

HERSEN PAN ONDER STOOM: TIENERBREIN IN CORONATIJDEN

HUMO Als ik uw boek vroeger had gelezen, had ik geduldiger gereageerd als mijn dochter haar schooltaken weer niet op tijd af had omdat ze uren met haar vriendin bleef facetimen.

JELLE JOLLES «Misschien besefte je nog niet goed – zoals veel ouders, denk ik – hoe moeilijk zelfstudie is voor een tiener. Het goede aan de lockdown is dat je dat nu van dichtbij hebt gezien. Als er iets is wat ik in ‘Leer je kind kennen’ wil uitleggen, is het dat de hersenen van je tiener echt anders zijn dan die van jou, en dat ze daardoor bepaalde dingen nog niet kunnen. Wat voor een volwassene eenvoudig lijkt, zoals je dag efficiënt organiseren, is voor het tienerbrein een bijna onmogelijke opdracht. Alle hersenfuncties die te maken hebben met zelfregulatie, doelgericht werken, kiezen, plannen, prioriteiten stellen en consequenties overzien op korte en lange termijn, zijn zich nog maar net aan het ontwikkelen. Ons brein is daar pas ver na ons 20ste klaar mee. Tieners zijn werk in uitvoering.»

HUMO Hoe goed die hersenen zich ontwikkelen, hangt sterk af van de omgeving waarin we opgroeien en wat we meemaken. Welke invloed kan een lockdown hebben?
JOLLES «Het zijn voor hen

‘Mama, ik ben zoveel tijd aan het verliezen,’ roept mijn dochter van 15, ‘tienertijd!’
Neuropsycholoog Jelle Jolles, bekend van zijn bestseller ‘Het tienerbrein’, heeft nu ‘Leer je kind kennen’ geschreven, een handboek voor ouders waarvan je wou dat je het vóór de lockdown al had kunnen lezen. ‘Voor tieners voelen die acht weken isolement van de lockdown aan als acht jaár. Hun brein wil nieuwe ervaringen opdoen, flirten, sociale contacten oefenen. Dat kan nu allemaal niet. We beseffen niet genoeg hoe verschrikkelijk dat voor hen is.’

STEFANIE DE JONGE / ILLUSTRATIE STIJN FELIX

kostbare maanden, want in zekere zin ligt hun ontwikkeling nu even stil. Tieners zijn volop bezig hun eigen identiteit te bepalen. Sociale en fysieke interactie met hun leeftijdsgenoten is daarvoor cruciaal. Jij denkt misschien dat je dochter niet veel mist nu ze niet op straat kan rondhangen met haar vriendinnen. Ze doet daar toch niks, denk je. Maar dat is niet zo. Tijdens dat hangen gebeurt er in haar hoofd verschrikkelijk veel: ze ziet hoe Ahmed ruzie heeft met Clara en haar daarna kust. Ze bestudeert de sociale hiërarchie: wie heeft de leukste kleren aan? Wie is er het populairst? Hoe komt dat? Waarom ben ik dat niet? Waarom heeft Jona al een

vriendje en ik nog niet? Ben ik nu jaloers? Hoe zou ik willen zijn? Zo ontwikkelen ze hun identiteit. Dat ze nu niet met hun leeftijdsgenoten kunnen omgaan, voelt voor hen aan als níét leven. In die acht weken isolement hadden ze zoveel kunnen doen: flirten, sociale contacten oefenen... Voor hen voelt die lockdown aan als acht jaár.»

HUMO Zullen ze er een ontwikkelingsachterstand door oplopen?

JOLLES «Twee maanden, daar komen ze nog wel overheen, maar het is goed dat de lockdown op z'n einde loopt. Het is belangrijk dat ze straks kunnen bijtanken en met hun vrienden mogen rondhangen. Tieners hebben dat nodig. Ze

hebben een sociaal brein en zijn niet geboeid door school of door hun ouders. Dat laat hersenonderzoek ook zien.

