

# Wat als mijn tiener andere keuzes maakt?

“Onze dochter van 16 heeft besloten haar eigen koers te varen. Ze zoekt andere vrienden en wil ‘gewoon genieten van het leven’. Als ik met haar probeer te praten over haar bedenkelijke keuzes, reageert ze gepikeerd. Heb ik iets fout gedaan? Ben ik te streng geweest? Of juist te meegaand, waardoor ze gemakkelijk de verkeerde kant op gaat?”

In de adolescentiefase slaat een tiener als het goed is zijn of haar vleugels uit. Het ouderlijk nest wordt te klein. Als ouder moet je steeds meer ruimte geven en leren loslaten, en dat kan knap lastig zijn. Zeker als je tiener een andere kant op vliegt dan jij zou willen.

## Lading afschudden

Een van de Hebreeuwse grondwoorden voor ‘jongeling’ is *elém*. Dit betekent: ‘iets van je afschudden’. En dit is wat jouw tiener momenteel doet. Jij hebt je kind jarenlang opgevoed met een levensovertuiging, vol christelijke waarden en normen. In deze levensfase schudden sommige pubers een deel van die ‘lading’ van zich af. Om vervolgens te selecteren met welke wijsheden ze de toekomst in willen stappen.

## Je tiener coachen

Heb vertrouwen in wat je haar al die jaren hebt meegegeven. Grote kans dat er uiteindelijk meer blijft hangen dan je nu misschien denkt. Sommige rabbijnen stellen:

van 0 tot 7 jaar moet je de dingen richting je kind ‘voorleven’, van 7 tot 14 jaar gaat het om het ‘inprenten’, en vanaf het 14e tot het 21e jaar draait het om het coachen van je tiener.

## Een paar vragen en tips voor de ouder als coach:

- Zorg ervoor dat je de relatie openhoudt en blijf je kind op alle vlakken steunen, door te helpen bij het oefenen van examenvragen of een luisterend oor te bieden als de verkering uitgaat. Natuurlijk mag je benoemen dat jij bepaalde dingen niet zou doen, of dat je het niet verstandig vindt om zo veel te feesten, maar laat merken dat je ondanks deze keuzes van je tiener blijft houden.
- Probeer het ‘wijze’ deel van je tiener te stimuleren. Zijn er dingen die jij van je tiener kunt leren? Laat het merken. Geef complimenten als je tiener moedige keuzes maakt of liefdevolle acties onderneemt.
- Durf grenzen te stellen, bijvoorbeeld: onder je 18e is alcohol drinken bij ons

thuis *not done*. Let wel: *choose your battles*, probeer de machtsstrijd te beperken.

- Realiseer je dat een aantal jongeren een deel van de adolescentie bijna niet met het christelijk geloof bezig is. Het geloof wordt even geparkeerd, omdat andere dingen in de identiteitsontwikkeling als urgenter worden ervaren. Zou dit ook voor je dochter kunnen gelden?
- Bedenk verder: hoe doordacht zijn de acties van je tiener? Zijn het blijvende keuzes, of passen de acties van je tiener in het vakje ‘experimenteren met rollen en gedrag’?
- Doe niet alles alleen, zet je netwerk in. Heeft je tiener een wijze oom of een bevriende jeugdleader met wie ze goed kan praten? Durf deze eens te vragen een gesprek aan te gaan met je kind.
- Ga je tiener geen schuldgevoel aanpraten door telkens te vertellen hoe zwaar haar keuzes voor jou zijn. Zoek steun bij je partner of andere volwassenen die je begrijpen.
- Klinkt cliché, maar blijf bidden voor je tiener!

Corjan Matsinger is vader van vier kinderen, religieus trendwatcher, jongerenwerker en auteur van diverse boeken over jeugdwerk. [Youngholy.nl](http://Youngholy.nl)

W [Visie.eo.nl/relaties](http://Visie.eo.nl/relaties)  
[Visie.eo.nl/opvoeding](http://Visie.eo.nl/opvoeding)