



## Pubers en vakantie

*De spagaat tussen wandelen langs kerkjes (ouders) en de het hebben van wifi als eerste levensbehoefte (pubers).*

Illustratie Claudie de Cleen

**W**at een gezellige familie-vakantie had moeten worden, werd een hel. De pubers hielden het niet vol in de camper zonder wifi en dus keerde het gezin vroegtijdig naar huis. 'Triest hè?', reageert een vriend van de familie in een youtubevideo waarin hij advies vraagt over deze kwestie aan Berthold Gunster, schrijver van het boek *Omdenken*. Het onderwerp zal ouders bekend in de oren klinken: hoe houd je de zomervakantie gezellig met een telefoonverslaafde puber die nergens zin in heeft?

### Dit zeggen de deskundigen

Een herkenbaar probleem, reageert pedagoog Lieke Kalhorn, auteur van het boek *Luisteren naar pubers*. Het begint ermee dat de behoeftes van ouders en tieners vaak uiteenlopen. 'Jongeren willen wifi, naar de disco, contact met andere jongeren en shoppen. Volwassenen willen even helemaal niets. Lekker voor de tent met een boek of een uitstapje naar een stad of kerkje. Nou, voor tieners is er niets saaiers dan een kerk bekijken.'

Zelf zat Kalhorn qua vakantie-wensenpakket mijlenver van haar kinderen vandaan. 'Mijn man en ik wilden wandelen en zij verlangden naar een zwembad.' Hoe heeft ze het opgelost? 'We gingen eerst een week naar de bergen op een tocht waarbij we over rotsen moesten klimmen en in een hut slapen. We noemden het niet 'wandelen' want dat is saai, maar 'klimmen'. Hoe je het verpakt is dus ook belangrijk.' Daarna volgde een week op een camping met zwembad.

Zo'n 'voor ieder wat wilsscenario' lukt alleen met een gedegen voorbereiding, meent orthopedagoog Ellen Meijer. 'Probeer ruim voor de vakantie te achterhalen wat de wensen zijn van ieder gezinslid.' Door te kijken wat er wél kan, in plaats van wat niet, blijf je uit de conflictsfeer. 'Laat iedereen een top-3 maken.'

ele ergernissen kunnen zijn. De meeste pubers komen bijvoorbeeld pas laat hun bed uit. Daar kun je je als ouder enorm aan gaan ergeren, of je bedenkt een oplossing. 'Wij bezochten in de ochtend een stadje en als we na het middaguur terugkwamen, kwamen de kinderen net hun tent uit, vertelt Kalhorn.

Volgens Kalhorn is er een verschil tussen afspraken (die maak je samen) en regels (die maken ouders en daarmee geven ze hun grenzen aan). 'Eén zo'n regel kan zijn dat je elke avond samen eet aan tafel zonder telefoons. Een gezamenlijke afspraak is dat iedereen in het gezin één dag verantwoordelijk is voor het bedenken van het uitje.'

Het komt de stemming ten goede als ouders niet direct boos reageren op het dwarse gedrag van hun puber. 'Want dan schiet het kind helemaal in de 'neestand'', aldus Meijer. 'Ouders proberen soms krampachtig boven hun kind te staan. Hoe meer je dat probeert, hoe minder aansluiting je vindt en hoe meer strijd er ontstaat.'

In het youtubefilmpje sympathiseert Berthold Gunster met de zeurende pubers. 'Je stopt ze in een autootje en ze worden afgesneden van alles wat ze leuk vinden. Ze moeten boeken lezen en musea bezoeken, wat die ouders hebben bedacht, verschrikkelijk.'

Volgens Gunster zijn er drie zaken belangrijk bij het opbouwen van een harmonieuze band met je kind: erkenning (ze mogen voelen wat ze voelen), autonomie (zoveel mogelijk zelf laten besluiten) en dat ze zich competent voelen. In het vakantie-wifi-drama is van de eerste twee elementen geen sprake. 'Op het moment dat jij niet vraagt aan je kinderen wat zij belangrijk vinden op vakantie, zeg je eigenlijk: je gaat gewoon mee en klaar', zegt Gunster. 'Een gezond kind komt in verzet. Ik wil deze kinderen feliciteren. Ik denk dat het zeer competente mensen worden.'

### Hoe pak je het aan?

Bedenk van te voren wat potenti-

Anna van den Breemer

a.vandenbreemer@volkskrant.nl