Als ze plaatjes krijgen van andere tieners die dingen doen, lichten hun hersenen fel op. Als je een foto van leraars of ouders toont, gebeurt er veel minder.»

HUMO Dat ze met hun ouders opgesloten zitten, is voor hen dus de hel.

JOLLES «Min of meer (*lacht*). ‘De hel’ is misschien sterk uitgedrukt, maar inderdaad, hun brein is net helemaal ingesteld op thuis wegraken. Als baby hebben ze geleerd om te eten en kaka te doen, als kleuter om in het gezin te functioneren en als tiener is er opeens – *bam!* – de wereld! Ze willen zich daarin storten en alles het liefst hier en nu beleven. Al hun emotionele circuits zijn gericht op nieuwe ervaringen. Ze móeten op die leeftijd ook zo veel en zo gevarieerd mogelijke belevenissen doormaken. Ervaringen en oefening bepalen wat we van onze mogelijkheden realiseren.

»Nu, ik heb ook al tieners gehoord die zeggen dat ze in deze coronatijd nieuwe dingen over hun ouders hebben ontdekt, bijvoorbeeld wat ze doen als zij op school zijn: ‘Ik wist niet dat mijn moeder ook werkte,’ zei iemand. ‘Mijn vader weet eigenlijk wel veel,’

‘Tieners komen in een klotewereld terecht, en jij moet hun supporter zijn’



Tienerebrein in coronatijden

► zei een ander en hij vond hem opeens behalve 'stom' ook wel 'soms best leuk'. Je gaat door zo'n lockdown ook noodgedwongen meer in gesprek met elkaar. Dat is positief, want tieners hebben input en feedback van ouders hard nodig.»

HUMO Context vormt het brein, zegt u.

JOLLES «Ja. Je moet hun hersenen zien als een huis met kamers en kasten die bijna helemaal leeg zijn. Die hersenen zeggen: 'Vul de kasten: ontdek, ervaar, dóe van alles.' Gedurende de hele adolescentie moeten die kasten gevuld worden met levenservaring en kennis uit fouten waarvan ze geleerd hebben. De hersendelen liggen te wachten op die prikkels om zich te kunnen ontwikkelen.»

HUMO 'Leren is saai!' hoor ik nu de hele dag. De prikkels waar hun hersenen om vragen, vinden tieners kennelijk niet thuis aan hun bureau in de leerboeken. Ze willen hevige sensaties, want ze zijn thrill-zoekers.

JOLLES «Ja. Heel vaak bewegen mensen dat tieners van gevaar houden. Dat is niet zo. Ze willen hevige belevingen, ze zoeken spanning en kunnen de risico's van wat ze doen nog niet goed inschatten. In een beroemd wetenschappelijk experiment werd een groepje tieners in een situatie gebracht waarin ze konden beslissen 'om met haaien te gaan zwemmen'. Ze kozen daar allemaal voor omdat het een *thrill* gaf en omdat ze verwachtten dat het wel zou meevallen met die gevaren. Omdat ze niet weten wat de gevolgen kunnen zijn.»

HUMO Dus bij lockdown-feestjes of ontsnappingen beseffen ze niet wat de gevolgen kunnen zijn?

JOLLES «Vaak niet. Ze hebben het idee dat het hen niet raakt, want 'alleen oma krijgt corona'. Ze kunnen de conse-

quenties van hun daden nog niet begrijpen, omdat ze die nog nooit hebben ervaren. Daarom is het heel belangrijk dat ouders of andere opvoeders tieners een beeld geven van wat er gebeurt als ze zich niet aan bepaalde regels houden. Dat je het virus ook kunt doorgeven en zo omaatjes de dood kunt injagen. Als je van die te hoge brug springt, moet je weten dat er alleen in Nederland al behoorlijk wat jongeren per jaar een ernstig letsel oplopen of zelfs sterven door zo'n sprong. En als je make-up steelt, kun je in de gevangenis belanden. Creëer daar zoveel mogelijk beelden en woorden bij. Zoek samen op het internet op hoe zo'n cel eruitziet, of zoek een getuigenis van een meisje dat in de cel heeft gezeten. Als ze iets met hun eigen ogen hebben gezien en er woorden voor hebben, gaat het in hun hersenen nog sneller de archiefkasten in. Als ze in een vergelijkbare situatie zitten, kunnen ze er makkelijker aan terugdenken en zich daardoor herinneren: dit moet ik nu niet doen.»

