

Tiener langer naar volwassenheid begeleiden

De tienertijd is een periode van kansen. Tieners kunnen verder komen dan we denken. Sturing en stimulering zijn wezenlijk voor de ontplooiing. En de tienertijd duurt langer dan we denken.

Recensie

Pieter Anko de Vries

Werk in uitvoering. Zo kun je het tienerbrein het best typeren, vindt neuropsycholoog Jelle Jolles. Hij is hoogleraar aan de Vrije Universiteit Amsterdam en leidt daar het Centrum Brein & Leren. Jolles weet waar hij het over heeft. Onlangs verscheen zijn boek *Het tienerbrein. Over de adolescent tussen biologie en omgeving*. Hij heeft dertig jaar ervaring als klinisch neuropsycholoog. Talloze 'gevallen' heeft hij onder zijn hoede gehad en hij vond het tijd om de kennis uit verschillende wetenschappen bij elkaar te brengen.

Ouders, opvoeders en leerkrachten hebben behoefte aan steun bij het naar volwassenheid leiden van hun tieners. En het zijn van een tiener houdt als het over het brein gaat niet op bij de juridisch volwassen leeftijd van achttien jaar, schrijft Jolles. Het duurt tot ongeveer het 25e levensjaar voordat de hersenen zich volledig hebben ontwikkeld. En dat heeft grote gevolgen voor de rol van voorbeeldmodellen als ouders, leraren en coaches: de opvoeding van jongeren is niet klaar totdat de hersenen zijn volgroeid.

De constatering dat het tienerbrein pas bij ongeveer 25 helemaal is ontwikkeld heeft ook grote ge-

volgen voor bijvoorbeeld de studiekeuze. Het moment waarop jongeren moeten kiezen voor hun vakkenpakket of de vervolgopleiding komt in Nederland veel te vroeg. Bijvoorbeeld voor iemand die vaak onvoldoendes haalt voor natuurkunde is het te makkelijk om te concluderen dat hij het gewoon niet kan. De kans dat dit in zijn genen ligt is gering, schrijft Jolles. De genen bepalen slechts de (meestal zeer uitgebreide) ruimte waarin ontwikkeling plaatsvindt.

Stimulans

Veel groter is de kans dat een jongere niet goed is in natuurkunde ligt aan het feit dat hij niet gestimuleerd is om in deze richting ervaring op te doen. 'Stimulans in het gezin is in dat opzicht erg belangrijk. Er bestaat niet zoiets als de typische alfa, beta of gamma.'

Jolles wil in zijn boek het begrip 'puber' niet gebruiken. Dat woord heeft een te makkelijke verbondenheid met alles wat volwassenen zien als problemen bij jongeren. Hij heeft het over tieners of adolescenten. In wezen zijn ze een onbeschreven blad bij wie zeer veel talenten kunnen worden ontwikkeld. Jolles komt met inzichten die iedere ouder met tienerkinderen kan herkennen. Bijvoorbeeld dat jongeren maar moeilijk de consequenties van acties en keuzes op termijn kunnen overzien. Het daarom ook moeilijk om ze ervan te overtuigen dat roken



De tiener en begin-twentiger is geprogrammeerd voor sociaal leren, maar minder voor school. Foto: ANP

slecht is voor de gezondheid.

Het heeft volgens hem weinig zin om aan een jeugdige te vertellen dat iets gevaarlijke consequenties kan hebben omdat dit informatie is die geen gevoelsbetekenis heeft. Pas als je ervaringen hebt opgedaan, ga je gevolgen van mogelijke daden op termijn zien. Dat betekent overigens volgens Jolles niet dat adolescenten eerst allerlei dingen moeten meemaken om gevolgen van hun daden te kunnen inschatten. Je kunt jongeren een mentale voorstelling van consequenties laten maken door ze vragen te stellen als: 'wat

Het heeft weinig zin om aan een jeugdige te vertellen dat iets gevaarlijke consequenties kan hebben

zou er gebeuren als' of 'wat zou jij voelen als'.

Zelfinzicht en zelfregulatie zijn hersenfuncties, zo blijkt uit onderzoek, die nog niet bij tieners en zelfs bij begin-twentigers goed zijn ontwikkeld. Daardoor is de tiener meestal nauwelijks geïnteresseerd in wat hem of haar wordt aangeboden als het om leren gaat en moeten er vraagtekens worden gezet bij de zelfsturende leerling waar ons onderwijs tegenwoordig is op gebaseerd. Een docent moet een verteller zijn, schrijft Jolles en niet een begeleider. Onze hersenen ontwikkelen zich door verhalen en ervaringen aan te horen. En vergeet niet het sociale aspect. 'Zelfs in het hoger onderwijs zien we dat veel studenten er vooral op gericht zijn om anderen te ontmoeten en leuke en

spannende interacties aan te gaan. De tiener en de begin-twentiger is geprogrammeerd voor sociaal leren, staat open voor vrienden, vriendinnen en voor de laatste mode of telefoon. Maar minder voor school", zegt Jolles in een interview.

Kennis

Tieners willen best leren, ze snakken naar kennis, maar dan moet die op een goede manier tot hen komen. Aandacht geven en verhalen vertellen zijn goede manieren om de ontwikkeling van hun brein te stimuleren. En dan moet je 'brein' niet zien als 'hersenen' maar meer als het haast onvertaalbare Engelse woord *mind*. Dat gaat verder dan het puur lichamelijke denkgorgaan. Het heeft volgens Jolles alles te maken met het wezen van een mens in ontwikkeling die in staat is tot onvermoede dingen.

Het tienerbrein. Over de adolescent tussen biologie en omgeving. Jelle Jolles. Amsterdam University Press, 24,95 euro



Ontwikkeling

Gedoe met tieners is van alle tijden

Volgens Jolles zijn problemen met tieners van alle tijden. Al in de grijze oudheid hadden volwassenen moeite met die bandeloze verdorven, kwalijke, luie rebellerende tieners die op een later moment in hun leven eenzelfde visie hadden op de jongere generatie. Een citaat van een kleitabelt in de bibliotheek van Bagdad uit ongeveer 2000 jaar voor het begin van onze jaartelling stelt

onomwonden vast:

'De jeugd is zo verdorven, zo bandeloos dat we de hoop moe- ten opgeven dat het ooit nog goed met ons komt.' Of een citaat dat ten onrechte aan Socrates (470-399 voor Chr.) is toegeschreven: 'De jeugd van nu houdt van luxe. Ze heeft slechte manieren, geen eerbied voor ouderen en ze kletst in plaats van dat ze werkt, ze schrokt bij maaltijden

het eten naar binnen, legt de benen over elkaar en tiranniseert de ouders.'

Of een citaat uit de zestiende eeuw van onze jaartelling: 'Een kleine jongen van dertien pleegt nu meer bedrog, meer kwalijke praktijken dan tien robuuste kerels in de tijd van onze ouders. Zo ook meisjes. Wat is de oorzaak daarvan? De kinderen zijn vroegtijdig rijp.'