



Pubers gaan uit, 'maar tot hoe laat eigenlijk'

De meeste pubers houden van uitgaan. Ze gaan graag naar de kroeg, de disco of hangen buiten op straat. Dat 'stappen' is niet alleen leuk en gezellig, het heeft ook een functie. Maar hoe laat moet een puber eigenlijk thuis zijn? En welke regels stel je als ouders nog meer? „Een puber stel je geen regels”, zegt pubercoach Herberd Prinsen. „Maak afspraken.”

Grenzen stellen, dat vinden ouders van pubers lastig in de opvoeding. Dat blijkt uit onderzoek in opdracht van het ministerie van jeugd en gezin. Grenzen over het gebruik van internet en de mobiele telefoon bijvoorbeeld. En over het tijdstip waarop pubers mogen thuiskomen na het uitgaan.

Want hoe bepaal je wat een goed tijdstip is als je kind en jij daar heel andere ideeën over hebben? Wat doe je als je puber je eraan blijft herinneren dat anderen wél vroeg in de ochtend thuis komen.

Herberd Prinsen kent dat argument. Toen zijn puberdochters dertien en veertien waren schermde ze er wel eens mee. „Ik zei dan: 'Oké, zeg maar wie zo laat thuis mogen komen. Ik bel wel even met hun ouders.' Meestal bleek het met die thuiskomtijden dan wel mee te vallen.”

Onzeker

Prinsen werkt als pubercoach en schreef het boek 'Pubers van nu', waarin hij ouders en leerkrachten vertelt hoe om te gaan met typisch pubergedrag. „Pubers zijn vaak erg onzeker”, vertelt hij. „Ze gaan op zoek naar wie ze zijn, denken na over wat anderen van ze vinden. Om met zelfvertrouwen in het leven

te staan, hebben ze erkenning nodig van hun omgeving.” Van hun ouders, maar ook van leeftijdsgenoten. En daarmee is uitgaan meer dan een aangename vrijetijdsbesteding.

„Of ze nu uitgaan in de kroeg of de disco, of op straat chillen met hun matties: voor pubers is het belangrijk om met anderen op te trekken, te kletsen over het leven, hun eigen ideeën naast die van anderen te leggen. Ze hebben veel van elkaar te leren. Sommige gedachten deel je nu eenmaal makkelijker met vrienden dan met je ouders”, zegt Prinsen. „En daar hebben ouders rekening mee te houden.”

Volgens het opvoedtijdschrift J/M begint 'het grote uitgaan' bij veel pubers vanaf vijftien jaar. Een standaardtabel met thuiskomtijden is er niet, maar uit een mini-enquête van J/M onder ouders blijkt dat de meerderheid van de veertienjarigen tussen twaalf en een uur 's nachts thuis moet zijn. Als jongeren zestien zijn variëren de tijden. Iets meer dan twintig procent moet tussen een en twee uur thuis zijn, eenzelfde aantal tussen twee en drie uur en ook iets meer dan twintig procent hoeft helemaal geen tijd af te spreken. Vanaf zeventien jaar is dat laatste bij de meeste pubers het geval.

Redelijk? „Prima”, zegt Prinsen. Zijn dochters zijn inmiddels zestien en zeventien en bepa-

len ook zelf hoe laat ze thuis zijn. „Ik heb liever dat ze om vijf uur met een groep terug fietsen, dan dat ze alleen over straat gaan omdat ze om twee uur thuis moeten zijn. Dat vind ik een stuk veiliger en het geeft me daarvoor een beter gevoel.”

In gesprek

Maar hoe bepaal je een thuiskomtijd en wanneer weet je dat je je puber daarin kunt vrijlaten? „Ga in gesprek”, zegt Prinsen. „Vertel waarom je bang wordt van het idee dat je kind om vier uur 's nachts over straat gaat. Ik ken geen puber die niet snapt dat het voor zijn ouders en zijn eigen veiligheid nodig is om afspraken te maken over uitgaan. Doe dat dan ook, maak afspraken. En stel geen regels.” Onderhandelen, dat is volgens Prinsen de kunst. De puber met een voorstel laten komen en een middenweg vinden. „Kinderen hebben regels nodig, maar pubers afspraken. Regels werken op die leeftijd als een rode lap op een stier. En bovendien, als ze achttien zijn moeten ze het ook echt kunnen: bepalen wat voor hunzelf het beste is. Dus laat ze daar vooral mee oefenen.”

Meer informatie op www.pubervannu.nl.

Tekst: Mandy Pijl Geënsceeneerde foto: Archief United Photos/Koen van Weel

Tips van de pubercoach

- ✓ Durf te onderhandelen. Als een puber mag meebeslissen, geeft hem dat zelfvertrouwen.
- ✓ Bespreek je angsten met je puber. Vraag hem zich in jou te verplaatsen.
- ✓ Oneens met zijn wens? Spreek een proefperiode af. Gaat het goed, dan heeft hij een latere thuiskomtijd verdiend.
- ✓ Als je puber te laat thuis is, dan kan daar een goede reden voor zijn. Laat het hem uitleggen.
- ✓ Spreek af dat hij in zo'n geval altijd even belt, zodat je niet ongerust hoeft te zijn.
- ✓ Zorg ervoor dat je altijd weet waar hij is, ook al heeft hij een telefoon bij zich. Mocht er op die plek een opstootje zijn, dan kun je hem vragen naar zijn eventuele betrokkenheid. En als er iets is, dan kun je hem altijd vinden.
- ✓ Pubers hebben meer slaap nodig dan volwassenen. Een nacht flink uitgaan hakt er bij een puber dus extra hard in. Accepteer dat hij de rest van het weekend veel slaapt.