HUMO Maar we moeten tieners niet intomen en hen vooral ook veel risico's laten nemen.

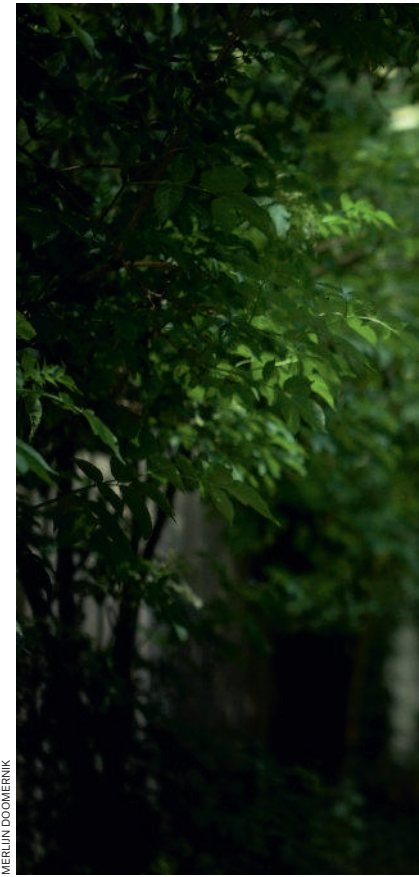
JOLLES «Ja. Je moet begrijpen dat risico's nemen hoort bij de normale ontwikkeling van een tiener. Dat heeft een belangrijke functie: tieners die grenzen durven te overschrijden, zijn de vernieu-

wers van morgen. Een nieuwe Mark Zuckerberg word je niet door dezelfde paden te bewandelen als je ouders of je leraars.»

DRANK EN DRUGS HUMO De rollen van de ouder zijn manager, coach, inspirator, mentor en adviseur spelen, zegt u, al naargelang de fase waarin de tiener zit.

JOLLES «Voor veel ouders blijkt dat een eyeopener. Kijk, waar ik voor ijver, is een attitudeverandering tegenover adolescenten. Vroeger zaten kinderen aan een bankje of aan tafel en stond er iemand vooraan die vertelde hoe het zat. En nog niet zo lang geleden mocht die slaan als je niet luisterde. Dat kan nu gewoon niet meer. Maar de laatste dertig jaar is de structuur verdwenen en is het een puinhoop geworden: ouders lieten hun kinderen vrij, scholen lieten de kinderen vrij. Dat is een groot nadeel voor kinderen, omdat ze de structuur nog nodig hebben. We denken nu veel te snel dat ze het zelf wel kunnen. Dat is niet zo. Jonge tieners hebben een manager nodig – een ouder, leraar of coach die feedback geeft en op mogelijkheden wijst. Niet op de manier van 'De tijgermoeder', het Amerikaanse boek dat de Chinese gedisciplineerde opvoeding propageerde en een bestseller werd omdat ouders wel voelden dat dat vrijlaten niet goed

«**Tieners die grenzen overschrijden, zijn de vernieuwers van morgen. Een nieuwe Mark Zuckerberg word je niet door dezelfde paden te bewandelen als je ouders**»



MERLIN DOOMERIK

werkte en dachten: oké, laten we het weer streng doen. Dat is niet wat tieners nodig hebben. Ze hebben een supporter en een coach aan de zijlijn nodig, en een ouder die routes aanwijst en inspiratie geeft.»

HUMO Maar soms moet je wel keihard dingen verbieden.

