gedachten onder woorden kunnen brengen of weten hoe ze vragen moeten formuleren. Ze stellen *'repeteervragen'*, vragen die ze herhalen omdat ze niet weten welke vraag ze moeten stellen om het gewenste antwoord te krijgen. Op 'hoop van zegen' herhalen ze de vraag om het antwoord te krijgen waarnaar ze op zoek zijn (Delfos, 2020a).

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. In 1966 ontstaat er beroering in wetenschappelijke kringen omdat burgemeester Van Hall van Amsterdam een bewering aan Socrates toeschreef die niet meer terug te vinden leek dan alleen in een boek uit 1953 (Patty & Johnson). Het is dus de vraag of het wel van Socrates afkomstig is, maar de inhoud van de tekst (kruisen van benen, opstaan wanneer ouderen binnenkomen) maakt duidelijk dat het oud is. Van Hall gebruikte het om de tijdloze opstandigheid van de jeugd te typeren bij de studentenrellen in 1966, en de kern wordt steeds opnieuw in iedere generatie gezegd:

▣ *Kinderen van nu houden van luxe, ze hebben slechte gewoontes, minachting voor autoriteit, tonen een gebrek aan respect voor ouderen en kletsen liever dan dat ze leren. Kinderen zijn tegenwoordig tirannen, niet de dienaren van het huishouden. Ze staan niet meer op wanneer ouderen de kamer binnenkomen. Ze spreken hun ouders tegen, vallen mensen in de rede, eten lekkernijen aan tafel, kruisen hun benen en tiranniseren hun leraren* (Volgens Patty & Johnson, 1953, van Socrates [470 tot 399 v.C] via Plato, blz. 277). ▣

Om een communicatie wederzijds uitwisselend te maken en tot een echte dialoog te komen, moeten de gesprekspartners hun hersens op 'aan' hebben. Ze moeten beiden deelnemen aan het gesprek en denkend en sprekend samen een mening vormen. We signaleerden al dat volwassenen de neiging hebben 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 nadenken en tot het delen van wat er in hem omgaat. Jongeren raken daardoor ongeïnteresseerd in wat volwassenen te zeggen hebben. 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. We hebben het over jongeren, maar in de volgende zin kunnen we net zo goed 'kinderen' of 'mensen' invullen. In het boek

over communiceren met kinderen (Delfos, 2020a) staat de hierna volgende zin ook, maar dan met het woord 'kinderen' in plaats van 'jongeren'.

■ *Goede communicatie met jongeren begint met de attitude die men aanneemt. Die houding moet er een zijn van respect en bescheidenheid. Men moet ervan overtuigd zijn dat jongeren 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 hen kunnen communiceren om die mening te horen of de informatie te verkrijgen.* ■

Als voorbeeld van de noodzaak tot een houding van respect en bescheidenheid naar degene waar men mee communiceert, gebruik ik graag het voorbeeld van het 'jongetje met het zout'. Het maakt duidelijk dat de wijsheid van het lichaam soms een andere koers aangeeft dan ouders en verzorgers wijs lijkt, met alle gevolgen van dien.

■ *Een jongetje had een grote behoefte aan zout en stelde alles in het werk om zout te bemachtigen. Het kind likte het zout van crackers. Hoe de ouders het zout ook wegstoppen, het kind klom, zocht en at het zout dat het vond. Op drieënhalfjarige leeftijd werd het kind opgenomen in het ziekenhuis en kreeg standaard ziekenhuiseten met normale zoutconsumptie. Er werd geen gehoor gegeven aan zijn wens meer zout te eten. Binnen zeven dagen stierf hij. Het postmortem-onderzoek wees uit dat het kind een afwijking had aan de bijnier (ziekte van Addison), waardoor hij uitwendig zout tot zich moest nemen om in leven te blijven. Het gebrek aan zout bleek de doodsoorzaak. Het kind had zichzelf tot aan het ziekenhuis in leven weten te houden door zout tot zich te nemen. De innerlijke wijsheid van zijn lichaam gaf hem het noodzakelijke gedrag in. Hij overleed aan de zogenaamde 'deskundigheid' van de mensen om hem heen (Wilkins, Fleischmann & Howard, 1940; Gray, 1999).* ■

Een voorbeeld uit 2004 is het verhaal van een adolescent van 22 jaar.

■ *Een jongen van 22 jaar ontdekt een knobbeltje onder zijn oksel, een opgezette klier. Hij vertrouwt het niet en gaat naar de arts, die niet meteen gealarmeerd is. De jongen kent het verhaal van het jongetje met het zout en wil luisteren naar het signaal van onrust dat in hem afgegeven wordt. Hij staat erop verder onderzoek te laten doen. Tot verrassing van de arts, niet van de jongen zelf, is het kwaadaardig: een metastasering van een melanoom, een moedervlek. Een agressieve vorm van kanker met een slechte prognose. De uitzaaiing komt het eerst terecht in de lymfeklieren als een uitzaaiing vanuit iets anders. De adolescent had tweeënhalve jaar daarvoor een vreemde moedervlek gesignaleerd. Hoewel hij een easy-living jongen is, vertrouwde hij het niet en ging naar de huisarts. Deze brandt de vlek weg. De jongen vraagt of het nog onderzocht gaat worden in het ziekenhuis, maar de arts vindt het niet nodig en zegt dat hij het niet weggebrand had als hij gedacht had dat er risico was voor kanker. Toch had de*