JOLLES «Absoluut. Over drank en drugs kun je bijvoorbeeld het best zeggen: 'Mag niet.' En leg uit waarom: 'Je kunt je hersenen voor het leven beschadigen. Dat wil je niet.' Dan gaat je dochter natuurlijk boos naar haar kamer en roept ze: 'Katrien mag het wél.' Maar die mening van jou zal toch opgenomen worden in de bibliotheek van haar hersenen.

»Tieners hebben echt steun nodig. Ze lijken vol zelfvertrouwen en bravoure te zitten, maar ze voelen zich eigenlijk niet veilig. Het is ook een klotewereld waarin ze terecht komen. Er wordt gepest op school en op Instagram, ze hebben vriendjes die hen uitsluiten en ze voelen zich eenzaam. Dan is het heel be-



‘Wat voor een volwassene eenvoudig lijkt, zoals je dag efficiënt organiseren, is voor het tienerbrein een bijna onmogelijke opdracht. Je brein kan dat pas ver na je 20ste.’

langrijk om te kunnen thuis- komen, hun ei kwijt te kunnen en een luisterend oor en een kopje thee te krijgen.» **HUMO Dat er zoveel gepest wordt op school, toont aan dat ze nog geen empathie kennen.**

JOLLES «Klopt. Het is dus goed te begrijpen dat ze er niet uit zichzelf bij stilstaan dat ze door coronamaatregelen te overtreden een gevaar voor anderen zijn. In iemand anders zijn schoenen gaan staan is één van die dingen die je brein moet leren, en dat kost wel enkele jaren. Daar moet je als ouder ook bij helpen door bijvoorbeeld, als ze zelf iemand van hun verjaardagslijst schrappen, te vragen: ‘Stel je voor dat ze jou niet zouden uitnodigen?’ Vraag ook: ‘Hoe zou jij je dan voelen?’ Door woorden te geven aan de emoties waarmee ze worstelen, krijgen ze inzicht in zichzelf. Het geeft

hun handvatten om zichzelf te evalueren: ‘Ik deed het weer, hè, mam? Ik was impulsief en dan begin ik tegen je te schreeuwen.’» **HUMO Volgens mij heeft mijn dochter geen idee hoe het voor mij is om nu dag in, dag uit met een donderwolk in huis te zitten. Het enige wat ik hoor is: ‘Ik heb honger.’ En: ‘Laat me met rust. Dit is mijn kamer.’**

JOLLES (lacht) «Tieners kunnen ongelofelijk direct zijn en daardoor bot overkomen. Maar dat doen ze niet om jou te pesten: het heeft meestal geen enkele betekenis. Ze hebben nog niet de woordenschat om zich beter te uiten. De kunst is om het niet persoonlijk te nemen, en van discussies geen wedstrijd te maken van wie er gelijk heeft. Ga ook nooit mee in hun logica, want dat red je niet. Ze zijn ontzettend slim. Probeer ook niet neerbuigend te doen

en dingen te zeggen als: ‘Ach, meisje toch.’ Omdat ze erg bezig zijn met autonoom worden, zijn ze heel gevoelig voor respect.»

HUMO Je moet als ouder wel heel goed in je vel zitten om dat allemaal te kunnen, zeker tijdens de lockdown.

JOLLES «Ja. Er zullen ouders zijn die die situatie niet goed aankunnen. De coronaperiode vergt nieuwe regels die je samen met hen moet bespreken en dat is niet simpel. In gezinnen die verbaal minder sterk zijn, kan de relatie van de ouders met hun tiener verslechteren. Dat hoeft geen probleem te zijn, het kan zelfs een ervaring worden waar ze weer van leren als je er samen op een rustiger moment op terugkijkt. Je hoeft het ook niet allemaal te kunnen, maar iedereen kan zijn attitude tegenover zijn tiener veranderen door te begrijpen wat er in zijn hoofd omgaat, en te beseffen dat je hem niet de les moet spellen, maar ook niet moet denken dat hij het wel alleen kan. Ja, het is een moeilijke opdracht. Wat veel ouders parten speelt, is dat ze in die adolescentiejaren steeds van rol moeten veranderen. ‘Waar is mijn lieve jongetje gebleven?’ vragen ze zich af. Ze weten niet meer hoe ze met dat joch moeten omgaan dat alleen nog op de bank ligt te gamen. Wat tieners nodig hebben, verandert ook voortdurend: in het begin moet je hun manager zijn, daarna hebben ze genoeg aan een coach, vervolgens aan een mentor en uiteindelijk moet je hen alleen nog adviseren – en ondertussen ook steeds inspireren en kennis aanreiken.» **HUMO (zucht)** **JOLLES** «Het is op dit moment trouwens ook niet slecht om hen veel met rust te laten, zoals je dochter eiste. Voor het oefenen van hun autonomie hebben ze meer privacy en tijd voor zichzelf nodig. Dat is

waarom ‘mijn kamer’ zo belangrijk is voor hen.»

HUMO In de stad hebben tieners in kleinbehuisde gezinnen die eigen kamer niet altijd.

JOLLES «Dat moet echt moeilijk zijn voor hen, ja. Ik heb ouders al gesuggereerd eventueel met schermen te werken om ze toch het gevoel te geven dat ze een eigen plek hebben, maar daarvoor moeten ze wel ruimdenkend genoeg zijn.»

TOCH GEEN ADHD

HUMO Als de omgeving zo bepalend is voor de ontwikkeling van tienerhersenen, wat betekent dat dan voor kinderen uit kansarme gezinnen?

JOLLES «Zij krijgen meestal veel minder dingen aangeleerd. Sommige ouders zijn heel lief, maar beheersen het Nederlands niet, waardoor de kinderen verbaal al een achterstand oplopen. Er liggen bij hen thuis vaak ook geen boeken of tijdschriften, en weinig speelgoed. Gelukkig kun je hersenen blijven vormen en ook op latere leeftijd de kastjes in hun hoofd vullen – scholen hebben voor die specifieke groep een heel belangrijke taak. Ik organiseer ook oudercursussen op scholen. We hebben gewerkt met moeders van buitenlandse afkomst die hongerig zijn naar hoe ze hun kind kunnen helpen. ‘Maar die boeken en dat speelgoed, die goed voor hun hersenen zijn, kosten geld, en dat hebben we niet,’ zeggen ze. ‘Ga naar de kringloopwinkel,’ antwoord ik dan. ‘Daar staat het vol.’ En achteraf komen ze me allemaal bedanken.»

HUMO Tieners hebben een eigen ruimte ook nodig om hun schoolwerk te kunnen doen. Ze zijn nog niet goed in het controleren van impulsen en zijn snel afgeleid.

JOLLES «Inderdaad. Impulscontrole helpt om je te kunnen concentreren en aandacht ►

Tienerbrein in coronatijden

► te schenken aan dingen die ertoe doen, en niet constant toe te geven aan het bombardement van prikkels om je heen. Tienerhersenen zijn dat nog volop aan het leren. Dat ze dat nog niet goed kunnen, is normaal en wordt te vaak ten onrechte toegeschreven aan ADHD. Als een kind impulsiever is dan zijn leeftijdsgenoten, is dat vaak gewoon omdat de ontwikkeling van de impulscontrole iets trager verloopt. De grote meerderheid van de kinderen haalt dat vanzelf weer in.

»Alle tieners worstelen met hun impulsen. Ouders begrijpen soms niet dat hun kind tijdens examens toch onvoldoendes haalt, terwijl het de stof zo goed beheerst. Vaak blijkt dat hij of zij voortdurend opkijkt als iemand de examenzaal binnenkomt en dat die impuls een groot deel van het werkgeheugen opeist, waardoor er geen ruimte meer over is om de examinstof goed te overdenken. Het helpt hun uit te leggen hoe het in hun hoofd werkt. Vooral als je ze moet overtuigen hun gsm tijdens het leren weg te leggen, omdat ze anders het spervuur van whatsappjes onmogelijk kunnen weerstaan.»

HUMO Die whatsappjes zijn tijdens de afzondering wel van levensbelang voor hun sociale brein. Dat blijkt ook uit een recent onderzoek aan de Universiteit Gent.

«**Corona vergt nieuwe regels die je met je tiener moet bespreken en dat is niet simpel. In gezinnen die verbaal minder sterk zijn, kan de relatie verslechteren**»

JOLLES «Absoluut. Je moet hun uitgebreid de mogelijkheid geven om via WhatsApp en FaceTime interactie te hebben met hun vrienden.»

HUMO Ze zoeken tijdens deze crisis ook echt steun bij elkaar, zegt dat Gentse onderzoek.

JOLLES «Ja. Het probleem is dat hun leeftijdsgenoten net zoveel of zo weinig weten als zij, en dat wat ze via de media te horen krijgen, hen niet echt optimistisch stemt. Ze hebben zo al vaak last van neerslachtige momenten. Op zoek naar hun identiteit vragen ze zich af waar het allemaal over gaat: 'Waarom ben ik eigenlijk op deze wereld? Iedereen heeft het wel over vooruitkomen in het leven, maar wat betekent dat? Is dat gaan werken zoals mijn vader, die vier jaar een burn-out heeft gehad?' Ze lezen dat er geen jobs zijn, en dat woningen zo duur zijn dat je lang bij je ouders moet blijven wonen. Ze hebben de terreuraanslagen meegemaakt, ze weten dat het milieu erop achteruitgaat. Ze hebben een ouder of een leraar nodig die dat voor hen in perspectief plaatst, iemand die hen geruststelt en wijst op wat er allemaal aan positieve dingen mogelijk is in het leven.»

HUMO Vooral meisjes zoeken nu steun op sociale media, zegt het rapport van de Universiteit Gent. Zij hebben meer last van negatieve gevoelens dan jongens.



MERLIN DOMERIK

'Tieners kunnen ongelofelijk direct zijn en daardoor bot overkomen. Maar dat doen ze niet om jou te pesten: ze hebben gewoon nog niet de woordenschat om zich beter te uiten.'

JOLLES «Dat is omdat tienermeisjes iets vooroplopen in hun taalontwikkeling en ze al meer woorden hebben voor hun emoties. Bovendien is hun brein zo geprogrammeerd dat ze al van kleins af aan meer gericht zijn op sociale interactie. Ze spelen wel met Lego, maar dan vooral met de poppetjes om de rol van mensen in het dagelijkse leven te simuleren. Ze kunnen ook het ene moment gothic zijn en alleen nog maar in zwarte kledij rondlopen, en een maand later opeens in een roze skatebroek lopen en een heel andere kledingstijl hebben. Ze proberen rollen uit. Zij zijn het ook die tot drie keer toe aan de leraar vragen: 'Is dit wat ik moet maken?' Ze willen horen dat wat ze doen goed is.»

HUMO U zegt toch in uw boek dat ouders te vaak denken dat alles in de genen zit? Nu zegt u dat de hang naar bevestiging bij meisjes genetisch bepaald is.

JOLLES «Nee, die is sociaal bepaald. Meisjes hebben een stuurprogramma dat meer op interactie gericht is. Jongens krijgen al heel jong signalen vanuit de hersenen dat ze hun spieren moeten ontwikkelen, waardoor ze aan takken gaan hangen en van muurtjes springen. Daarom lopen tienerjongens vaak ver voor op meisjes wat betreft het coördinatievermogen en ruimtelijk inzicht. Op mijn 7de wist ik al uitstekend de weg in onze buurt. Ik kende ook de beste plekken om je te verstoppen, terwijl de meisjes zich makkelijk lieten vangen

omdat ze zich op heel voor de hand liggende plekken verborgen. Dat ruimtelijk inzicht is nodig voor rekenen en wiskunde, disciplines waar nog steeds vaker jongens dan meisjes in uitblinken. Jongens hebben het voordeel dat taal overal is en dat ze genoeg gelegenheid hebben om hun taalachterstand op de meisjes later in te halen. Wiskunde is niet overal aanwezig. De hersenen van meisjes krijgen na de tienertijd niet zoveel kansen om de achterstand op dat gebied bij te spijkeren, ze zullen vaker voor taalrichtingen kiezen en later tegen hun man in de auto zeggen: 'Lees jij de kaart maar.' Daarom zeg ik altijd: 'Stimuleer je tienerdochter om te skaten en te voetballen, ondernemend te zijn en spelletjes te doen waarbij je ruimtelijk moet denken.' Hoe meer ze dat doet, hoe breder de waaier van mogelijkheden wordt waar ze later uit kan kiezen.»

HUMO Uit onderzoek blijkt dat sommige leerkrachten bij meisjes minder tijd besteden aan uitleg en begeleiding bij het maken van sommetjes, schrijft u, vanuit het idee dat meisjes minder goed zijn in rekenen en wiskunde. Vreselijk!

JOLLES «Ja. Ik pleit er al jaren voor dat in de leraarsopleiding een vak wordt opgenomen waarin wordt uitgelegd hoe het brein van kinderen en tieners werkt en wat het verschil is tussen tienerjongens en tienermeisjes. Zodat leraars weten dat ze meisjes juist extra moeten stimuleren tijdens de wiskundeles, en hen moeten aanmoedigen om ondernemender en stouter te zijn. In de tienertijd krijgen jongens vijf keer meer straf dan meisjes, omdat veel meisjes gericht zijn op schouderklopjes. Ze zijn veel te braaf en kiezen later ook vaker voor zekerheid. Daarmee beperken ze zichzelf en we moeten

ervoor zorgen dat ze zichzelf ontplooiën.

»Leerkrachten zouden er ook van doordrongen moeten zijn dat die hersenen geen zin hebben in droge leerstof. Tieners denken: waarom zou ik opletten bij wiskunde, ik word later toch dj en daar heb ik die stof niet voor nodig. Dan moet je ze uitleggen dat ze, als ze in de VS gaan draaien, wel overweg moeten kunnen met de dollarkoers en moeten kunnen rekenen als ze over hun contract onderhandelen. Je bereikt ze alleen maar als je inspeelt op hun leefwereld.»

HUMO De adolescentie, schrijft u, duurt tegenwoordig veel langer dan vroeger.

JOLLES «Ja, omdat de samenleving zoveel complexer is. Lord Gladstone werd in 1832 al op z'n 22ste lid van het Lagerhuis in Engeland. 'Zie je wel,' zeggen ze dan in de

les geschiedenis, 'op je 22ste kun je zo minister worden.' Maar wat gebeurde er twee eeuwen geleden? Helemaal niks! Het was een conservatieve samenleving. Gladstone was naar Eaton en Oxford geweest, beheerste de kunst van het debatteren en had geen verlengde adolescentie nodig om genoeg kennis te hebben en te weten wat er in het parlement besproken moest worden. Nu is de wereld zo complex, en er komt zoveel op je af. De kasten in je hersenen moeten nu zo vol zitten met kennis en ervaringen en noem maar op om je in de huidige wereld te kunnen handhaven. Daarom is het goed dat tieners zo lang mogelijk kennis en ervaring bijtanksen. Ik geef in mijn boek het voorbeeld van een twintiger die een topjob aangeboden krijgt, maar ervoor kiest om voor veel minder geld bij

een klein bedrijf te gaan werken: ze mag er naast de bazen werken, doet veel ervaring op en kan zo leren leiding te geven.»

HUMO De prestatie maatschappij stuurt ons de andere kant op: het moet sneller en hoger en méér.

JOLLES «Ik hoor in de coronacrisis anders steeds meer mensen zeggen: 'Ik stap niet meer terug in die ratrace.' Die tendens is toch al veel langer aan de gang? Overal gaat het steeds vaker over persoonlijke groei. En daar kun je, dat heb je nu waarschijnlijk wel begrepen, niet vroeg genoeg mee beginnen.» **H**



Jelle Jolles, 'Leer je kind kennen', uitgeverij Pluim

